

**Onnelliset
opintieillä?**

Lukiolaisten
hyvinvointitutkimus
2012

Tekijät: Lotta Laitinen
Taitto: Veikko Kastemaa

Sisällys

Sisällys.....	4
Alkusanat.....	6
1. JOHDANTO.....	7
Tutkimuksen tavoitteena on:	7
2. Hyvinvointi ja lukiolaiset	8
–teoriaa ja tutkimusta.....	8
2.1 Hyvinvoinnin käsite	8
2.2 Nuoruuden hyvinvointi	9
2.3 Lukiolaiset tutkimuksen kohteena.....	9
2.4 Tutkimuksen toteutus.....	10
3. Lukio sosiaalisena ja fyysisenä ympäristönä	12
3.1 Koulu fyysisenä tilana.....	12
3.2 Koulussa viihtyminen ja koulun ilmapiiri.....	13
3.3 Lukiolaisten vaikutusmahdollisuudet.....	16
3.4 Koettu turvallisuus	19
3.5 Turvallisuus koulussa	19
3.6 Opiskelijahuollon palvelut	21



4. Lukiolaisten terveydentila.....	26
4.1 Lukiolaisten itse arvioitu terveydentila	26
4.2 Koulutyössä jaksaminen	27
4.3 Koettu mieliala.....	29
4.4. Lukiolaisten fyysiset oireet.....	30
5. Lukiolaisten terveyskäyttäytyminen	33
6. Nuorten elinympäristö	36
6.1 Asuinympäristö	36
6.2 Asuinalue hyvinvoinnin selittäjänä	37
6.3 Perheen taloudellinen tilanne ja lukiolaisten työssäkäynti	42
6.4 Sosiaaliset suhteet, yksinäisyyden kokeminen ja itsetunto	45
6.5 Suhtautuminen tulevaisuuteen.....	50
7. Hyvinvoinnin lähteillä.....	51
8. Yhteenveto ja loppupäätelmät.....	56
Toimenpidesuunnitelma	57
Lähteet	58

Alkusanat

Julkisessa keskustelussa esiintyy paljon puhetta pahoinvoivista nuorista. Nuorten moninaiset ongelmat ovat esillä usein, ja niihin liitetään erilaisia mielikuvia, jopa suoranaisia stereotypioita. Suomen Lukiolaisten Liitto käynnisti vuonna 2011 tutkimushankkeen, jonka tarkoituksena oli selvittää, millä tasolla lukiolaisten hyvinvointi on tällä vuosikymmenellä. Järjestyksessään kolmas lukiolaisten hyvinvointia kartoittava tutkimus on saatu valmistumaan.

Tutkimuksesta nousi esille huolestuttavia piirteitä erityisesti lukiolaisten fyysisen oirehdivinnan, koulussa koetun turvallisuuden ja koulutyössä jaksamisen suhteen. Fyysisten ja psyykkisten oireiden tunnistaminen luo haasteita paitsi lukiolaisille itselleen niin myös koulun henkilökunnalle ja terveydenhuollon ammattilaisille. Tutkimuksen mukaan oirehtivat lukiolaiset kokevat, että heidän terveydenhuoltopalvelunsa ovat vaikeasti saatavilla. Opiskelijoiden tarjottaviin palveluihin on kyettävä resursoimaan riittävästi.

Kauhajoen ja Jokelan ampumatragediat ovat jättäneet pysyvän loven koulussa koettuun turvallisuuteen. Ampumatragediat ovat tutkimuksen mukaan vaikuttaneet joka kymmenennen lukiolaisen koulussa koettuun turvallisuuteen. Samalla lukiolaiset pitävät koulujen turvallisuutta tärkeänä ja arvottavat sen oman hyvinvointinsa suhteen korkealle.

Tutkimuksen tiimoilta on ollut ilo huomata, että lukiossa viihdytään ja lukioiden ilmapii-riä pidetään hyvänä. Koulun arjen ikävät sivuilmiöt, kuten kiusaaminen, loistavat poissaololaan. Yhteiskunnan nuorille luomista paineista ja odotuksista huolimatta valtaosa lukiolaisista suhtautuu tulevaisuuteen positiivisesti.

Vaikka nuorten hyvinvoinnista puhutaankin yleisesti, on lukiolaisten suhteen yhteiskunnallisen koulutuskeskustelun pääpaino pysynyt tutkinnon sisällössä ja jatkokoulutusvalmiuksissa. Lukiolaisten hyvinvointiin keskittyneitä keskustelua on käyty vähänlaisesti. Tämä tutkimus toivottavasti osaltaan kannustaa pohtimaan ja tutkailemaan hyvinvointikysymyksiä sekä kouluissa että valtakunnan tasolla.

Lopuksi suuri kiitos kaikille kyselyyn vastanneille lukiolaisille. Ilman teitä tätäkään tutkimusta ei olisi saatu valmistumaan.

Helsingissä 5.3.2012

Veera Svahn
Puheenjohtaja
Suomen Lukiolaisten Liitto

Lotta Laitinen
Paikallisen edunvalvonnan asiamies
Suomen Lukiolaisten Liitto

1. JOHDANTO

Suomen Lukiolaisten Liitto käynnisti vuonna 2011 lukiolaistutkimusten sarjan, jonka neljättä osaa pitelet nyt käsissäsi. Aiemmin julkaistut Lukio 2.0, Lukioon vai ei? sekä Menestyksen pelinrakentajat ovat saaneet suuren suosion ja paljon kiitosta osakseen. Hyvinvointi ei ole liitolle teemana uusi, vaan olemme tehneet työtä lukiolaisten hyvinvoinnin eteen jo pitkään. Liitto on aikaisemmin julkaissut kaksi lukiolaisten hyvinvointia tarkastelevaa tutkimusta; ensimmäisen vuonna 2003 ja seuraavan 2007. Nämä aiemmat hyvinvointitutkimukset ovat pohjautuneet Stakesin (nyk. THL) kouluterveyskyselyillä saatuun aineistoon.

Nuorten hyvinvointi on pysynyt ajankohtaisena aiheena koko 2000-luvun. Mediassa nuorten pahoinvoinnista ja syrjäytymisestä on tullut lähes mantra. Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää, mikä on lukiolaisten hyvinvoinnin tila Suomessa. Ovatko asiat nuorilla todella niin huonosti kuin media meille väittää? Erottuvatko lukiolaiset hyvin- tai pahoinvoinnillaan muista nuorista?

Lasten ja nuorten hyvinvointia tutkitaan tavallisesti koulukontekstissa (esim. Laine 2000; Konu 2002; Ojajärvi 2003). Aiemmista lukiolaisten hyvinvointia kartoittavista tutkimuksista poiketen tässä tutkimuksessa liikutaan myös koulun seinien ulkopuolelle selvittäen lukiolaisten elinoloja sekä asuinpaikan yhteyttä hyvinvointiin. Asuinpaikkaa tarkastellaan kahdella tavalla, yhtäältä se ymmärretään maantieteellisenä alueena, jota tutkitaan vertailemalla maakuntia. Toisaalta asuinpaikka ilmenee välittömänä asuinympäristönä. Tutkimuksessa on tuotu esille myös lukiolaisten hyvinvoinnin lähteitä.

Tilastollisen aineiston tarkoituksena on antaa yleissilmäys lukiolaisten hyvinvointiin ja herättää pohtimaan, miten hyvinvointia on mahdollista parantaa. Tutkimuksen tuloksia on mahdollista joltain osin verrata aikaisempiin lukiolaisten hyvinvointia kartoittaneisiin tutkimuksiin. Vertailulla saadaan arvokasta tietoa hyvinvoinnissa tapahtuneista muutoksista.

TUTKIMUKSEN TAVOITTEENA ON:

1. Antaa syventävä kuva siitä, millä tasolla lukiolaisten hyvinvointi on Suomessa vuonna 2012.
2. Hahmottaa lukiolaisten hyvinvoinnissa tapahtuneita muutoksia 2000-luvulla.
3. Selvittää, onko lukiolaisten hyvinvoinnissa nähtävillä eroja maakuntien välillä.
4. Tutkia asuinpaikan ja lukiolaisten hyvinvoinnin yhteyttä.
5. Selvittää, mitkä asiat tuottavat lukiolaisille hyvinvointia.

Tutkimusta tullaan hyödyntämään Suomen Lukiolaisten Liiton edunvalvontatyössä, mutta se tarjoaa arvokasta tietoa myös muille lukiolaisten parissa työskenteleville ja lukiolaisten hyvinvoinnista kiinnostuneille. Tutkimuksen lopussa on esitelty joukko toimenpide-ehdotuksia, joilla Suomen Lukiolaisten Liitto haluaa tuoda esiin näkemyksiään ja herättää keskustelua tutkimuksen tuloksista.

2. Hyvinvointi ja lukiolaiset

-teoriaa ja tutkimusta

2.1 HYVINVOINNIN KÄSITE

Hyvinvoinnin käsitettä käytetään laajasti mediassa, yhteiskuntapolitiisessa keskustelussa ja ihmisten välisessä vuoropuhelussa. Jokaiselle on muodostunut omanlainen käsityksen-
sä siitä, mitä hyvinvointi on. Hyvinvoinnin käsitettä voidaan lähestyä ja tutkia monesta näkökulmasta, ja hyvinvoinnin mittareiksi on olemassa lukuisia erilaisia ehdotuksia. Tässä tutkimuksessa mukaillaan löyhästi pohjoismaisesti tunnetuinta hyvinvointimallia, jossa Erik Allard (1976) kuvaa hyvinvointia tilana, jossa ihmisellä on mahdollisuus tyydyttää keskeiset perustarpeet. Osa tarpeista on niin sanottuja puutostarpeita kuten esimerkiksi terveys ja ravinnonsaanti, ja osa kehitystarpeita kuten itsensä toteuttaminen ja sosiaaliset suhteet. Tärkeää on osata erottaa toisistaan tarpeet ja preferenssit, joista jälkimmäisiä luodaan mainonnan ja markkinoinnin avulla.

Allard (1976) luokittelee tarpeet ja niitä vastaavat hyvinvoinnin ulottuvuudet kolmeen perusluokkaan: having, loving ja being. Having tarkoittaa omistamista ja elintasoa. Elintasoa kuvaavia tekijöitä ovat Allardin mukaan terveys, tulot, asumistaso, koulutus ja työllisyys. Termi loving tarkoittaa rakastamista ja sosiaalisia suhteita, ja näitä kuvaavat perheyhteys, paikallisyhteisyys ja ystävyys-suhteet. Being tarkoittaa olemista ja itsensä toteuttamista. Itsensä toteuttamisen muotoja ovat korvaamattomuus, arvonto, poliittiset resurssit ja mielenkiintoinen vapaa-ajan toiminta (Allard 1976; 38-50). Anne Konu (2002) lisää väitöskirjassaan hyvinvoinnin määritelmään vielä terveydentilan (health), joka Allardin määritelmässä sisältyy osaksi elintasoa (having).

Perinteisesti hyvinvointi on jaettu subjektiiviseen ja objektiiviseen tulkintakehikkoon. Subjektiivisella hyvinvoinnilla tarkoitetaan yksilön omaa näkemystä hyvinvoinnistaan. Subjektiiviset kokemukset liittyvät sekä yksilön arvioon tilanteestaan ja tunnetilastaan sekä käsityksiin yhteiskunnan oloista. Subjektiivinen hyvinvointi voidaan käsittää tyytyväisyytenä elämään sekä nautinnon ja tyytyväisyyden tasona. Subjektiivista hyvinvointia ennakoivat korkea tulotaso, hyvät perhesuhteet, eläminen vauraassa yhteiskunnassa, tavoitteet, elämän mielekkyys ja koettu hyvä terveys. Subjektiivista hyvinvointia voidaan pitää melko pysyvänä (Konu 2000: 16).

Hyvinvoinnin määrittelemine ei ole helppoa ja yksiselitteistä, vaan se pitää sisällään monia haasteita. Hyvinvoinnin määrittelemine subjektiivisten arvioiden pohjalta sisältää ongelmia. Yksilö voi hyvin määritellä oman hyvinvointinsa subjektiivisesti hyväksi, vaikka olosuhteet olisivat objektiivisesti katsoen jopa terveydelle vaaralliset (Schwarz & Strack 1991: 33). Subjektiiviset hyvinvointiarvot syntyvät monimutkaisten vertailuprosessien kautta: nykyistä tilannetta verrataan muiden ihmisten, esimerkiksi lähimpien ystävien, tilanteeseen tai omaan aikaisempaan tilanteeseen. Erityisesti yleisen hyvinvoinnin arvot voivat pohjautua senhetkiseen mielentilaan tai äskeisiin tapahtumiin. Sen sijaan arvioitaessa hyvinvointia yksittäisellä elämänalueella (esim. perhe-elämä ja terveys,) arvot saattavat olla luotettavampia ja puhtaammin arvioijan omista sisäisistä kokemuksista peräisin (Schwarz

& Strack 1991: 39-40). Subjektiiiviset arviot eivät siis yksinään riitä hyvinvointia koskevien päätelmien tekoon, vaan niitä on tulkittava objektiivisesti todentamalla. On tärkeää huomata, että hyvinvointi ei ole stabiili käsite. Hyvinvointi on aina yhteydessä aikaan, kulttuuriin ja yhteiskunnan rakenteisiin.

2.2 NUORUUDEN HYVINVOINTI

Nuoruuden aikana luodaan perusta ihmisen myöhemmälle hyvinvoinnille. Nuorten elämää väreittävä elämäntilanteeseen liittyvät siirtymävaiheet (nivelpäivä) kuten koulutukselliset siirtymät peruskoulusta jatko-opintoihin ja opinnoista työelämään. Salmela-Aron (2010: 383) mukaan nämä siirtymävaiheet ovat haavoittuvuuden kannalta erityisiä riskikohtia, jolloin alttius esimerkiksi psyykkisille oireille kasvaa. Samalla ne ovat myös käännekohtia, jolloin kehitys voi saada positiivisen suunnan. Siirtymävaiheessa nuorta suojaavia tekijöitä ovat Salmela-Aron mukaan esimerkiksi sosiaalinen tuki, nuoren oma motivaatio, ongelmanratkaisutaidot sekä hallintakeinot. Perheen, kavereiden, koulun ja muun sosiaalisen ympäristön merkitys nuoren hyvinvoinnille on ilmeinen. Nuorten hyvinvointia edistävät toimintamallit muokkautuvat vuorovaikutuksessa perheen ja muun lähiympäristön kanssa. Kaveripiirin merkitys korostuu juuri nuoruudessa. Perheen ja lähiympäristön lisäksi toimintamallien omaksumiseen vaikuttavat kulttuurilliset tekijät, yhteiskunnallinen kehitys ja laajempi sosiaalinen viitekehys. (Salmela-Aro 2010: 382-383).

Nuorten hyvinvointi on useiden toimijoiden kiinnostuksen kohteena Suomessa. Esimerkiksi Terveyden ja hyvinvoinnin laitos toteuttaa vuosittain kouluterveyskyselyn, joka kokoaa tietoa lasten ja nuorten elinoloista, terveydestä, terveystottumuksista ja koulukokemuksista (THL 2012). Nuorten hyvinvointia pyritään edistämään ministeriöiden, THL:n, kuntien, yliopistojen ja eri järjestöjen toimesta. Valtioneuvostossa on 2000-luvulla hyväksytty useita nuorten hyvinvointia joko suoraan tai välillisesti tukevia poliittisia ohjelmia. Esimerkkejä näistä ohjelmista ovat opetusministeriön koordinoima nelivuotinen lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma, joka sisältää tavoitteet alle 29-vuotiaiden kasvu- ja elinolojen parantamiseksi. (Opetusministeriö 2012). Sosiaali- ja terveysministeriön alaisuudessa toimivat esimerkiksi Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin neuvottelukunta sekä Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma, joka sisältää lasten, nuorten ja lapsiperheiden osaohjelman (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012).

2.3 LUKIOLAISET TUTKIMUKSEN KOhteena

”Lukiokoulutuksen tavoitteena on tukea opiskelijoita kasvamaan hyviksi, tasapainoisiksi ja sivistyneiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi sekä antaa opiskelijoille jatko-opintojen, työelämän, harrastusten sekä persoonallisuuden monipuolisen kehittämisen kannalta tarpeellisia tietoja ja taitoja. Lisäksi koulutuksen tulee tukea opiskelijoiden edellytyksiä elinikäiseen oppimiseen ja itsensä kehittämiseen elämänsä aikana.” (Lukiolaki 629/1998, 1 luku, 2 §)

Nuoruus on monella tapaa erityinen elämänvaihe, joten nuorten ikäluokan, tässä tapauksessa lukiolaisten, tarkasteleminen on perusteltua. Nuorista tehdyt tutkimukset jakautuvat tavallisesti peruskouluikäisten tutkimukseen, aikuistuvaa nuorta kartoittavaan tutkimukseen sekä erilaisten alakulttuurien tutkimukseen. Lukiolaisiin keskittyvää tutkimusta on melko niukasti.

Lukiolaisten ikäluokka koostuu pääsääntöisesti 15-19- vuotiaista nuorista, joista enemmistö on aloittanut lukioaipaaleensa suoraan peruskoulusta tullessaan. Tätä ikävaihetta leimaa voimakas itsenäistyminen. Lukiolaisilta odotetaan itsenäisiä päätöksiä muun muassa kurssi- ja jatko-opintovalintojen suhteen. Valinnanvapaus ja opiskelijan vastuu itsestään kasvoivat luokattomiin lukioihin siirryttyä. Käytännössä luokattomuus näyttäytyy siinä, ettei lukioissa ole enää pysyviä opetusryhmiä, vaan oppilaat saavat suunnitella lukujärjestyksensä ja päättää, suorittavatko he lukion oppimäärän kahdessa, kolmessa vai neljässä vuodessa. Vaikka luokattomaan lukioon siirryttiin jo 1990-luvun puolivälissä, keskustellaan yhä luokattoman lukion haitoista ja hyödyistä. Keskusteluissa luokattoman lukion on pelätty tuovan ongelmia erityisesti niille oppilaille, jotka eivät kykene kantamaan vastuuta itsestään ja omista oppinnoistaan.

Suomalainen koulutusjärjestelmä on perinteisesti korostanut oppiaineiden sisällön hyvää hallintaa. Tässä tapahtui muutos 1990-luvun lopulla, jolloin oppimaan oppimisen käsite ilmaantui suomalaiseen koulutuspolitiikkaan. Oppimaan oppimisella korostetaan sisällön hallinnan sijasta valmiuksia soveltaa jo opittua uusiin tehtäviin ja uuden oppimiseen. Oppimaan oppimista korostamalla on haluttu siirtää opiskelun painopistettä konkreettisesta sisällön oppimisesta opiskelijan omaa oppimista ohjaaviin yleisempiin osaamis- ja uskomustekijöihin (Hautamäki et al. 2005: 8-9).

2.4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

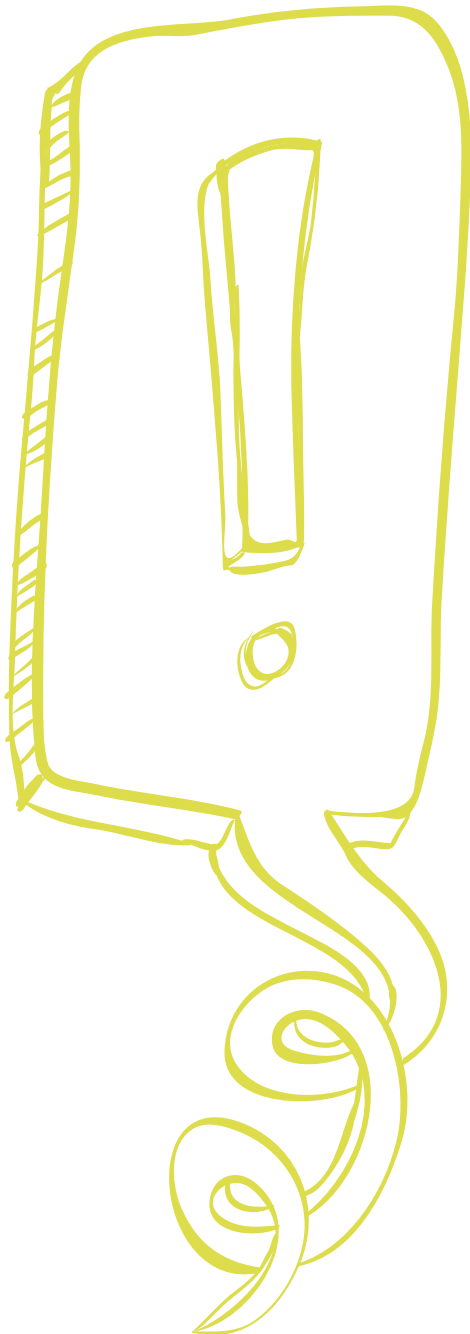
Tutkimus toteutettiin verkkokyselynä aikavälillä 11.10. - 6.11.2011. Kyselyyn vastasi 3099 lukiolaista eri puolilta Suomea. Kyselyyn vastanneita ei ole valittu tutkimukseen otantamenetelmällä, vaan vastaaminen perustui vapaaehtoisuuteen.

Taulukko 1. Tutkimuksen vastaajat sukupuolen ja vuosikurssin mukaan (N)

	Tyttö	Poika	Yhteensä
1. vuosikurssi	392	155	547
2. vuosikurssi	854	267	1121
3. vuosikurssi	933	309	1242
4. vuosikurssi	150	39	189
Yhteensä	2329	770	3099

Tutkimus on laadultaan kvantitatiivinen. Tutkimusaineistoa on tarkasteltu SPSS-tilasto-ohjelmalla. Tulosten analyysissä on käytetty ristiintaulukointia, ja tulosten tilastollinen merkitsevyys on tarkastettu. Tilastollista aineistoa on vertailtu muihin nuorten hyvinvointia tarkastelevien tutkimusten tuloksiin, ja aiempien tutkimusten johtopäätöksiä on käytetty apuna tulosten tulkinnassa. Osa tutkimuksen taulukoista esitetään niin, että sukupuoli ja luokka-aste on vakioitu.

Hyvinvoinnissa tapahtuvien muutosten analysoinnissa on käytetty Suomen Lukiolaisten Liiton vuosina 2003 ja 2007 teettämiä hyvinvointitutkimuksia.



3 Lukio sosiaalisena ja fyysisenä ympäristönä

Koulua pidetään yhtenä nuorten keskeisimmistä elämänsfääreistä, ja se on paitsi oppilaitos, myös sosiaalinen kasvuympäristö, jolla on vaikutusta nuorten hyvinvointiin. Lukio opiskelu-ympäristönä pitää samanaikaisesti sisällään fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ympäristön. Opiskelu-ympäristöltä edellytetään fyysisesti turvallisia olosuhteita, hyvää opetusta ja kulttuurisesti tukevaa ilmapiiriä (Putus 2011: 132). Koulun merkitys erityisesti nuorille on keskeinen. Koulun kautta nuorille avautuu uusi kodin ulkopuolinen maailma, joka tarjoaa sekä odotuksia että mahdollisuuksia (Salmela-Aro 2010: 449). Tässä tutkimuksessa keski-tyttiin koulun fyysisten olosuhteiden lisäksi koulussa tarjottaviin oppilashuollon palveluihin sekä koulun ilmapiiriin ja koulussa viihtymiseen. Tässä kappaleessa on esitetty hyvinvoinnin ja koulun välistä yhteyttä ja siitä saatuja tuloksia.

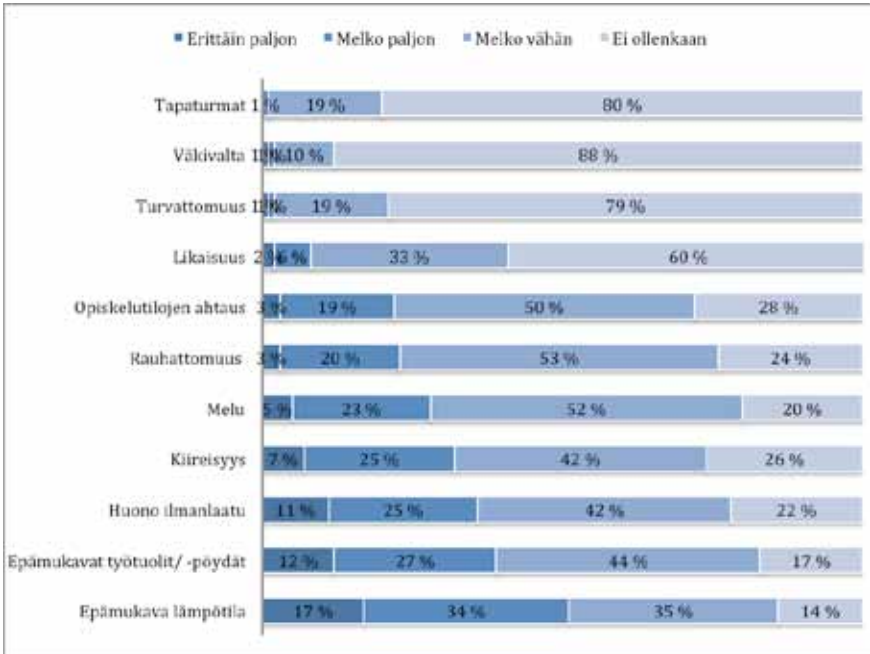
3.1 KOULU FYYSISENÄ TILANA

Fyysisistä oloista häiritsevämmiksi koettiin epämukava lämpötila sekä epämukavat työtuolit ja -pöydät (kaavio 1). Samat tekijät yhdessä koulun ilmanlaadun kanssa koettiin häiritsevimmiksi myös vuoden 2007 lukiolaisten hyvinvointitutkimuksessa. Tulos antaa osviittaa sille, että kouluissa fyysisten olojen puutteita ei ole otettu tosissaan. Epäergonomisilla työpöydillä ja työtuoleilla on suora yhteys lukiolaisten parissa lisääntyneisiin niska-, hartia- ja selkävaivoihin.

Psykososiaalisista haitoista opiskelijat kokivat haitallisimmaksi kiireellisyyden ja melun.

Koulujen kokoluokittainen tarkastelu osoitti, että koulujen koolla ja fyysisten olojen koke-misella on yhteyttä. Kiireisyys ja melu koettiin ongelmalliseksi erityisesti suurissa yli 800 oppilaan lukioissa. Suurissa lukioissa koettiin muita vähemmän ilmanlaadun, lämpötilan sekä työpöytien ja -tuolien aiheuttamia ongelmia. Pienissä alle 150 oppilaan lukioissa koet-tiin muita enemmän ongelmia lämpötilan, rauhattomuuden, ilmanlaadun sekä työtuolien ja -pöytien suhteen.

Kuvio 1. Koulun fyysisten olojen aiheuttamien haittojen kokeminen (%).



Kokemukset fyysisten olosuhteiden puutteista ovat sukupuolittuneita. Tytöt kokivat poikia useammin huonon ilmanlaadun (38/31 %), epämukavan lämpötilan (58/31 %), melun (30/18%), kiireisyyden (33/ 29 %) ja rauhattomuuden (25/17 %) häiritsevän työskentelyä koulussa.

Verrattaessa tuloksia vuoden 2007 lukiolaisten hyvinvointitutkimukseen huomataan, että tyytymättömyys koulun fyysisiin olosuhteisiin on vähentynyt kaikilla muilla osa-alueilla, paitsi rauhattomuuden ja melun suhteen. Vuoden 2007 tutkimuksessa neljä prosenttia lukiolaisista ilmoitti melun häiritsevän erittäin paljon, 17 prosentin mielestä melu häiritsti melko paljon. Lisäystä tähän on tullut seitsemän prosenttia. Rauhattomuuden suhteen lisäystä on tullut viisi prosenttia.

3.2 KOULUSSA VIIHTYMINEN JA KOULUN ILMAPIIRI

Koulussa viihtyminen on nuorelle monelta kannalta tärkeää, ja sillä on välitön yhteys nuorten kokemaan hyvinvointiin. Sirpa Vahtera (2007: 54-55) esittää pitkäaikaistutkimuksessaan nuorten hyvinvoinnista, että koulussa viihtyvyydellä ensimmäisen lukiovuoden aikana on vaikutusta oppilaan hyvinvointiin. Kouluviihtyvyys oli hänen mukaansa myös käänteisessä yhteydessä masennukseen. Salmela-Aron (2010: 385) mukaan koulussa viihtyminen ja myönteinen koulu- ja luokkailmapiiri ovat yhteydessä oppilaan hyvään suoriutumiseen ja hyvään itsetuntoon. Kielteinen ilmapiiri on puolestaan yhteydessä stressiin ja psyykkisiin ongelmiin.

Koulunkäynnistä pidetään lukiossa. Tähän kyselyyn vastanneista pojista vain 2,5 % ja tytöistä 2,2 % kokee, ettei pidä koulunkäynnistä. Ero sukupuolten välillä on suurin ensimmäisenä lukuvuonna, jolloin tytöt ilmoittavat pitävänsä koulunkäynnistä poikia enemmän. Erot tasoittuvat kolmantena opiskeluvuonna (taulukko 2).

Koulunkäynnistä pitämistä ja lukiossa viihtymistä saattaa osaksi selittää, että nuoret ovat toiselle asteelle siirryttyessä voineet ensimmäistä kertaa valita omia taitoja ja motivaatiota vastaavan oppimisympäristön. Suurten kaupunkien nuorille tarjoutuu mahdollisuus valita jopa useammasta lukiovaihtoehdosta ja niiden eri painotuksista.

Taulukko 2. Koulunkäynnistä pitäminen sukupuolen ja vuosikurssin mukaan (%)

Pitää koulunkäynnistä	1. lk tytöt	1. lk pojat	2. lk tytöt	2. lk pojat	3. lk tytöt	3. lk pojat	Yht.
Paljon	16	15	16	14	14	15	90
Melko paljon	69	62	65	65	61	61	383
Melko vähän	13	21	17	19	22	21	132
Ei lainkaan	2	2	2	2	3	3	14
Yhteensä (%)	100	100	100	100	100	100	100
N	390	154	847	264	924	306	2534

Koulunkäynnistä pitäminen on kasvanut koko 2000-luvun. Aiemmissa tutkimuksissa (ks. esim. Merimaa 2008) koulusta pitäminen on ollut sukupuolitunutta siten, että pojat pitivät koulunkäynnistä tyttöjä vähemmän. Nyt erot sukupuolten välillä ovat tasoittuneet. Taulukosta 2 käy ilmi, että sukupuolten välinen ero on suurin ensimmäisenä opiskeluvuonna. Ero tasoittuu toisella ja erityisesti kolmannella vuosikurssilla.

Koulunkäynnistä pitämistä ja koulussa viihtymistä selittää osaltaan koulun ilmapiiri. Lukiolaisista 92 % piti koulunsa ilmapiiriä hyvänä. Melko huonoksi ilmapiiriin arvioi seitsemän prosenttia ja huonona ilmapiiriä piti ainoastaan yksi prosentti kyselyyn vastanneista lukiolaisista. Kyselyn avovastauksista käy ilmi koulun huonoon ilmapiiriin johtavat tekijät. Huonoa ilmapiiriä ruokkivat tekijät voidaan ryhmitellä seuraavasti:

Ensimmäinen tekijä on koulun rakenteet, erityisesti koulun koko. Oppilasmäärältään pienissä lukioissa ystävien löytäminen on suuria lukioita vaikeampaa. Lisäksi pienissä lukioissa kynnys olla oma itsensä on suuria lukioita korkeampi. Suurissa lukioissa on haasteellisempaa rakentaa yhtenäisyyden tunnetta ja sitä kautta hyvää kouluilmapiiriä ja me-henkeä. Suuret lukiot kuvailtiin usein myös rauhattomiksi, mikä lisäsi osaltaan huonoa ilmapiiriä. Vastausten perusteella koulussa esiintyi vastakkainasettelua, mikäli saman lukion sisällä toimi toisistaan poikkeavia linjoja, kuten IB-linja ja ”tavallinen” lukio. Vastauksissa myös luokattoman lukion katsottiin aiheuttavan haasteita yhtenäisen ”kouluhengen” luomiseen. Luokattoman lukion voidaankin katsoa näyttäytyvän samanaikaisesti sekä sosiaalisena mahdollisuutena että sudenkuoppana.

"Monet eivät ole löytäneet pienistä luokista ystävää; turhautuneisuus."

"Liikaa massaa eikä yhtenäisyydentunnetta!"

"Koulussamme on kolme eri linjaa: liikunta-, matemaattisluonnontieteellinen- sekä normaaliilinja. Eri linjat jakavat porukan liian erilaisiin ryhmittymiin, mikä osaltaan saattaa aiheuttaa kiusaamista ja huonoa ilmapiiriä opiskelijoiden kesken."

"Lukion jakautuminen oppilaiden kesken (IB ja kansallinen lukio)."

"Luokattomassa lukiossa muihin opiskelijoihin ei tutustu yhtä helposti, joten olo ei ole niin "kotoisa" kuin ylä- ja varsinkin alakoulussa."

Huonoa ilmapiiriä luomassa on myös oppilaiden oma käytös. Useassa avovastauksessa mainittiin sana "klikkiytyminen", jolla tarkoitetaan oppilaiden muodostamia ryhmiä, kuppikuntia, jotka toimivat eräänlaisena sisäpiirinä, jonne ulkopuolisen on hankala päästä mukaan.

"Jos huonoa ilmapiiriä, niin yleensä se tulee niin sanotuista jaetuista ryhmistä. Eli opiskelijoilla on omat porukat, joista toiset katsotaan toisia paremmaksi. Ihan niin kuin huonoissa amerikkalaisissa teinileffoissa (urheilijat, nörtit, suosittu jne.)."

"Muodostuneet klikit: suosittu, nörtit, luuserit jne."

"Kainuulaisuus ja kateus."

Kilpailu arvosanoista ja paineet jatkokoulutuspaikan saamisesta vaikuttavat osaltaan lukion ilmapiiriin.

"Kilpailun ja paineiden takia ilmapiiri on välillä tulehtunut. Kiire ja kovat vaatimukset tekevät ilmapiiristä stressaavan. Koulussa on myös vahvat oppilasryhmät, jotka oleskelevat keskenään."

"Paineet saada hyviä arvosanoja ovat kovat. Tämä vaikuttaa ilmapiiriin."

Neljäs koulun ilmapiiriin vaikuttava tekijä on koulun henkilökunta, josta vastauksissa tuotiin esille erityisesti opettajien ja rehtorin osuutta.

"Koulussa opettajilla on todella suuri rooli. Jotkut opettajat ottavat sen vakavasti ja osa ei. Opettajat voivat kiusata oppilasta tai suosia tiettyjä oppilaita. Tämä saa luokan ilmapiiriin heikentymään. Lisäksi myös koko koulun ilmapiiri on huono, jos opettajat eivät tule keskenään toimeen."

"Rehtori."

Koulussa viihtymisen ja koulun ilmapiiriin liittyy myös ikävä ilmiö: kiusaaminen. Kiusaamista pidetään nuorten keskuudessa yleisenä ilmiönä. Tästä huolimatta kiusaamista ja siihen liittyviä ongelmia on tutkittu vain vähän.

Kiusaaminen on lukiossa harvinaista. Vain kuusi vastaajaa (0,2 %) ilmoitti kokeneensa kiusaamista useita kertoja viikossa. Noin kerran viikossa kiusaamista koki vain 1,1 % vastaajista. Harvemmin kiusatuksi oli joutunut 9,4 % vastaajista.

Lukuvuoden aikana kiusaamista oli harjoittanut 9,1 % vastaajista. Tilastojen valossa kiusaaminen on lukiossa yläkoulua harvinaisempaa (ks. esim. THL 2012) ja laadultaan erilaista.

“Yläaste oli kiusaamisen tyyssija, lukiossa on tosi rauhallista.”

“Lukioon tullessani kiusaaminen yleisellä tasolla on vähentynyt. Kiusaaminen rajoittuu vain “pienten”, usein huumoriksi tarkoitettujen törkykyksien huuteluihin, joiden en usko vahingoittavan pahasti ketään.”

Yläkoulussa kiusaaminen on sekoitus henkistä ja fyysistä kiusaamista. Lukiossa kiusaaminen on luonteeltaan henkistä, ja se näyttäytyy lähinnä piikittelynä, porukasta poissulkemisena, juoruiluna ja arvosanoista kuittailuna. Kyselyssä vastaajat luonnehtivat lukiossa tapahtuvaa kiusaamista seuraavasti:

“Lähinnä esimerkiksi menestys ruotsissa on omassa koulussani joskus erittäin epäarvostettavaa, josta syntyy sanaharkkaa. Muutoin ei kiusaamista/sanoilla piikittelyä synny.”

“Sanallista kiusantekoa”

“Verbaalista piikittelyä, usein sillä ei tarkoiteta pahaa mutta saattaa silti satuttaa.”

“Ulkopuolelle jättämistä ja arvosanoista kuittailua.”

Useissa vastauksissa kuvattiin lukion kiusaamisen olevan lähinnä kiusaamisen ja kiusoitellun rajalla.

“Hieman vain huulen heittoa. Ei mitään vakavaa.”

3.3 LUKIOLAISTEN VAIKUTUSMAHDOLLISUUDET

Erik Allardin (1978) käsitykseen hyvinvoinnista sisältyy vaikutusmahdollisuudet sekä itsensä toteuttaminen. Koulu on kodin ohella paikka, jossa opitaan yhteisiin asioihin vaikuttamista. Kouluyhteisö onkin avainasemassa oppimisympäristön järjestämisessä lukiolaisten osallisuutta edistäväksi. Lukiossa oppilaskuntatoiminnalla ja demokratiakasvatuksella on tässä keskeinen rooli. Kyselyssä selvitimme lukiolaisten ajatuksia siitä, kuinka hyvät vaikutusmahdollisuudet heillä on koulussa ja yhteiskunnassa sekä kuullaanko nuorten mielipiteitä heitä

koskevassa päätöksenteossa.

Lukiolain (629/1998) 31 §:n mukaan lukiossa on oltava opiskelijoista muodostuva oppilaskunta, jonka tehtävänä on edistää opiskelijoiden yhteistoimintaa ja koulutyötä. Oppilaskuntaa tulee kuulla koulun asioista koskevassa päätöksenteossa

Lukioiden oppilaskuntatoimintaa voidaan pitää yhtenä keskeisenä toimintamuotona edistettäessä nuorten osallisuutta ja vaikuttamaan oppimista. Oppilaskuntatoiminta on lukioiden osalta kirjattu lakiin. Monelle lukioon tulevalle oppilaskuntatoiminta tarjoaa uuden vaikuttamismahdollisuuden, jota ei välttämättä peruskoulussa tarjottu. Oppilaskuntatoimintaa ei ole kirjattu peruskoulujen lakisääteiseksi tehtäväksi, joten käytänteet ala- ja yläkoulujen suhteen vaihtelevat.

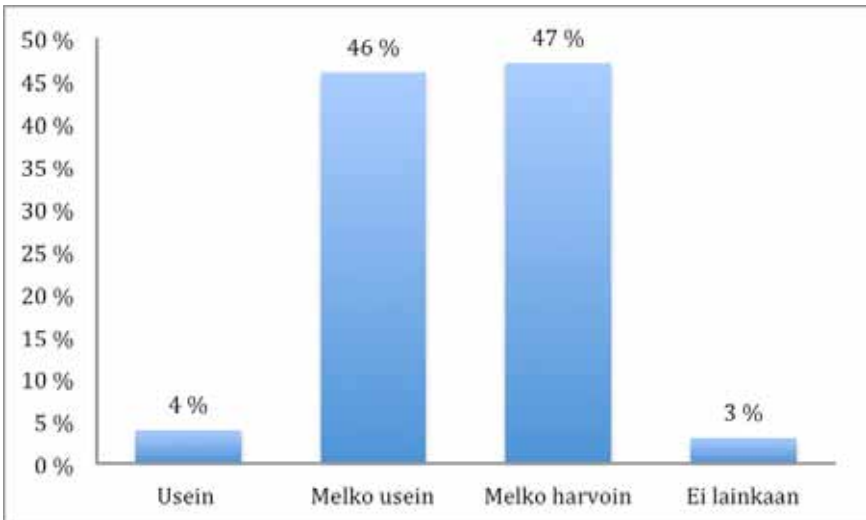
Opetushallituksen (2007) selvityksen mukaan lähes kaikissa Suomen lukiossa (94 %) on lukion oman ilmoituksen mukaan toimiva oppilaskunta. Selvityksen mukaan enemmistö oppilaskunnista kokee voivansa vaikuttaa erityisesti erilaisten tapahtumien ja teemaviikkojen järjestämiseen sekä oppilaitoksen ympäristöön. Selvityksessä oppilaskunnat toivovat voivansa vaikuttaa entistä enemmän myös koulun opetussuunnitelmaan. (Opetushallitus 2007).

Oppilaskuntatoiminnan ohella demokratiakasvatus on noussut koulutuspoliittiseen keskusteluun. Lukion opetussuunnitelman perusteet velvoittavat lukioita sisällyttämään demokratiakasvatusta opintoihin. Käytänteet demokratiakasvatuksen suhteen ovat kuitenkin monen kirjavat.

Nuorisolain 8 §:n mukaan nuorille tulee järjestää mahdollisuus osallistua paikallista ja alueellista nuorisotyötä ja -politiikkaa koskevien asioiden käsittelyyn. Lisäksi nuoria on kuultava heitä koskevassa päätöksenteossa.

Vaikka laki velvoittaa nuorten kuulemiseen, lukiolaisten mielipiteet nuorten kuulemisesta jakautuivat tasaisesti. Lukiolaisista puolet oli sitä mieltä, että nuoria kuunnellaan heitä koskevissa asioissa usein tai melko usein. Vastaaajista 47 % ilmoitti, että nuoria kuullaan melko harvoin, kolmen prosentin mielestä ei lainkaan.

Kuvio 2. Kuullaanko mielestäsi nuorten mielipiteitä heitä koskevissa asioissa? (%)



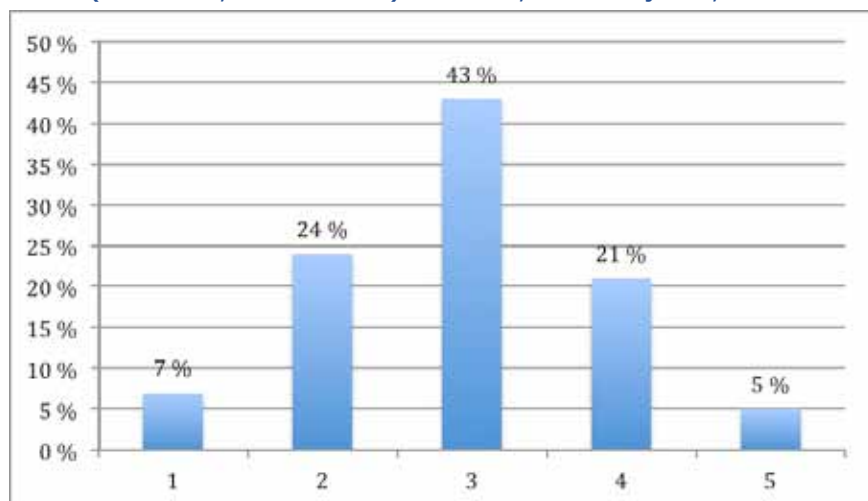
Kyselyssä selvitimme lukiolaisten kokemia vaikuttamismahdollisuuksia. Käytössä oli viisipor-

tainen likert –asteikko, jossa 1= eri mieltä ja 5= samaa mieltä.

Kuvioista 3 ja 4 ilmenee, että lukiolaiset kokevat vaikutusmahdollisuutensa paremmiksi koulussa kuin yhteiskunnassa.

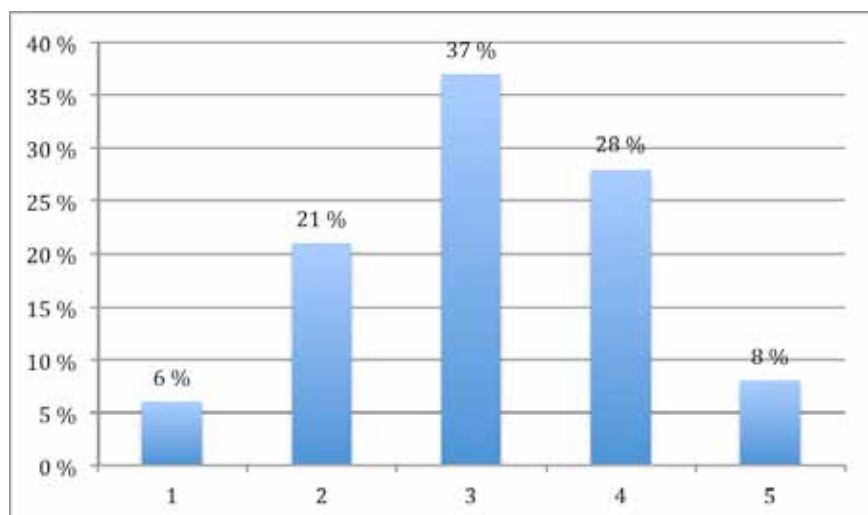
Kuvio 3. Vaikuttamismahdollisuuteni yhteiskunnassa ovat hyvät

(1 = eri mieltä, 5 = samaa mieltä). Keskiarvo 2,927. Keskihajonta 0,953.



Kuvio 4. Vaikutusmahdollisuuteni koulussa ovat hyvät

(1 = eri mieltä, 5 = samaa mieltä). Keskiarvo 3.105. Keskihajonta 1.021.



3.4 KOETTU TURVALLISUUS

Yhteiskunta ja erityisesti media tarjoavat lukiolaisille turvallisuuspuhetta. Turvallisuuden teemat ulottuvat aina elintarvike- ja liikenneturvallisuudesta terrorismiin. Yksilöiden turvallisuuden tunnetta pyritään ruokkimaan muun muassa lakeja, rajoituksia ja säädöksiä säätämällä. Siellä minne lain kourat eivät yllä, jätetään omasta turvallisuudesta huolehtiminen yksilön omalle vastuulle. Tässä tutkimuksessa turvallisuus näyttäytyy yhtenä hyvinvoinnin indikaattorina, eräänlaisena ihmisen perustarpeena ja nuorille kuuluvana perusoikeutena.

Turvallisuuden käsitettä voidaan lähestyä useasta eri näkökulmasta. Hyvinvoinnin tapaan turvallisuutta on mahdollista tarkastella joko objektiivisesti tai subjektiivisesti. Objektiivisessa tarkastelussa turvallisuus nähdään ulkoisena ja havaittavissa olevana ilmiönä. Subjektiivisessa tarkastelussa turvallisuus näyttäytyy henkilökohtaisesti koettavana, yksilötasoisena ja kokemusperäisenä ilmiönä. Subjektiivisella tasolla turvallisuus on yksi ihmisen peruspyrkimys, ja sitä tavoitellaan kaikkialla vallitsevista olosuhteista riippumatta (Niemelä 2000: 21-22). Tässä tutkimuksessa koettu turvallisuus on yksi hyvinvoinnin indikaattoreista, ja sitä tarkastellaan subjektiivisesti.

Yhteiskunnan turvallisuustilanne, ulkoiset turvallisuustekijät ja median luoma kuva turvallisuudesta vaikuttavat yksilön kokemaan turvallisuuteen. Ulkoisten tekijöiden lisäksi sisäisillä tekijöillä on vaikutusta koettuun turvallisuuteen. Vornasen (2000: 228) mukaan itseluottamuksen ja sosiaalisten suhteiden merkitys koetussa turvallisuudessa on suuri erityisesti nuorilla.

Riitta Vornanen (2000) esittää väitöskirjassaan nuorten turvallisuutta edistäviksi tekijöiksi perheen kiinteyttä, vanhempien sallivuutta, keskusteluyhteyttä vanhempiin sekä avun saamista vanhemmilta. Turvallisuuden tunnetta heikensivät vaikeudet suoriutua koulunkäynnistä, kokemukset kykyjen ja voimien riittämättömyydestä, yksinäisyyden kokeminen sekä koulu- ja perhevaikeudet.

3.5 TURVALLISUUS KOULUSSA

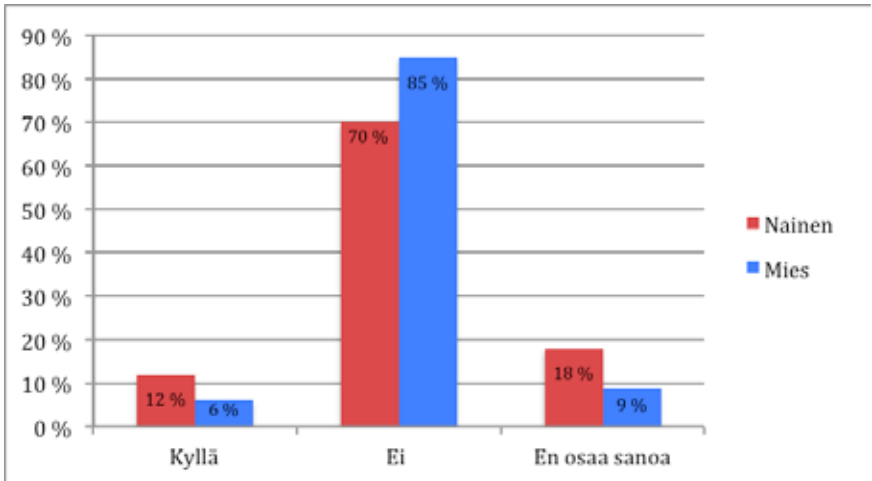
Koskelan (2009: 156) mukaan koulujen turvallisuuskasvatuksessa on tapahtunut selkeä muutos. Aiemmin kouluissa puhuttiin ennen kaikkea koulukiusaamisesta, mutta viime aikoina mukaan on tullut myös muita teemoja. Kouluissa keskustellaan muiden muassa Internetin vaaroista, perheväkivallasta, pedofiiliasta ja päihteiden käytön riskeistä. Näissä uhkan katsotaan tulevan ulkopuolelta, ei koulun sisäisestä maailmasta. Koskelan (2009: 156) mukaan keskustelun painopisteen muutos tapahtui jo ennen vuosien 2007 ja 2008 koulusurmia.

Jokelan ja Kauhajoen koulusurmia voidaan kiistatta pitää suurimpana koulujen turvallisuuteen liittyvänä käänteenä Suomessa. Suomessa koulusurmia on perinteisesti pidetty amerikkalaisena ilmiönä, jonka ei odotettu rantautuvan Suomeen. Jokelan koulusurmat marraskuussa 2007 muuttivat tätä käsitystä. Vain vuotta myöhemmin syyskuussa 2008 Kauhajoella tapahtui vastaavanlainen tragedia, joka nosti ihmisten mieliin kysymyksen ”miksi tämän annettiin toistua?”. Jokelan ja Kauhajoen tragedioita on seurannut kouluihin kohdistuneita uhkauksia, joista osa on ollut vakavasti otettavia aitoja uhkauksia, ja osa uhkauksista on osoittautunut pilaksi. Uudenlaiset uhat koulumaailmassa ovat asettaneet

sekä oppilaat että koulun henkilökunnan uudenlaisten riskipohdintojen eteen. Kouluihin on esitetty muun muassa metallinpaljastimia, vartijoita, lisättyä kameravalvontaa ja opettajien turvallisuuskoulutusta (ks. esim. Helsingin sanomat 5.4.2008; Savon sanomat 29.10.2008).

Kauhajoen kouluammuskelu ajoittui ikävästi keskelle syksyn 2008 ylioppilaskirjoituksia. Ropposen (2011) tutkimuksen mukaan Kauhajoen koulusurmien uutisoinnilla oli negatiivinen vaikutus poikien suoriutumiseen ylioppilaskirjoituksissa. Vastaavaa vaikutusta ei havaittu tytöillä. Tätä eroa Ropponen (2011) selittää tyttöjen varhaisemmalla aikuistumisella ja tyttöjen poikia laajemmilla sosiaalisilla verkostoilla, jotka toimivat lieventävänä tekijänä negatiivisen shokin vaikutuksille. Tässä tutkimuksessa tytöt kokivat poikia enemmän ampumatapausten vaikuttaneen koulussa koettuun turvallisuuteen. Kuvion 5 mukaan 12 % naisista ja kuusi prosenttia miehistä ilmoitti Jokelan, Kauhajoen ja Norjan Utöyan saaren ampumatapausten vaikuttaneen koettuun turvallisuuteen koulussa. Norjassa Utöyan saarella heinäkuussa 2011 tapahtunut häikäilemätön surmien sarja kohdistui nimenomaan nuorisoon. Tästä syystä tutkimuksessa Utöya on nostettu Kauhajoen ja Jokelan tapausten rinnalle.

Kuvio 5. Koetko, että Jokelan, Kauhajoen ja Utöyan saaren ampumatapaukset ovat vaikuttaneet kokemaasi turvallisuuteen koulussa?



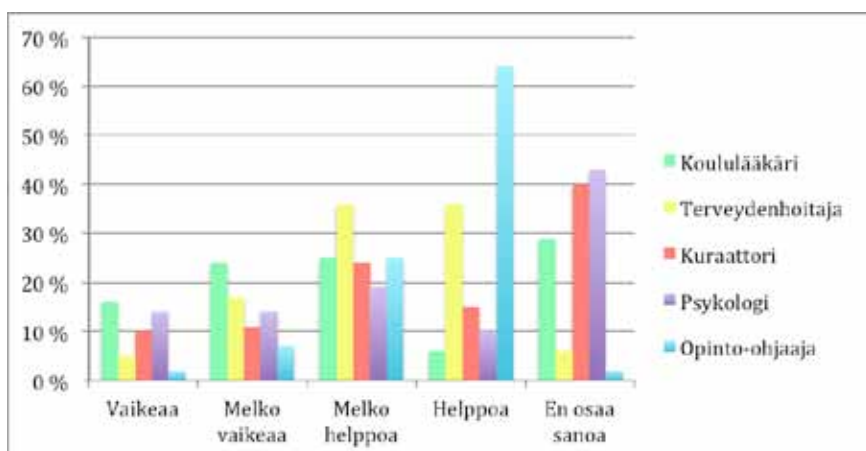
Lukiolain (629/1998) mukaan koulutuksen järjestäjän tulee laatia koulun opetussuunnitelman yhteydessä suunnitelma opiskelijoiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä opetushallituksen antamien tarkempien ohjeiden mukaisesti. Koulutuksen järjestäjän tulee lisäksi hyväksyä järjestyssäännöt tai vaihtoehtoisesti antaa muut oppilaitoksessa sovellettavat järjestysmääräykset, joilla edistetään sisäistä järjestystä, opiskelun esteetöntä sujumista sekä opiskeluympäristön turvallisuutta ja viihtyisyyttä. (Putus 2011: 133).

3.6 OPISKELIJAHUOLLON PALVELUT

Koulun sosiaalisten ja fyysisten olosuhteiden lisäksi opiskelijahuollon palvelut ovat tärkeitä hyvinvoinnin varmistajia lukioissa. Opiskelijaterveydenhuollon järjestämisessä on suuria eroja kunnittain. Kunnissa ei ole yhteneviä käytänteitä siitä, miten opiskelijaterveydenhuolto tulisi järjestää. Opiskelijaterveydenhuollon palvelut ja niiden tila voivat erota myös kunnan sisällä. Tämä voi olla mahdollista, mikäli saman kunnan alueella on useampia lukioita. Näin on erityisesti väestömäärältään suurissa kunnissa.

Kyselyn perusteella helpointa on päästä opinto-ohjaajan ja terveydenhoitajan vastaanotolle. Terveydenhoitaja on tavallisesti ensimmäinen taho, jonka vastaanotolle hakeudutaan fyysistä tai psyykkistä terveyttä koettelevissa ongelmatilanteissa. Terveydenhoitajan vastuulle kuuluu lisäksi terveystarkastusten tekeminen.

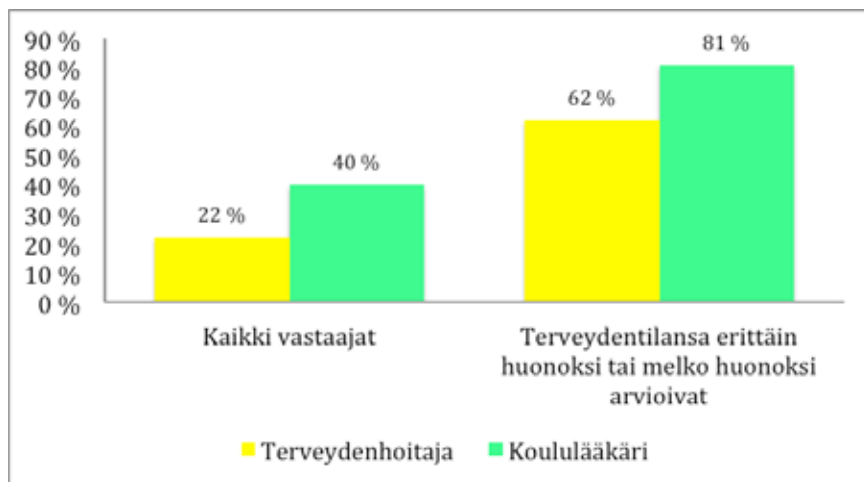
Kuvio 6. Kokemus opiskelijapalveluiden saatavuudesta. Sukupuoli, luokka-aste ja koulun koko vakioitu (%)



Kaikilla lukiolaisilla ei ole tarvetta opiskelijaterveydenhuollon palveluihin, joten kuviossa 6 esitetyt prosentit mittaavat lähinnä käsitystä siitä, miten helpoksi he uskovat palveluiden saavutettavuuden. Tästä näkökulmasta on huomionarvoista, että terveydentilansa erittäin heikoksi tai melko heikoksi arvioineet suhtautuivat opiskelijaterveydenhuollon palveluiden saavutettavuuteen muita kriittisemmin (ks. kuvio 7).

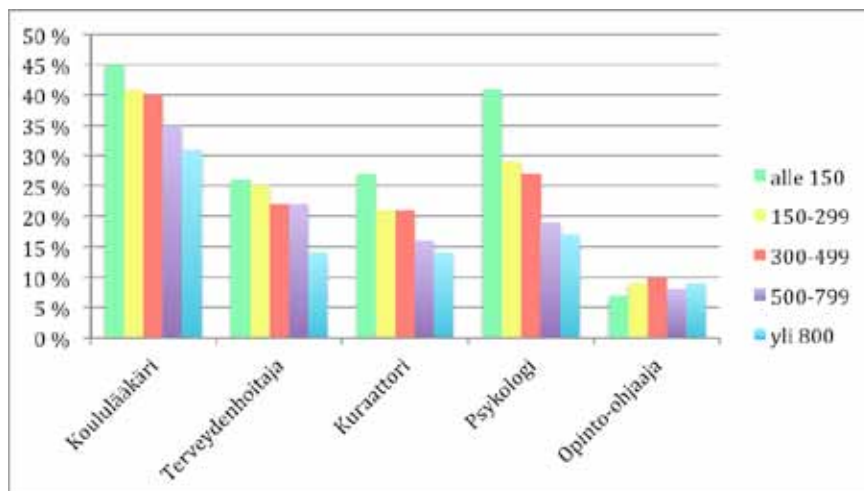
Kielteinen arvio koulukuraattorille ja psykologille pääsystä saattaa selittyä sillä, että koulukuraattorin palvelut ovat keskittyneet lukioiden sijasta peruskouluun. Tämä selittää osaksi myös tietämättömien (en osaa sanoa) määrää.

Kuvio 7. Kokee terveydenhoitajan ja koululääkärin vastaanotolle pääsyn melko tai erittäin hankalaksi, itse arvioidun terveydentilan mukaan (%)



Kyselyn perusteella opiskelijaterveydenhuollon palveluiden saatavuus näyttää eroavan myös koulukoon mukaan. Terveydenhuoltohenkilökunnan kuten koululääkärin, terveydenhoitajan, kuraattorin ja psykologin vastaanotolle pääsy koettiin vaikeimmaksi pienissä alle 150 oppilaan lukiossa. Kyselyn perusteella koululääkärille, terveydenhoitajalle, kuraattorille ja psykologille pääsy helpottuu oppilasmäärältään suuremmissa lukioissa (ks. kuvio 8). Kyselyssä selvitettiin myös opinto-ohjaajan vastaanotolle pääsyä. Opinto-ohjaajan juttusille pääsy on vaikeinta keskikokoisissa 300-499 oppilaan lukioissa ja helpointa puolestaan pienissä alle 150 oppilaan lukioissa.

Kuvio 8. Kokee vastaanotolle pääsyn vaikeaksi tai melko vaikeaksi, koulukoon mukaan. Sukupuoli ja luokka-aste vakioitu (%)



Maakuntien sisällä ilmeni suurta vaihtelua opiskelijahuollon palveluiden saavutettavuudessa. Terveystenhoitajalle pääsy koettiin vaikeimmaksi Etelä-Karjalassa, jossa jopa 21 % vastanneissa piti terveystenhoitajan vastaanotolle pääsyä vaikeana. Kouluterveydenhoitajien osalta paras tilanne oli Keski-Suomessa, jossa ainoastaan yksi vastaaja 181:stä piti vastaanotolle pääsyä vaikeana. Samalla lähes joka toinen (48 %) Keski-Suomen lukiolainen piti terveystenhoitajan vastaanotolle pääsyä helppona.

Koululääkärin vastaanotolle pääsy koettiin vaikeimmaksi niinkään Etelä-Karjalassa. Helpointa koululääkärin vastaanotolle oli päästä Keski-Suomessa, Pohjanmaalla ja Etelä-Pohjanmaalla (ks. taulukko 4).

Kuraattori oli vaikeiden tavoitettavissa Pohjois-Savossa, jossa kuraattorin vastaanotolle pääsyä piti vaikeana 23 % kyselyyn vastanneista lukiolaisista. Seuraavaksi eniten vaikeuksia vastaanotolle pääsyssä koettiin Päijät-Hämeessä ja Pohjois-Savossa, joissa joka viides lukio-
lainen piti kuraattorin vastaanotolle pääsyä vaikeana. Helpoimmaksi kuraattorin vastaanotolle pääsy koettiin Kainuussa ja Etelä-Pohjanmaalla. Kainuulaisista lukiolaisista 35 % piti vastaanotolle pääsyä helppona.

Maakuntavertailussa psykologin vastaanotolle oli helpointa hakeutua Pirkanmaalla, Etelä-Pohjanmaalla sekä Uudellamaalla. Vaikeimmaksi psykologin vastaanotolle pääsy koettiin Kanta-Hämeessä, jossa jopa 31 % lukiolaisista piti vastaanotolle pääsyä vaikeana. Psykologille pääsy koettiin vaikeaksi myös Etelä-Karjalassa, jossa joka neljäs lukiolainen piti vastaanotolle pääsyä vaikeana.

Opinto-ohjaajan vastaanotolle pääsyn kokemisessa ei löydetty merkittäviä maakunta-kohtaisia eroja. Opinto-ohjaajan saavutettavuudessa maantieteellistä sijaintia merkittäväm-
pää on koulun koko (ks. kuvio 8).

Taulukko 3. Kouluterveydenhoitajan vastaanotolle pääsyn kokeminen maakunnan mukaan (%)

MAAKUNTA	Vaikeaa	Melko vaikeaa	Melko helppoa	Helppoa	EOS
Etelä-Karjala	21 %	35 %	22 %	18 %	4 %
Etelä-Pohjanmaa	4 %	17 %	33 %	43 %	3 %
Etelä-Savo	6 %	15 %	40 %	32 %	7 %
Kainuu	4 %	24 %	39 %	30 %	3 %
Kanta-Häme	9 %	30 %	32 %	27 %	2 %
Keski-Pohjanmaa	5 %	10 %	38 %	46 %	1 %
Keski-Suomi	1 %	9 %	38 %	48 %	4 %
Kymenlaakso	6 %	16 %	33 %	41 %	4 %
Lappi	5 %	20 %	43 %	30 %	2 %
Pirkanmaa	2 %	14 %	35 %	42 %	7 %
Pohjanmaa	5 %	8 %	38 %	43 %	6 %
Pohjois-Karjala	4 %	16 %	36 %	37 %	7 %
Pohjois-Pohjanmaa	6 %	24 %	35 %	27 %	8 %
Pohjois-Savo	6 %	23 %	35 %	32 %	4 %
Päijät-Häme	4 %	16 %	49 %	25 %	6 %
Satakunta	5 %	23 %	35 %	35 %	2 %
Uusimaa	5 %	15 %	36 %	35 %	9 %
Varsinais-Suomi	3 %	13 %	37 %	40 %	7 %

Taulukko 4. Koululääkärin vastaanotolle pääsyn kokeminen maakunnan mukaan (%)

MAAKUNTA	Vaikeaa	Melko vaikeaa	Melko helppoa	Helppoa	EOS
Etelä-Karjala	25 %	39 %	13 %	4 %	19 %
Etelä-Pohjanmaa	13 %	20 %	37 %	13 %	17 %
Etelä-Savo	14 %	22 %	35 %	9 %	20 %
Kainuu	20 %	24 %	30 %	2 %	24 %
Kanta-Häme	24 %	27 %	20 %	4 %	25 %
Keski-Pohjanmaa	18 %	21 %	18 %	8 %	35 %
Keski-Suomi	6 %	21 %	38 %	8 %	27 %
Kymenlaakso	15 %	27 %	18 %	6 %	34 %
Lappi	19 %	34 %	15 %	11 %	21 %
Pirkanmaa	11 %	23 %	32 %	8 %	26 %
Pohjanmaa	15 %	21 %	28 %	3 %	33 %
Pohjois-Karjala	13 %	26 %	28 %	8 %	25 %
Pohjois-Pohjanmaa	20 %	30 %	18 %	4 %	28 %
Pohjois-Savo	18 %	20 %	29 %	5 %	28 %
Päijät-Häme	14 %	27 %	18 %	6 %	35 %
Satakunta	23%	23 %	21 %	8 %	25 %
Uusimaa	17 %	20 %	19 %	5 %	39 %
Varsinais-Suomi	12 %	23 %	26 %	4 %	35 %



4 Lukiolaisten terveydentila

4.1 LUKIOLAISTEN ITSE ARVIOITU TERVEYDENTILA

Nuorten terveystutkimuksessa ollaan yhä enemmän kiinnostuneita nuorten itsensä kokemasta terveydentilasta. Vanhempaan väestöön verrattuna nuorilla esiintyy vähemmän kliinisesti todettuja sairauksia ja kuolleisuusluvut ovat matalammat. Näistä syistä johtuen subjektiivinen hyvinvoinnin tutkiminen on perusteltua nuorten kohdalla. Subjektiivisen, kokemukseen perustuvan mittaamisen etuna voidaan pitää mahdollisuutta tarkastella omaa terveydentilaa positiivisessa valossa. Subjektiiviseen mittaamiseen liittyy myös ongelmia. On mahdollista, että yksilö kokee oman terveydentilansa huonoksi, vaikka varsinaisia oireita ei ole. Asetelma voi olla myös päinvastainen.

Taulukosta 5 selviää, että suurin osa lukiolaisista kokee oman terveydentilansa melko hyväksi. Joka neljäs lukiolainen arvioi oman terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Tätä tulosta voidaan pitää huolestuttavana. Koetussa terveydentilassa on selvää sukupuolittuneisuutta. Pojista 77 % pitää terveydentilaansa erittäin tai melko hyvänä, tytöistä samaan yltää vain 68 %.

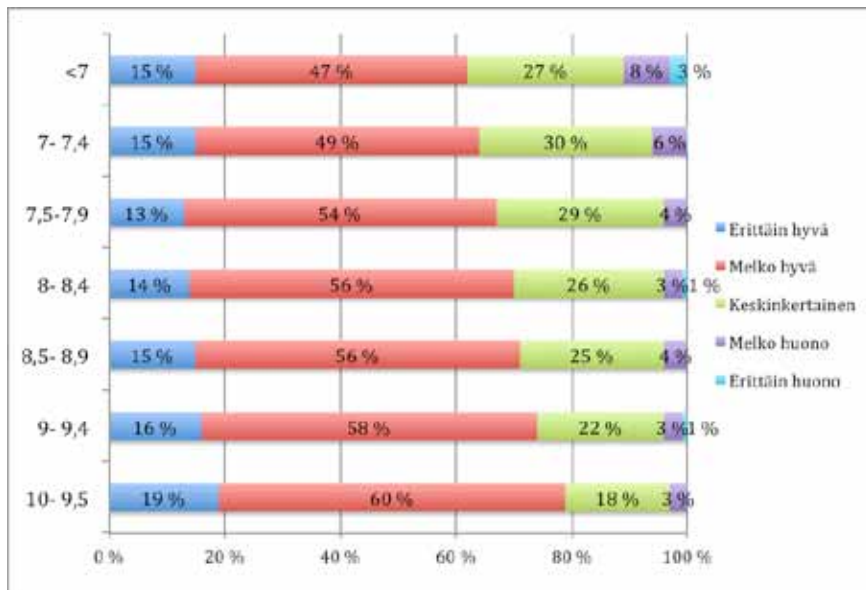
Lukiolaisten koetussa terveydentilassa on tapahtunut selkeä muutos vuosien 2006-2011 välillä. Lukiolaisten hyvinvointitutkimuksen 2007 mukaan pojista 84 % arvioi oman terveydentilansa erittäin tai melko hyväksi. Pudotusta tähän on tullut seitsemän prosenttia. Tyttöjen kohdalla suunta on sama, laskua on jopa 11 %.

Taulukko 5. Koettu terveydentila sukupuolen mukaan (%)

	Tytöt	Pojat	Yhteensä
Erittäin hyvä	12	23	15
Melko hyvä	56	54	55
Keskinkertainen	27	20	25
Melko huono	4	2	4
Erittäin huono	1	1	1
Yhteensä (N)	100 (2310)	100 (767)	100 3077

Koetulla terveydentilalla ja oppilaan keskiarvolla todettiin olevan yhteyttä (kuvio 9). Terveystilansa parhaimmaksi arvioi 10- 9,5 keskiarvoon yltävät lukiolaiset. Heistä lähes joka viides (19 %) arvioi terveydentilansa erittäin hyväksi. Melko hyväksi terveydentilansa heistä arvioi 60 %. Heikoimmaksi terveydentilansa arvioivat alle seitsemän keskiarvon oppilaat.

Kuvio 9. Koettu terveydentila keskiarvon mukaan. Sukupuoli ja luokka-aste vakioitu (%)



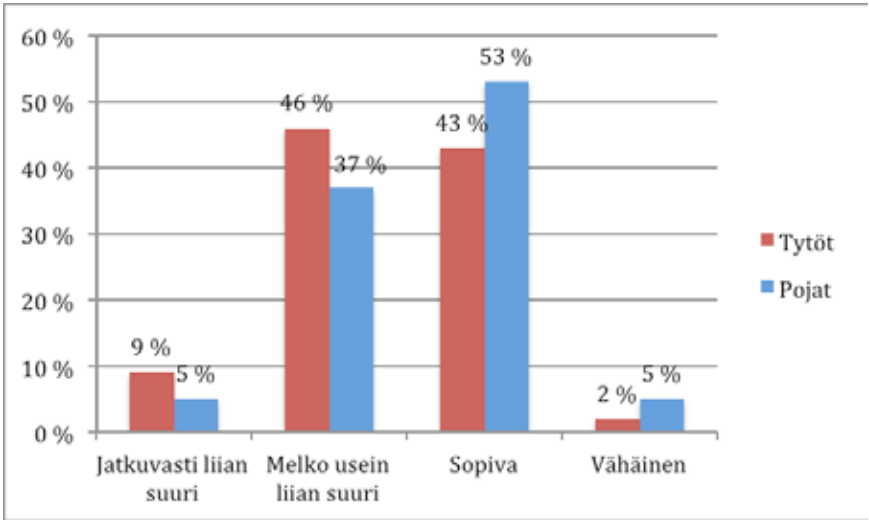
4.2 KOULUTYÖSSÄ JAKSAMINEN

Koulutyön määrällä yhdessä koulun ilmapiirin kanssa on havaittu (ks. esim. Konu 1999; Savolainen 2001) olevan suurempi vaikutus opiskelijan hyvinvointiin kuin koulun fyysisillä olosuhteilla.

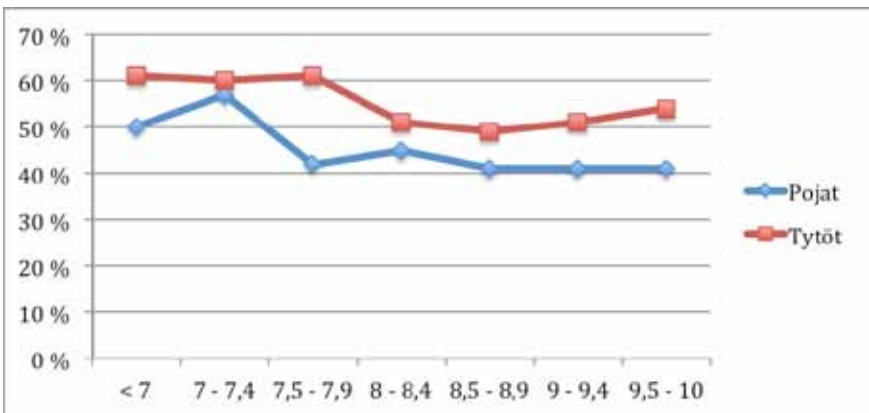
Lukio mielletään vaativaksi ja aikaa vieväksi koulutusmuodoksi. Kyselyyn vastanneista lukiolaisista kahdeksan prosenttia arvioi koulutyöhön liittyvän työmäärän jatkuvasti liian suureksi. Melko usein liian suurena lukion työmäärää piti 44 % vastaajista. Sopivana koulutyöhön sisältyvää työmäärää piti 45 % lukiolaisista. Liian vähäiseksi työmäärän koki kolme prosenttia. Tytöt pitivät koulutyöhön liittyvää työmäärää poikia suurempana (ks. kuvio 10). Työmäärää liian suurena pitivät erityisesti alle kahdeksikon keskiarvon tytöt (ks. kuvio 11). Kokemus liian suuresta työmäärästä on yleisin toista vuosikurssia käyvien keskuudessa.

Koulutyön määrän liian suureksi arvioivien lukiolaisten määrä on pysynyt koko 2000-luvun lähes samana. Yhä noin puolet lukiolaisista pitää lukioon liittyvän koulutyön määrää liian suurena.

Kuvio 10. Lukiokoulutuksen sisältämän työmäärän kokeminen sukupuolen mukaan (%)



Kuvio 11. Koulutyön liittyvän työmäärän liian suureksi kokeneiden osuus sukupuolen ja keskiarvon mukaan (%)

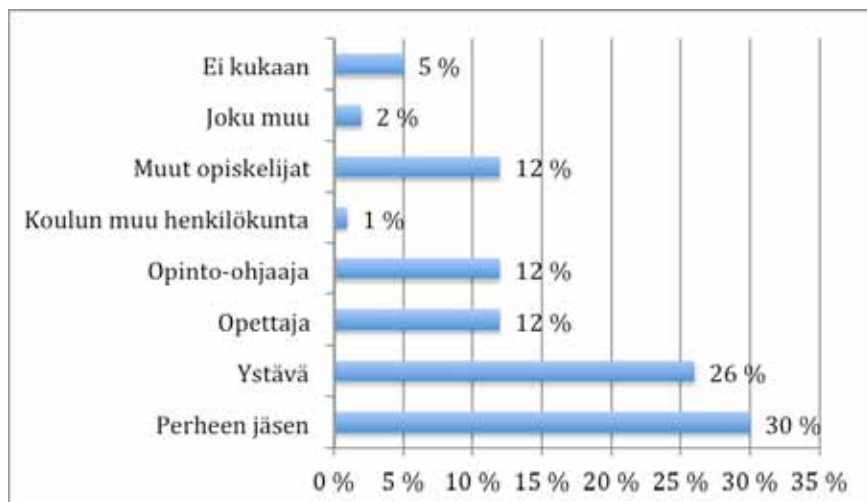


Kokemukset kiireestä ja liian suuresta työmäärästä väsyttävät lukiolaisia. Opintojen aiheuttaman stressin tutkimiseen on kehitetty koulu-uupumuksen käsite, joka kuvaa koulunkäyntiin liittyvästä pitkittyneestä stressistä aiheutunutta stressioireyhtymää. Koulu-uupumus on pitkäkestoinen tila, joka koostuu kolmesta osa-alueesta: kynnisydestä koulunkäyntiä kohtaan, emotionaalisesta väsymyksestä ja riittämättömyyden tunteesta (Salmela-Aro & Näätänen 2005). Salmela-Aron (2010: 453) mukaan nuorten uupuminen on monitahoinen prosessi, johon vaikuttavat niin sosiaalinen ympäristö, institutionaaliset rakenteet, taloudelliset olosuhteet, sosiaalinen tausta, sukupuoli sekä yksilön motivaatio.

Kyselyssä selvitimme, keneltä lukiolaiset saavat ensisijaisesti apua opiskeluun liittyvissä ongelmissa. Kuviosta 12 käy ilmi, että perheenjäsenet ovat suurimmalle osalle lukiolaisista

ensisijainen tuki opiskeluun liittyvissä ongelmissa. Seuraavaksi eniten käännetään ystävän puoleen. Opettajan puoleen käännetään yhtä useasti kuin opinto-ohjaajan tai muiden oppilaiden. Vastaajista viisi prosenttia koki, ettei saa apua keneltäkään. Salmela-Aro (2010: 385) pitää tärkeänä nuorten kokemuksia siitä, että hän voi tarvittaessa turvautua erityisesti aikuisiin ja luottaa siihen, että ongelma- ja pulmatilanteessa apua on saatavilla. Sukupuolten välillä ei ollut eroa kenen puoleen ensisijaisesti käännetään.

Kuvio 12. Ensisijainen avun antaja opiskeluun liittyvissä ongelmissa.

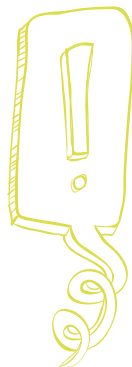


4.3 KOETTU MIELIALA

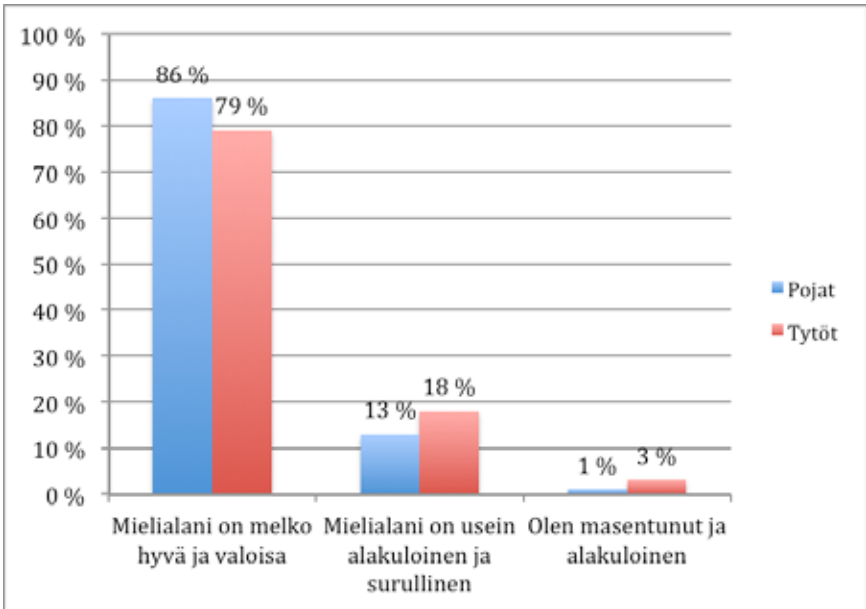
Kouluterveyskyselyssä ja useassa muussa tutkimuksessa on mitattu nuorten masentuneisuutta Beckin 13-osioisella depressiokyselyllä. Tässä tutkimuksessa lukiolaiset arvioivat omaa mielialaansa subjektiivisen kokemuksen pohjalta.

Mielialan masentuneisuuden ja depression välille on hyvä tehdä selkeä ero. Arkipäiväisessä kielenkäytössä masennus-sanaa käytetään viittaamaan sekä kliinisesti diagnosoituun masennukseen että ohimenevään masentuneeseen mielialaan (Ojajärvi 2003: 50).

Lukiolaisista suurin osa ilmoitti mielialansa olevan hyvä ja valoisa. Tytöt ilmoittivat kokevansa masentunutta ja alakuloista mielialaa poikia useammin (ks. kuvio 13).



Kuvio 13. Koettu mieliala sukupuolen mukaan (%)



4.4. LUKIOLAISTEN FYYSISET OIREET

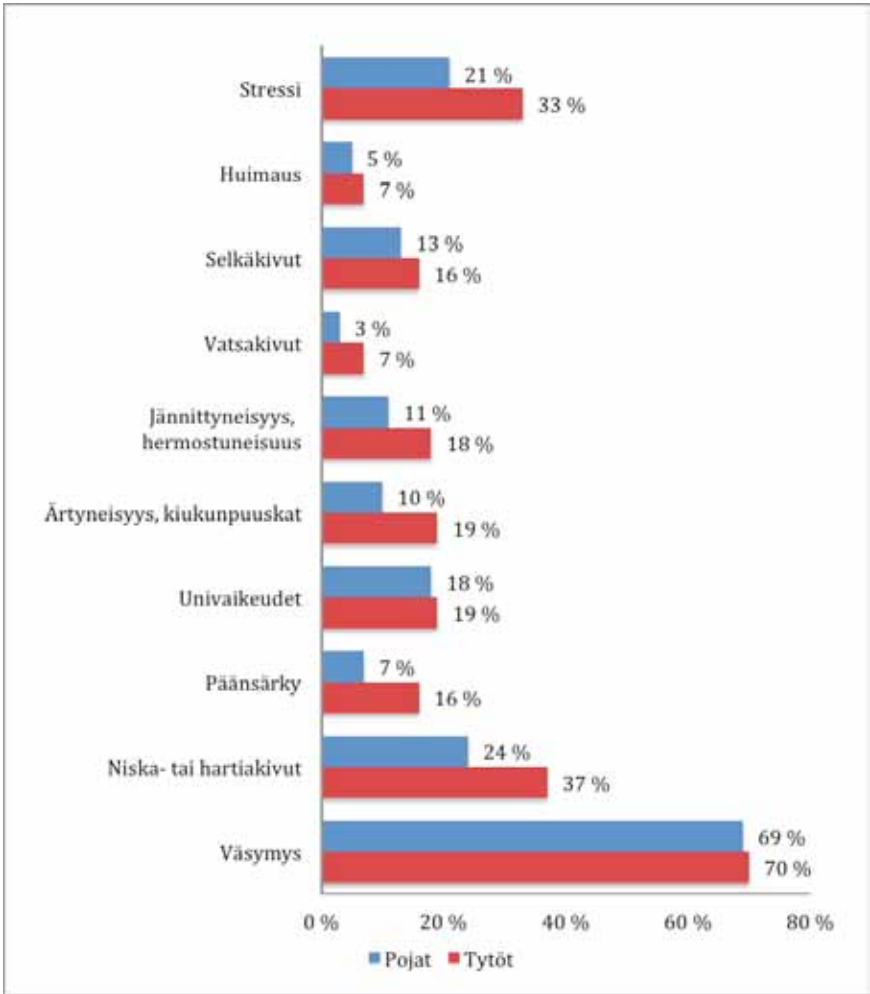
Lukiolaisten kokemat fyysiset oireet ovat lisääntyneet 2000-luvulla. Väsymyksen tunne on oireista yleisin. Viikoittain väsymyksen kanssa kamppailee jopa 70 % kyselyyn vastanneista lukiolaisista. Stressi koettelee viikoittain jopa lähes puolta lukiolaisista (48 %). Viikoittaisia univaikeuksia on kolmellakymmenellä prosentilla. Sama määrä lukiolaisia kärsii viikoittaisista päänsäryistä. Huolestuttavaa on myös viikoittaisten selkäkipujen kanssa kamppailevien määrä (26 %). Vaikka oireita ei suoraan määritellä somaattisiksi oireiksi, tulisi näinkin yleisten oireiden syitä miettiä koulujen sisällä tarkemmin; esimerkiksi selkäkipujen ja huonon ergonomian yhteys on ilmeinen.

Oireiden kokemisessa korostuu suuri sukupuolten välinen ero. Tytöt ilmoittavat kärsivänsä viikoittaisista oireista noin kaksi kertaa useammin kuin pojat.

Yksinäisyyttä päivittäin kokevat lukiolaiset kokivat viikoittain fyysisiä oireita yli kaksi kertaa enemmän kuin muut. Viikoittaiset kiukunpuuskat, jännittyneisyys, stressi, univaikeudet ja väsymys olivat yksinäisyyttä kokeville tyypillisiä fyysisiä oireita.

Hyvät arvosanat ja koulussa menestyminen eivät suojaa fyysisiltä oireilta. Opintoissaan hyvin menestyvät yli 9,5:n keskiarvon oppilaat kokivat viikoittaista stressiä sekä vatsakipuja muita enemmän.

Kuvio 14. Viikoittaisten oireiden kokeminen sukupuolen mukaan (%)

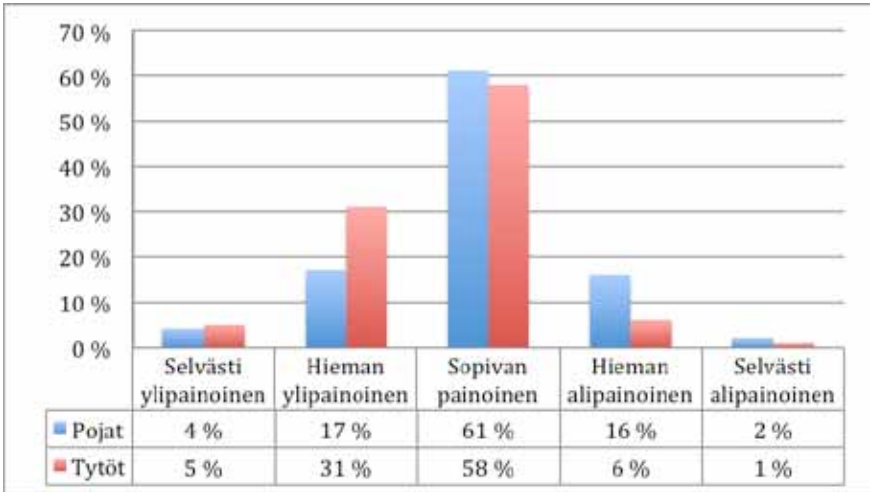


Taulukko 6. Muutokset päänsäryn sekä niska- ja hartiakivun oireissa (%)

	1998	2003	2012
Viikoittainen päänsärky	24	26	30
Niska- ja hartiakipuja viikoittain	31	35	36

Mielikuva omasta painosta on henkilön subjektiivinen kokemus omasta ruumiinpainon sopivuudesta, yli- tai alipainoisuudesta. Subjektiivinen kokemus omasta painosta ei välttämättä vastaa henkilön todellista objektiivisesti mitattua painoa.

Kuvio 15. Mielikuva omasta painosta sukupuolen mukaan (%).



Kuvion 15 esittämiä tuloksia voidaan pitää sukupuolittuneina. Tulosten voidaan katsoa heijastelevan yhteiskunnan sisällä vallitsevaa vartalokäsitystä. Pojat peilaavat omaa käsitystään painosta yhteiskunnan vaalimaan mieskuvaan, jonka mukaan miehen tulee olla ruumiiltaan jännevä ja lihaksikas. Malli-, musiikki-, ja elokuvamaailman laihat kaunottaret viestivät tytöille eri kieltä. Tulosten mukaan tytöt ilmoittivat olevansa hieman ylipainoisia lähes kaksi kertaa useammin kuin pojat (31 %/17 %).

Kyselyn tulosten mukaan suurin osa tytöistä (58 %) ja pojista (61 %) oli omasta mielestään sopivan painoisia.



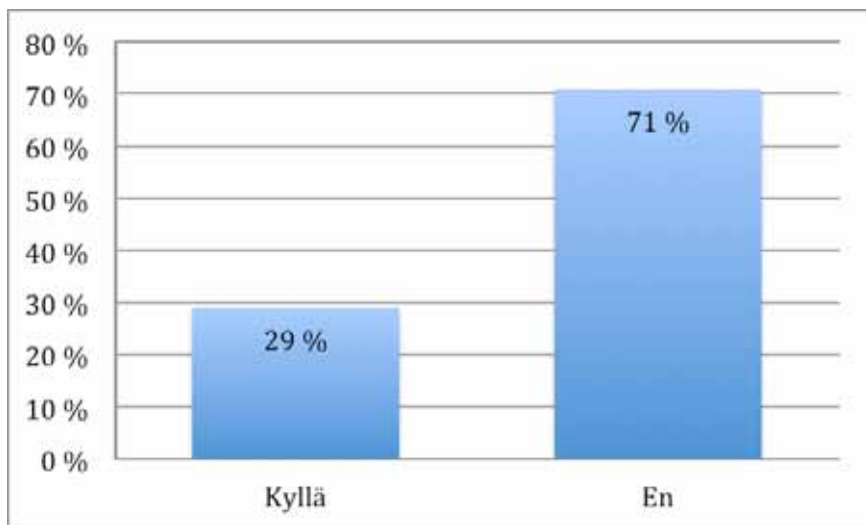
5 Lukiolaisten terveyskäyttäytyminen

Terveyskäyttäytyminen on osa ihmisen elämäntyyliä, käyttäytymistä ja valintoja terveyteen vaikuttavissa asioissa. Nuorena omaksutut elämäntavat ja niiden tyyli vaikuttavat aikuisiän terveyteen ja hyvinvointiin. On kuitenkin tärkeää huomata, että elämäntavat eivät ole stabiileja, muuttumattomia, vaan ihminen muuttaa niitä jatkuvasti omien kokemusten ja sosiaalisen ympäristön kautta (Kunttu 2011: 129).

Tässä tutkimuksessa lukiolaisten terveyskäyttäytymistä tutkittiin viidellä kysymyksellä. Vastaukset on esitetty alla.

Tupakan, alkoholin ja muiden päihteiden käyttökokeilut ajoittuvat Pirskaen & Pietilän (2011: 179) mukaan nuorten puberteettikehitykseen ja nuoruusiän sosiaali-kehitykseen. Esimerkiksi tupakoinnin on todettu lisääntyvän juuri 15-21-vuotiaana. Kyselyyn vastanneista lukiolaisista joka kymmenes ilmoitti tupakoivansa säännöllisesti. Laittomia päihteitä tunnusti kokeilleensa 13 % vastaajista. Humalassa vähintään kerran kuukaudessa on 29 % kyselyyn vastanneista lukiolaisista. Tupakan, alkoholin ja laittomien päihteiden käytöllä ei ollut merkittävää eroa sukupuolten välillä.

Kuvio 16. Oletko humalassa vähintään kerran kuukaudessa. (%)



Maakuntien vertailu osoitti, että humalajuomista harrastetaan eniten Kanta-Hämeessä sekä Etelä- ja Keski-Pohjanmaalla. Näiden maakuntien alueella asuvista kyselyyn vastanneista lukiolaisista 36 % ilmoitti olevansa humalassa vähintään kerran kuukaudessa. Etelä-Savossa vastaava prosentti oli 20 % - maakunta vertailun alhaisin.

Lukiolaisten laittomia päihdekokeiluja oli maakunnista eniten Päijät-Hämeessä (16 %), Uudellamaalla (16 %), Kanta-Hämeessä (15 %) sekä Pohjois-Pohjanmaalla (15 %). Vähiten laittomiin päihteisiin oli kajottu Satakunnassa, jonka alueella asuvista lukiolaisista kahdeksan prosenttia ilmoitti kokeilleensa laittomia päihteitä.

Kuvio 17. Oletko kokeillut laittomia päihteitä? (%)



Ruoan terveellisyys, turvallisuus ja alkuperä ovat yhä enemmän alkaneet kiinnostaa kuluttajia. Lukiolaisten kohdalla ruokatottumuksia ja valintoja ohjaavat useat eri tekijät kuten terveystietoisuus, sosiaaliset suhteet, perheen taloudellinen tilanne sekä perheen ja lukiolaisen aikataulut. Kyselyyn vastanneista lukiolaisista 69 % kokee syövänsä terveellisesti. Sukupuolten välillä ei havaittu merkittävää eroa.

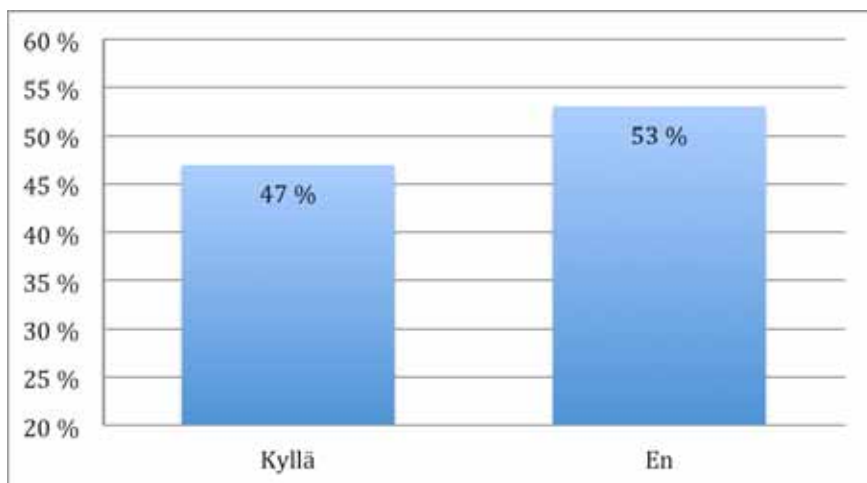
Kuvio 18. Koetko syöväsi terveellisesti? (%)



Unettomuus on yleinen vaiva, jota esiintyy Suomessa kaksi kertaa muuta Eurooppaa yleisemmin. Uni on ihmisen hyvinvoinnille sekä aivojen toimintakyvylle elintärkeä asia. Opiskelijoille uni on keskeinen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja opiskelukyvyn kannalta. Pitkään jatkunut univaje heikentää yksilön fyysistä ja psyykkistä terveyttä. Pitkittyneen univajeen on todettu altistavan verenpaine- ja sepelvaltimotaudille sekä aikuisiän diabetekselle. On mahdollista, että univaje lisää riskiä mielenterveyshäiriöiden kuten masennuksen ja ahdistuneisuushäiriön kehittymiseen (Hannula & Mikkola 2011: 203-204).

Tässä tutkimuksessa väsymys oli lukiolaisten yleisin fyysinen oire, joka koettelee viikoittain jopa 70 prosenttia lukiolaisista. Suurin osa lukiolaisista (53 %) kokee, ettei nuku riittävästi. Sukupuolten välillä ei ilmennyt merkittävää eroa.

Kuvio 19. Nukutko mielestäsi riittävästi (%).



6 Nuorten elinympäristö

6.1 ASUINYMPÄRISTÖ

Asuinympäristöstä puhuttaessa ollaan tekemisissä monitasoisen ja -alaisen käsitteen kanssa.

Termillä voidaan tarkoittaa useita eri asioita. Asuinympäristö voidaan määritellä fyysiseksi rakennukseksi tai asuinalueeksi, jossa yksilö asuu. Asuinympäristö voidaan lisäksi määritellä laajasti taloudellisista, sosiaalisista ja väestöllisistä tekijöistä muodostuvaksi kokonaisuudeksi (Heikkilä et al. 2002: 21). Tässä tutkimuksessa asuinympäristö mielletään välittömäksi asuinalueeksi.

Asuinalueella on katsottu olevan enemmän merkitystä lapsille ja nuorille kuin aikuisille. Lasten ja nuorten oletetaan viettävän asuinympäristössään enemmän aikaansa kuin aikuisten ja olevan tätä kautta aikuisia sidotumpia omaan asuinalueeseen ja sen tarjoamiin mahdollisuuksiin (Karvinen 1998: 100). Lapset ja nuoret arvottavat asuinalueitaan toisella tapaa kuin vanhemmat. Nuorille tärkeitä tekijöitä ovat toiminta- ja osallistumismahdollisuudet asuinalueella. Vanhemmalle väestölle rauha ja ympäristön hallittavuus ovat nuoria tärkeämpiä tekijöitä arvotettaessa hyvää asuinalueita (Lahti 2001: 7).

Asuinalueella on myös suora yhteys ihmisen fyysiseen terveyteen. Karvonen & Rahkonen (2004) esittävät neljä alueellista tekijää, joilla voi olla seurauksia erityisesti nuorten terveyteen ja sitä kautta suoraan hyvinvointiin. Nämä tekijät ovat sovellettavissa välittömään asuinympäristöön tai mittakaavaltaan suurempiin alueisiin. Ensimmäinen tekijä on alueen fyysiset olosuhteet, jotka voivat eri alueilla poiketa paljon toisistaan. Esimerkiksi paikalliset saasteongelmat terveysvaikutuksineen tai maaperän ravinnetekijät, esimerkiksi juomaveden fluoripitoisuus, kuuluvat tähän ryhmään.

Toinen alueellinen ryhmittely perustuu Suomen kulttuurihistoriallisiin eroihin. Näitä eroja on osoitettu näkyvän muun muassa ravintotottumuksissa sekä nuorten raittiudessa. Yleisesti ottaen nämä kulttuuriset terveysvaikutukset Suomen sisällä syntyvät asenteiden, normien ja perinteisten tapojen kautta. Esimerkiksi nuorten, lähinnä poikien, nuuskan käyttö on yleistä Suomen läntisellä rannikkoseudulla, jolla on kiinteät kulttuurisiteet Ruotsiin (Karvonen & Rahkonen 2004).

Kolmas ryhmittely perustuu alueen sosioekonomiseen rakenteeseen. Nuorten elämä on monin tavoin paikallisempaa kuin aikuisten elämä. Ajokortittomat ja taloudellisesti tiukoilla olevat nuoret ovat usein sidottuja pieneen alueeseen. Pienellä alueella vallitseva tekemätömyys, näköalattomuus ja vähäiset toimintavaihtoehdot ovat omiaan lisäämään nuorten mielialan laskua ja sitä kautta psyykinen terveyskin voi olla uhattuna. Toisaalta täytyy muistaa, että myös vilkkaampien kaupunkien hektinen ja kiivas elämänrytmi voi olla nuorelle äärimmäisen kuluttava (Karvonen & Rahkonen 2004).

Neljännän nuorten terveyteen yhteydessä olevan tekijäryhmän muodostavat sosiaalili- ja terveyspolitiikan ja terveyspalveluiden alueellinen vaihtelu. Suomalaista terveys- ja sosiaalipolitiikkaa on perinteisesti luonnehtinut voimakas pyrkimys alueelliseen tasa-arvoon, mutta tästä huolimatta paikallisista käytänteistä ja olosuhteista on seurannut eriarvoistavaa kehitystä. Jo pelkästään haja-asutusalueiden pitkät välimatkat aiheuttavat sen, että mahdollisen tapaturman sattuessa nuoren pääsy tehokkaaseen hoitoon vaihtelee maan eri osissa. Myös koulu- ja kuntakohtainen suhtautuminen hyvinvointiin on monen kirjavaa (Karvonen & Rahkonen 2004).

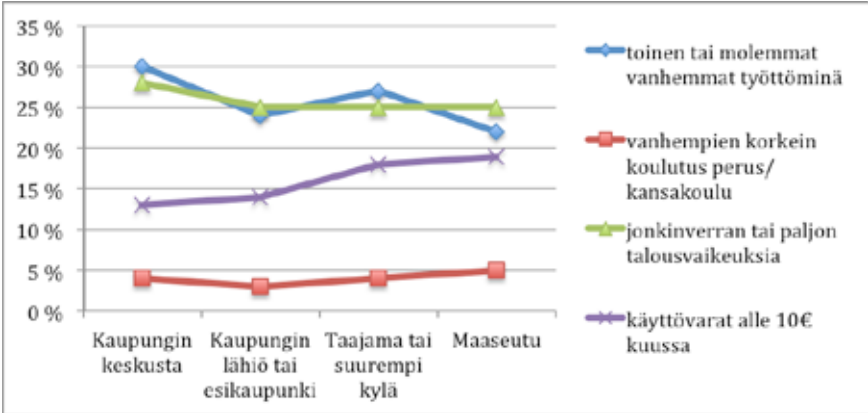
6.2 ASUINALUE HYVINVOINNIN SELITTÄJÄNÄ

Kyselyssä vastaajat valitsivat neljästä vaihtoehdosta parhaiten asuinalueuttaan kuvaavan vaihtoehdon. Vaihtoehdot olivat: 1 kaupungin keskusta, 2 kaupungin lähiö tai esikaupunki, 3 taajama tai suurempi kylä sekä 4 maaseutu. Vastaukset jakautuivat taulukon 7 mukaan. Asuinalueiden ja hyvinvoinnin yhteyttä tutkittiin neljällä ulottuvuudella, jotka ovat sosiaaliset suhteet, elinolot, terveystottumukset ja turvallisuus. Näiden lisäksi lukiolaisilta tiedusteltiin muuttolukkuutta. Sosiaalsiin suhteisiin, elinoloihin, terveystottumuksiin ja turvallisuuteen liittyvien indikaattoreiden ja asuinpaikan yhteyttä tarkasteltiin ristiintaulukoinnin avulla, lisäksi tilastollinen merkitsevyys testattiin khiin neliötestin avulla.

Taulukko 7. Asuinalueiden jakautuminen vastaajien mukaan

Asuinalue	Vastaajien lukumäärä	Vastaajien prosenttiosuus
Kaupungin keskusta	N= 431	14 %
Kaupungin lähiö/esikaupunkialue	N=1554	50 %
Taajama tai suurempi kylä	N= 652	21%
Maaseutu	N= 462	15%

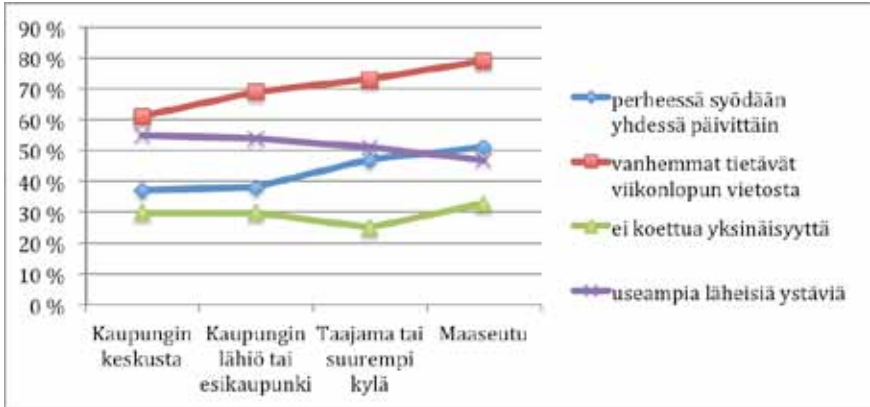
Kuvio 20. Lukiolaisten elinolot asuinalueen mukaan (%)



Elinolojen ja asuinpaikan välillä selkein ero löytyy lukiolaisten käyttövaroista (ks. kuvio 20). Käyttövaroilla ja asuinpaikalla todettiin myös tilastollisesti merkitsevä yhteys (0,033).

Suurempia eroja ei löytynyt asuinalueen ja vanhempien koulutuksen suhteen, jossa ei myöskään todettu tilastollista merkittävyyttä.

Kuvio 21. Lukiolaisten sosiaaliset suhteet asuinalueen mukaan (%)

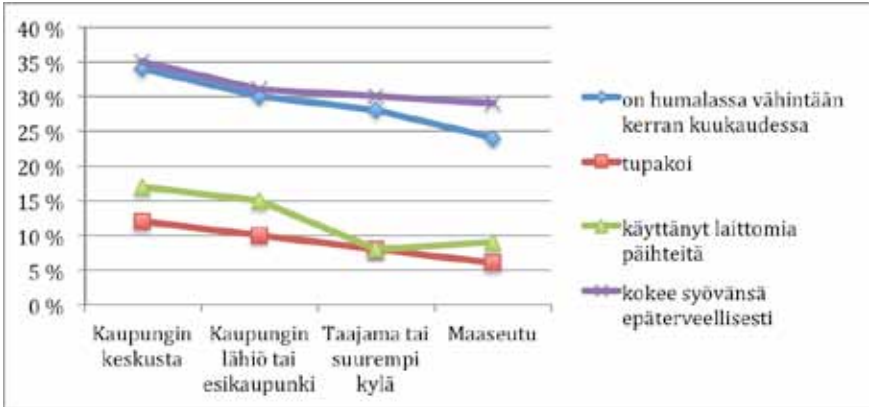


Heikkilän et al. (2002) mukaan hyvinvointiin asuinalueella vaikuttaa henkilön kiinnittyminen siihen. Hyvinvointiin ja kiinnittymiseen vaikuttavat esimerkiksi yhteisöllisyys ja hyvät naapurisuhteet. Heikkilän et al. tutkimuksen mukaan naapurisuhteet ovat etäisimpiä kaupungissa, joissa erityisesti nuorilla on vanhempia vähemmän kontakteja naapureihin. Maaseudulla yhteisöllisyys ja hyvät naapurisuhteet näyttävät saman tutkimuksen mukaan olevan tyypillisiä. Kaupungin ulkoiset edellytykset eivät usein tue yhteistä toimintaa. Jos ihmisillä ei ole paikkaa, missä tavata naapureita, kokoontua ja harrastaa, on yhteinen toimiminen myös hankalaa (Heikkilä et al. 2002: 23-32).

Heikkilän et al. (2002) tutkimustulokset tukevat tässä tutkimuksessa saatuja tuloksia, joiden mukaan yhteisöllisyys näyttää säilyttäneen asemansa maaseudulla. Maaseudulla syödään yhteinen ateria perheen kesken yleisemmin kuin kaupungissa. Lisäksi maaseudun vanhemmat tietävät lastensa viikonlopun vietosta kaupunkilaisia vanhempia tarkemmin. Tämän tutkimuksen mukaan ystävien määrällä ja yksinäisyyden kokemisella ei ole selkeää yhteyttä. Tämä näkyy myös asuinympäristön kohdalla. Kaupungissa (keskusta ja lähiöt) asuvilla lukiolaisilla on tutkimuksen mukaan useampia ystäviä kuin maaseudulla asuvilla. Tästä huolimatta yksinäisyyden kokeminen on yleisempää kaupungeissa kuin maaseudulla. Ero saattaa selittyä ystävien lukumäärän sijasta maaseudun yhteisöllisyydellä. Yhteisöllisyyden voidaan katsoa ehkäisevän yksinäisyyden kokemista. Tutkimuksen tulosten perusteella yksinäisyyden kokemisella ja asuinalueella on yhteys, joka on tilastollisesti merkittävä (0,032).

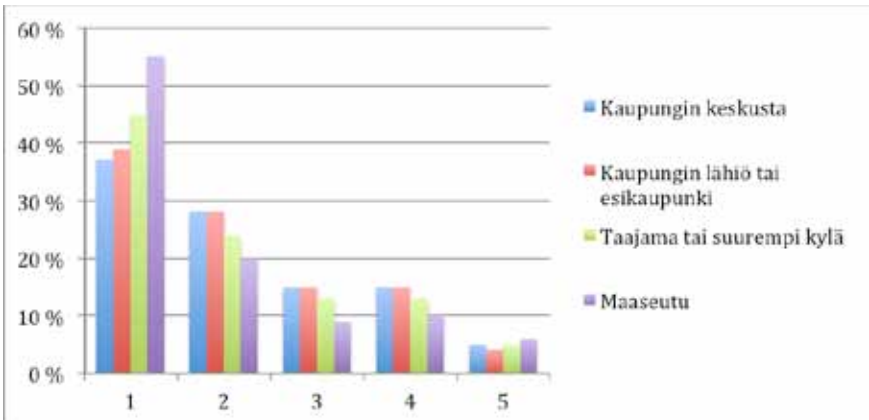
Myös lukiolaisten terveystottumuksissa havaittiin asuinpaikan mukaisia eroja. Kaupungissa päihteiden (alkoholi, tupakka, laittomat päihteet) käyttö on yleisempää kuin maaseudulla. Eniten näitä päihteitä käyttivät kaupunkien keskustoissa asuvat lukiolaiset. Asuinpaikan ja terveystottumusten vertailussa selvin ero löytyy humalajuomisesta (ks. Kuvio 22). Humalajuomisella ja lukiolaisen asuinpaikalla todettiin myös tilastollisesti merkitsevä yhteys (0,017). Tilastollisesti merkittävä yhteys (0,009) todettiin myös tupakoinnilla ja asuinpaikalla. Tupakointi oli puolet yleisempää kaupunkien keskustoissa asuvilla lukiolaisilla, kun sitä verrataan maaseudulla asuviin. Laittomia päihteitä oli kokeillut 17 % kaupunkien keskustoissa asuvista lukiolaisista.

Kuvio 22. Lukiolaisten terveystottumukset asuinpaikan mukaan (%)

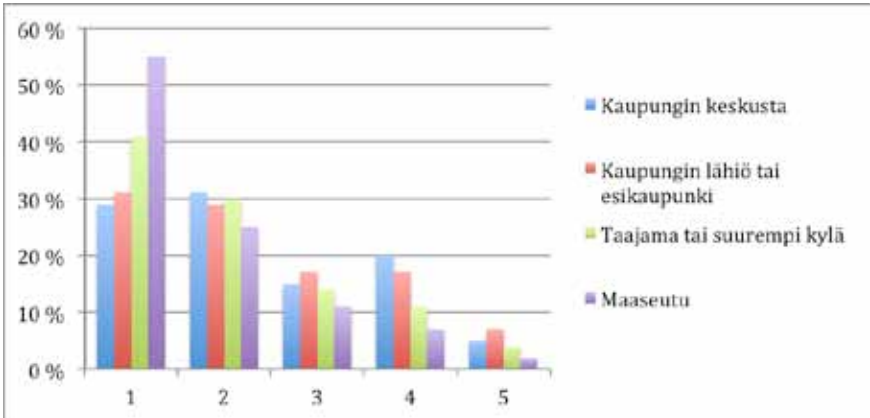


Asuinalueen turvallisuuden kokemisessa vastaukset jakautuivat. Turvattomuutta koettiin eniten kaupunkien lähiöissä ja esikaupunkialueella. Seuraavaksi eniten turvattomuutta koettiin kaupunkien keskustoissa. Vähiten turvattomuutta koettiin maaseudulla. Särkijärvi (2001) selittää tätä reviiriteorialla. Maaseudun nuorilla tilallinen reviiri on usein huomattavasti laajempi kuin kaupungin asukkailla. Kaupungissa yksilön reviiri kattaa tavallisesti kerrostaloasunnon jäsenytyneen tilan, jota rajaavat seinät ja ovi. Tämä reviiri on ihmisen turvallisuuden tunteen kannalta tärkeä; ihminen tuntee olonsa turvalliseksi oman lähiyhteisönsä reviirillä. Kaupunkien turvattomuutta lisää Särkijärven (2001: 11-12) mielestä myös naapurisuhteiden kapea-alaisuus sekä ”ei kenenkään maalla” vallitseva sosiaalisen kontrollin puute. Kaupunkien kerrostalossa saatetaan asua jopa vuosia tuntematta ketään naapureista. ”Ei kenenkään maalla” viitataan reviireiden ulkopuoliseen alueeseen. Tällainen ”ei kenenkään maa” on erityisesti kaupunkien liitetty ilmiö. Maaseudun suuret reviirit rajoittuvat tavallisesti tutun naapurin tilaan, tiehen, metsään tai vesistöön. Omasta reviiristä huolehditaan, joten sosiaalisen kontrollin ulkopuoliset alueet jäävät maaseudulla kaupunkien pienemmiksi.

Kuvio 23. En uskalla kulkea ulkona iltaisin ja öisin ilman seuraa (%).
(1= eri mieltä 5= samaa mieltä)

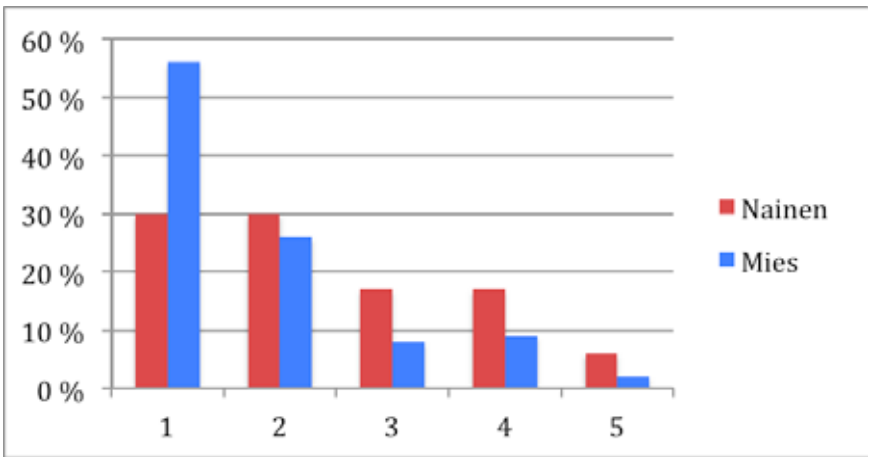


Kuvio 24. Asuin ympäristössäni on alueita, joissa en tunne oloani turvalliseksi (%).
(1= eri mieltä 5= samaa mieltä)

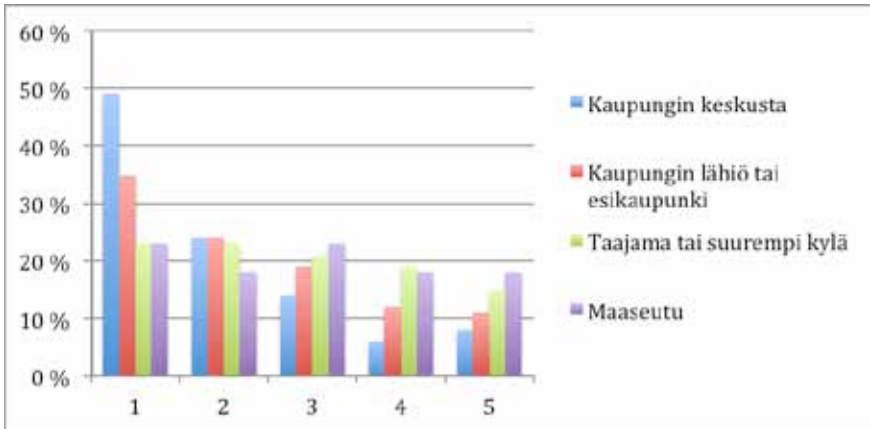


Tärkein pelkoa selittävä muuttuja on sukupuoli. Kuvion 25 mukaan naiset kokevat turvattomuutta miehiä useammin.

Kuvio 25. Asuin ympäristössäni on alueita, joissa en tunne oloani turvalliseksi.
(Sukupuolen mukaan (%)). (1= eri mieltä 5= samaa mieltä).



Kuvio 26. Jos saisin mahdollisuuden, muuttaisin pois tältä asuinalueelta (%).
(1= eri mieltä 5= samaa mieltä)



Kaupunkien keskustoissa asuvat lukiolaiset ovat tyytyväisimpiä asuinympäristöönsä, ja muuttohalukkuus on heidän keskuudessaan vähäistä. Muuttohalukkuus on yleisintä maaseudulla asuvien lukiolaisten keskuudessa, vaikka samalla maaseudulla asuvien vastaukset jakautuvat kaikkein tasaisimmin.

Merja Paunakallion (2001) kvantitatiivinen kartoitus nuorten mielikuvista maaseudusta ja kaupungista valottaa kuviossa 26 esitettyjä tuloksia ja syitä nuorten muuttohalukkuuteen. Paunakallion tutkimuksen mukaan nuoret kuvailevat asuinympäristöään viihtyisäksi sitä yleisemmin, mitä suuremmassa paikassa he asuvat. Paunakallion mukaan nuoret pitivät maaseudun huonoina puolina työmarkkinoiden suppeutta, alhaista palkkatasoa, pitkiä välimatkoja sekä paikkakuntien eriytyneisyyttä. Maaseudun hyväksi puoliksi luettiin luonnonläheisyys, asuinympäristön puhtaus ja väljyys sekä turvallisuus. Kaupunkilaiset nuoret pitivät oman asuinympäristönsä huonoina puolina rikollisuutta, melua, saasteita ja päihiteisiin liittyviä ongelmia. Kaupungin parhaina puolina nähtiin monipuoliset palvelut ja niiden nopea saavutettavuus sekä monipuoliset koulutus-, työ- ja harrastusmahdollisuudet (Paunakallio 2001: 31; 41-43).

Suomessa muuttoliike suuntautuu suuriin kasvukeskuksiin, jotka houkuttelevat erityisesti nuorta ja hyvin koulutettua väestöä. Kaupunkimaisia ympäristöjä voidaan Pajun (2004: 8) mukaan pitää tyypillisinä elinympäristöinä eteenkin aktiivisimmille nuorustusvuosille.

On tärkeää huomata, että muuttoliikettä ja sosiaalista eriytymistä ei tapahdu vain suurten keskusten ja ympäröivän maaseudun välillä vaan myös suurimpien keskusten sisällä. Jukaraisen & Tuhkusen (2004: 94) mukaan alueiden imagolla ja maineella sekä alueen identiteetillä on olennainen merkitys eriytymiskehitystä ruokkivaan pois- ja paluumuuttoon. Näitä imagoita osaltaan muokkaavat puhokieleen vakiintuneet termit kuten syrjäseutu ja periferia, jotka virittävät tietynlaisen katsontakannan alueita tarkasteltaessa. Aivan toisenlaisen mielikuvat synnyttää sana kasvukeskus. Nuoret operoivat myös maaseudun ja kaupungin sekä ilmansuuntien luomilla mielikuvilla. (Jukarainen & Tuhkunen 2010: 94). Jukaraisen & Tuhkusen havaintojen pohjalta voidaan kysyä, voitaisiinko alueellisen eriytymisen kehitystä purkaa kiinnittämällä enemmän huomiota alueellisten mielikuvien rakentumiseen ja niiden yhteiskunnallisiin vaikutuksiin. Suomen tulevaisuuden kannalta ratkaisevaa

on juuri nuorten preferenssit: missä asua – Suomessa vai ulkomailla, ja mikäli Suomessa niin missä siellä?

6.3 PERHEEN TALOUDELLINEN TILANNE JA LUKIOLAISTEN TYÖSSÄKÄYNTI

Opiskelijoiden työssäkäynti puhuttaa aika ajoin. Suurin osa tästä puheesta suuntautuu korkea-asteen opiskelijoiden opiskeluaikaiseen työssäkäyntiin. Vasta viime vuosina myös lukiolaisten työssäkäynti on noussut valtakunnan otsikoihin (ks. esim. Helsingin Sanomat 8.2.2010). Tilastokeskuksen (2012) mukaan lukiolaisten työssäkäynti väheni hieman edellisvuosista vuonna 2009, ollen noin 30 %. Lukiolaisten kannalta ongelmalliseksi tekevät se, että tilastokeskuksen laskelmat sisältävät ainoastaan 18-vuotta täyttäneet lukiolaiset, jolloin suurin osa lukiolaisista jää tilastojen ulkopuolelle. Tilastokeskuksen (2012) tutkimusten mukaan ylioppilastutkintoon johtavassa koulutuksessa naiset kävivät miehiä useammin opintojen ohessa töissä.

Taulukko 8. Työssäkäyvien yli 18-vuotiaiden opiskelijoiden osuus koulutussektoreittain (%).

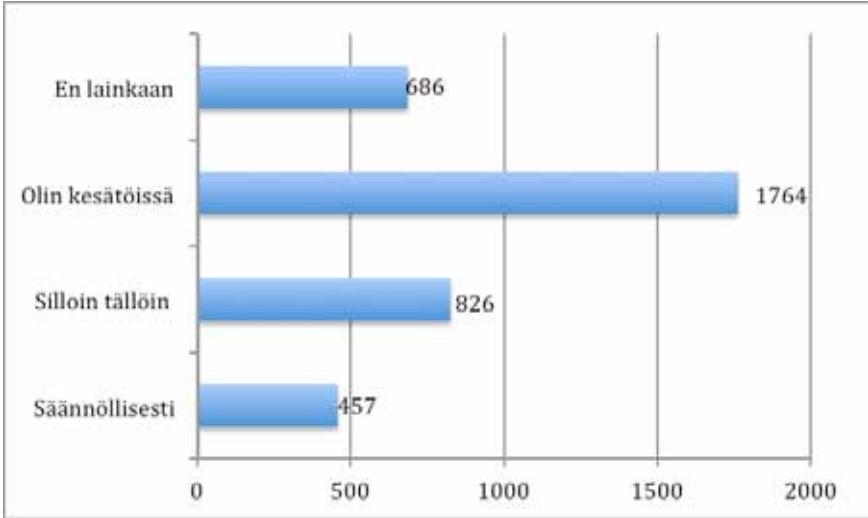
Lähde: Tilastokeskus, koulutustilastot 2010.

Koulutussektori	2004	2005	2006	2007	2008
Lukiokoulutus	31,0	30,0	29,8	31,6	32,3
2. asteen ammatillinen koulutus	54,4	56,2	58,6	62,1	62,0
Ammattikorkeakoulutus	52,7	53,6	55,8	58,5	59,5
Yliopistokoulutus	56,9	57,5	59,1	60,9	61,4

Tässä tutkimuksessa lukion ohella säännöllisesti töissä käyviä oli 15 % kyselyyn vastanneista lukiolaisista. Suurin osa vastanneista (57 %) oli käynyt kesätöissä viimeisen vuoden aikana. Epäsäännöllisiä töitä ilmoitti tekevänsä 826 kyselyyn osallistunutta lukiolaista. Vastaajista 22 % ei ollut käynyt töissä viimeisen vuoden aikana. Opintojen ohella työskentelyssä ei noussut esiin sukupuolen välisiä merkittäviä eroja.

Säännöllisesti töissä käyviä oli maakunnista eniten Päijät-Hämeessä ja Satakunnassa. Näiden maakuntien alueella asuvista lukiolaisista joka neljäs ilmoitti käyvänsä säännöllisesti töissä.

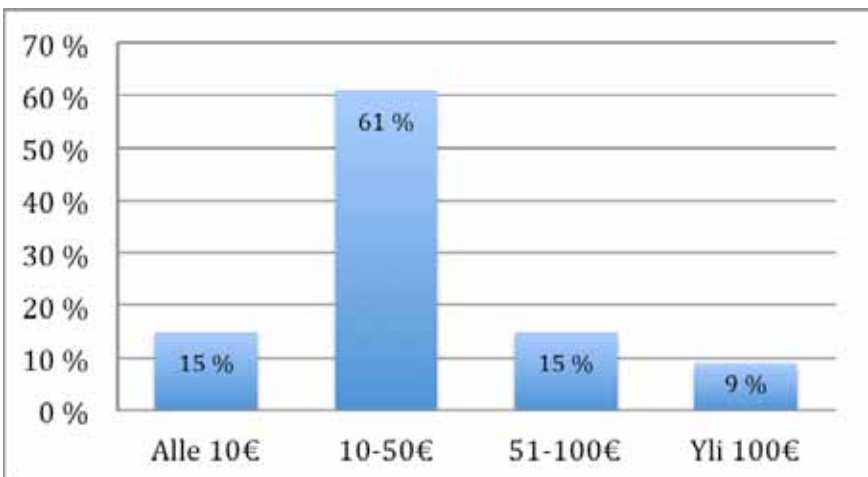
Kuvio 27. Oletko työskennellyt viimeisen vuoden aikana? Voit valita useamman vaihtoehdon. (N)



Nuoruudessa vanhempien ja perheen merkitys on edelleen merkittävä nuoren hyvinvoinnin kannalta. Perhe on keskeinen konteksti vaikuttaen nuoren motivaatioon, kehitykseen ja hyvinvointiin. Vanhemmat luovat jo lapsuudessa nuorille fyysisen hoidon ja turvallisuuden perustan ympäristön tarkasteluun (Salmela-Aro 2010: 452). Vanhempien jaksaminen töissä, mahdollinen työttömyys ja taloudelliset vaikeudet heijastuvat nuoren hyvinvointiin. Tässä tutkimuksessa kodin elinoloja tutkittiin kuudella kysymyksellä. Kysymysten aihealueet vaihtelivat vanhempien työttömyydestä vanhempien koulutustasoon sekä arvioon perheen taloudellisesta tilasta. Lukiolaisilta tiedusteltiin myös viikkorahan määrää sekä työskentelyä.

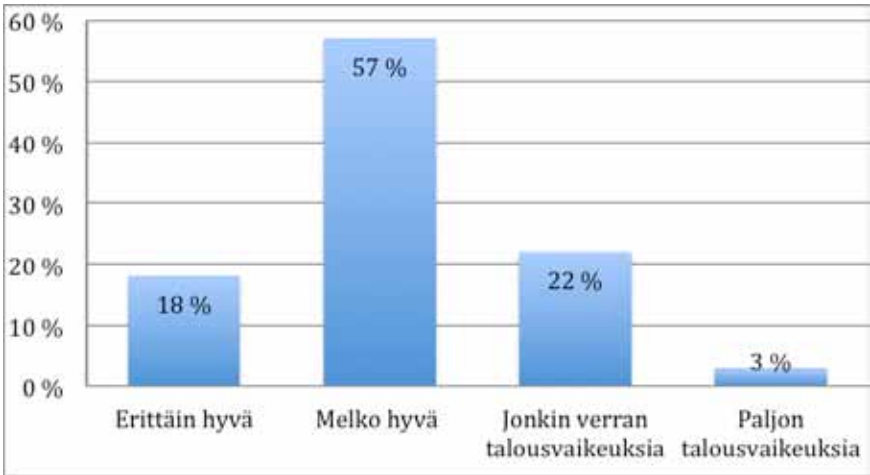
Lukiolaisten käyttövaroja tarkasteltiin objektiivisesti. Lukiolaisista suurimman osan (61 %) viikon käyttövarallisuus asettuu kymmenen ja viidenkymmenen euron väliin.

Kuvio 28. Lukiolaisten keskimääräiset käyttövarat viikossa (%)

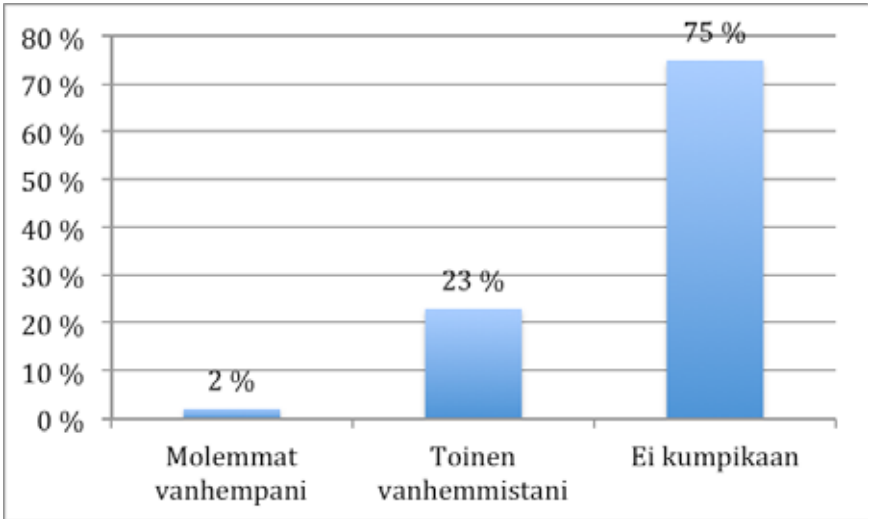


Perheen taloudellista tilannetta tarkasteltiin subjektiivisen mittarin avulla. Suurin osa lukiolaisista (57 %) piti perheensä taloudellista tilannetta melko hyvänä. Vastaajista 22 % koki perheessä jonkin verran talousvaikeuksia. Perheen taloudellisella tilanteella on Pulkkinen (2002: 19) mukaan yhteys perheen lasten hyvinvointiin. Äärimmäinen köyhyys, jonka vuoksi esimerkiksi ravintoa ei ole riittävästi, vaikuttaa perheen lapsiin välittömästi. Suhteellisen köyhyyden vaikutus lapsiin välittyy sen kautta, miten köyhyys vaikuttaa vanhemmuuteen. Lukiolaisten arvioit perheensä taloudellisesta tilanteesta peilautuvat hyvin kuviossa 30 esitettyyn työttömyyden kuvaajaan. Työttömyys tai pakkoloma oli viimeisen vuoden aikana koetellut joka neljännen kyselyyn vastanneen lukiolaisen vanhempaa.

Kuvio 29. Lukiolaisten mielipide perheensä taloudesta (%)

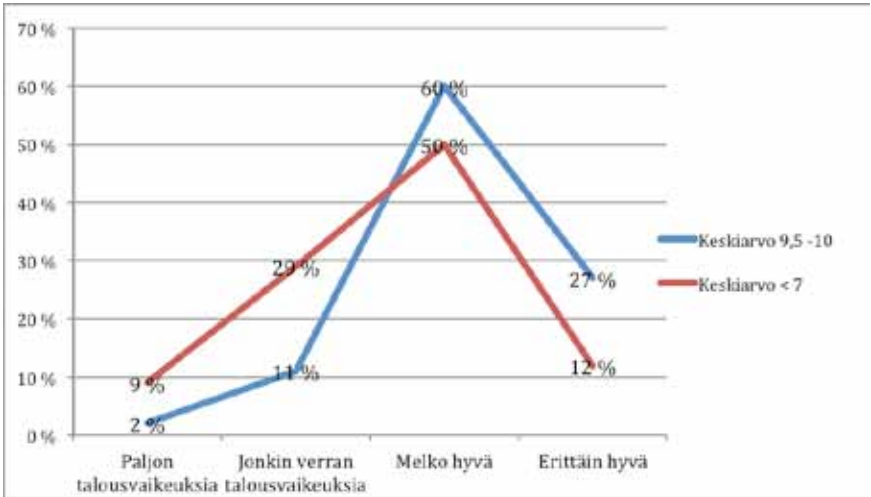


Kuvio 30. Ovatko vanhempasi olleet työttöminä tai pakkolomalla viimeisen vuoden aikana? (%)



Perheen taloudellinen tilanne näyttää vaikuttavan osaltaan lukiolaisten koulumenestykseen. Kuviossa 31 esitetty vertailu osoittaa, että koulussa hyvin menestyvät 9,5-10 keskiarvon oppilaat arvioivat perheensä taloudellisen tilanteen paremmaksi kuin koulussa heikommin menestyvät.

Kuvio 31. Arvio perheen taloudellisesta tilanteesta oppilaan keskiarvon mukaan.
Sukupuoli ja luokka-aste vakioitu. (%)



6.4 SOSIAALISET SUHTEET, YKSINÄISYYDEN KOKEMINEN JA ITSETUNTO

Nuorten sosiaalinen pääoma muodostuu sosiaalisista suhteista, joiden kautta nuori saa monenlaisia resursseja. Mitä enemmän nuorella on sosiaalista pääomaa ja siihen pohjautuvia voimavaroja, sitä menestyneemmin hänen katsotaan voivan toteuttaa tavoitteitaan (Tynkkynen 2010: 424-425). Nuorten sosiaalinen pääoma muodostuu suhteista vanhempiin, perheeseen, ystäviin ja sukulaisiin. Kodin ja vapaa-ajan sosiaalisten kontaktien lisäksi koulun tarjoamat kontaktit esimerkiksi opettajiin ja muuhun koulun henkilökuntaan ovat nuorelle tärkeitä. Kuntun (2011: 130) mukaan sosiaalisten kontaktien kautta saatu tuki vahvistaa minäkuvausta, luo omanarvontunnetta sekä ehkäisee stressin haitallisilta terveysvaikutuksilta. Salmela-Aro (2010: 452) tuo esille hyvien kavereiden ja sosiaalisten suhteiden merkityksen nuorten koulutuksellisista haasteista ja paineista selviytymisessä. Tässä kapaleessa esitellään tutkimuksen tuloksia lukiolaisten sosiaalisten suhteiden ja yksinäisyyden kokemisen näkökulmasta.

Yksinäisyydellä viitataan tilaan, jossa ongelmana on sosiaalisten suhteiden vähyys. Ihmiselle yksinäisyyden kokeminen on aina subjektiivinen kokemus; yksilö voi tuntea yksinäisyyttä muiden ihmisten parissa tai voi olla yksin tuntematta yksinäisyyttä. Yksinäisyys

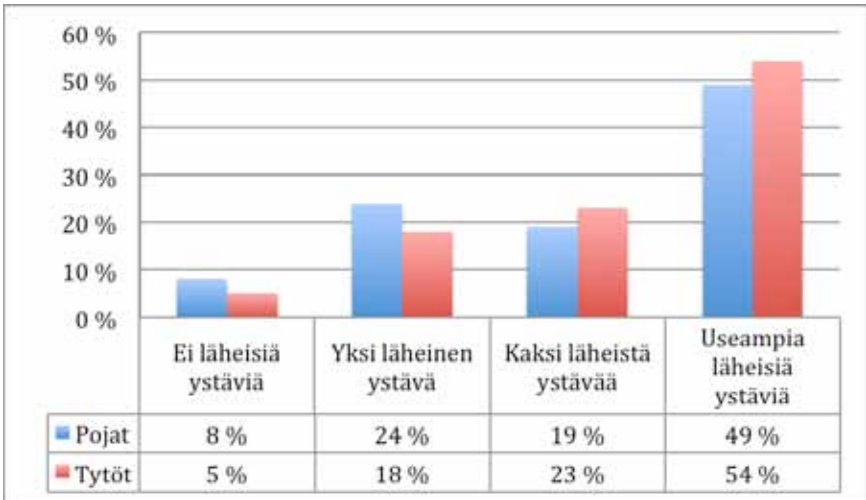
koetaan usein ahdistavana, epämiellyttävänä ja jopa pelottavana tunteena. Myös depressio-oireet ovat tyypillisiä yksinäisyyden oireita. Myös depressioon liitetyt oireet kuten tyhjyyden tunne, surullisuus, itsesääli, eristäytyneisyys, itsensä vähättely ja vieraantuneisuus liitetään usein yksinäisyyden tunteeseen. (Laine 2005: 161- 164)

Yksinäisyys mielletään helposti vanhuuteen liittyvänä ilmiönä. Naisten lehtien sivuilla leskeksi jääneet purkavat tuntojaan yksinäisyydestä. Nuorten yksinäisyystarinoita näkee harvemmin lehtien sivuilla. Nuoruuteen liitetään vilkkaat sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutukset. Tätä taustaa vasten peilattaessa yksinäisyyden kokeminen voi olla nuorelle vakava ongelma, joka heijastuu paitsi henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin myös muille elämän alueille.

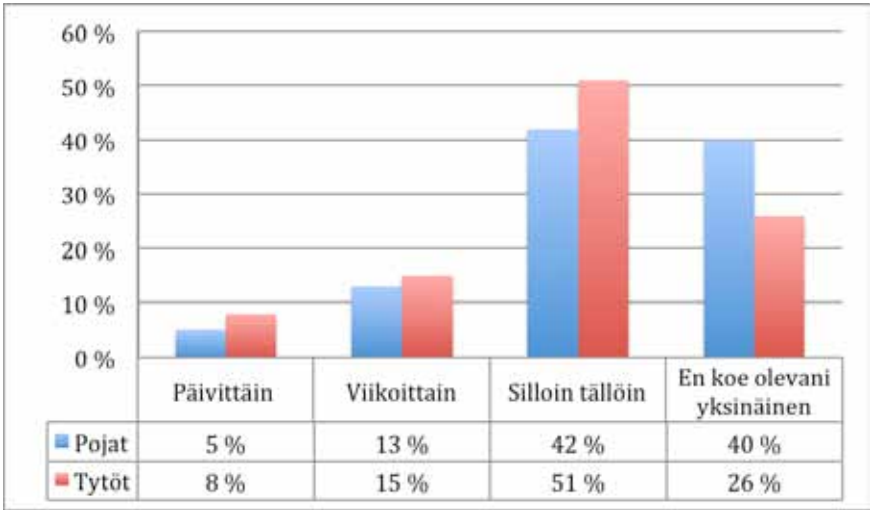
Ystävien määrällä ei tutkitusti ole suoraa yhteyttä yksinäisyyden kokemiseen. Tähän viittaa myös tämän tutkimuksen tulokset (ks. kuviot 32 ja 33) Vastausten perusteella tytöillä on poikia enemmän läheisiä ystäviä. Samalla tytöt kuitenkin kokevat yksinäisyyttä poikia enemmän.

Tavallisesti ystävien määrää tärkeämpää on ystävyys-suhteiden laatu. Voiko esimerkiksi ystävään luottaa ja hänen kanssaan puhua aroistakin asioista?

Kuvio 32. Läheisten ystävien määrä sukupuolen mukaan (%)



Kuvio 33. Yksinäisyyden kokeminen sukupuolen mukaan (%)

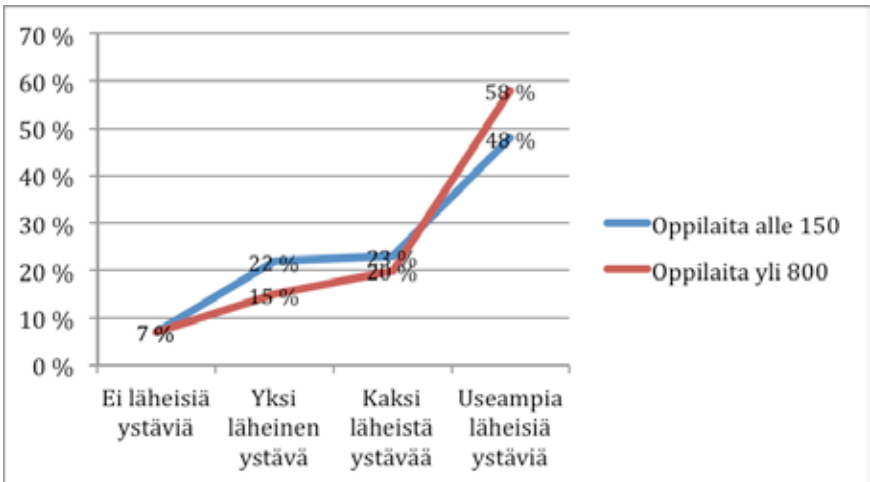


Viitaniemen (2011) korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyyttä tarkastelevan tutkimuksen mukaan yksinäisyys liittyi useimmiten ihmissuhteisiin. Läheiset ihmissuhteet puuttuivat, tai ne koettiin epätydyttäväiksi. Laine (2005: 164) muistuttaa, että yksilön kokemaa tyytyväisyyttä tai tyytymättömyyttä sosiaalisiin suhteisiin riippuu ihmisen itse asettamista standardeista. Ihminen kokee tyytyväisyyttä, kun todellisuus vastaa omia standardeja tai jopa ylittää ne. Tyytymättömyys johtuu näiden itse asettamien standardien alittamisesta.

Arkikielessä yksinäisyys saatetaan helposti liittää yksin asumiseen tai sinkkuna, ilman parisuhdetta, olemiseen. Parisuhde ei kuitenkaan automaattisesti torju yksinäisyyttä.

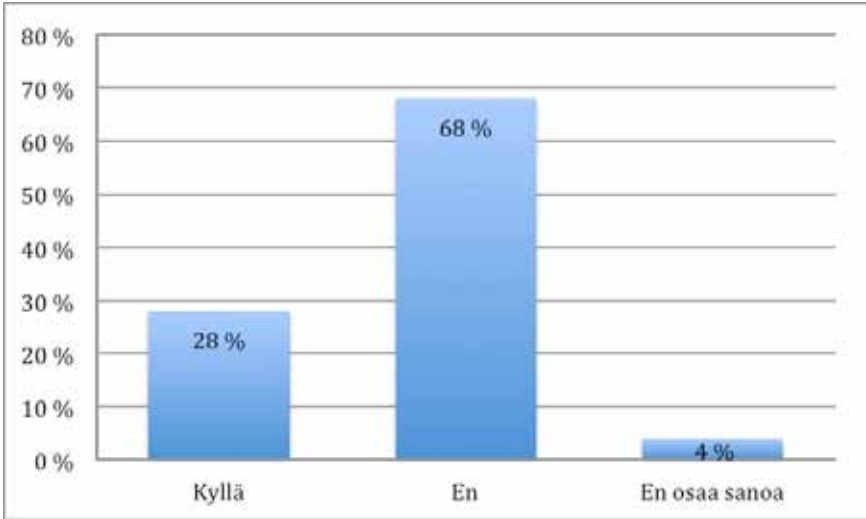
Koulun koolla näyttää olevan vaikutusta ystävien lukumäärään. Sen sijaan yksinäisyyden kokemisella ja koulukoolla ei löydetty yhteyttä. Kuviossa 34. on esitetty vertailu läheisten ystävien määrässä pienen alle 150 oppilaan lukion ja suuren yli 800 oppilaan lukion välillä. Ystävien lukumäärä lisääntyi tasaisesti koulukoon kasvaessa.

Kuvio 34. Koulukoon merkitys läheisten ystävien määrään (%)



Lukiolaisilla seurustelu ei vähentänyt yksinäisyyden kokemista. Kumppaninsa löytäneet lukiolaiset kokivat yksinäisyyttä yhtä useasti kuin sinkkuna aikaansa viettävät. Kyselyyn vastanneista lukiolaisista 28 % ilmoitti seurustelevana (kuvio 35). Neljälle prosentille tilanne oli ”complicated”; he eivät osanneet sanoa seurustelevatko vai eivät.

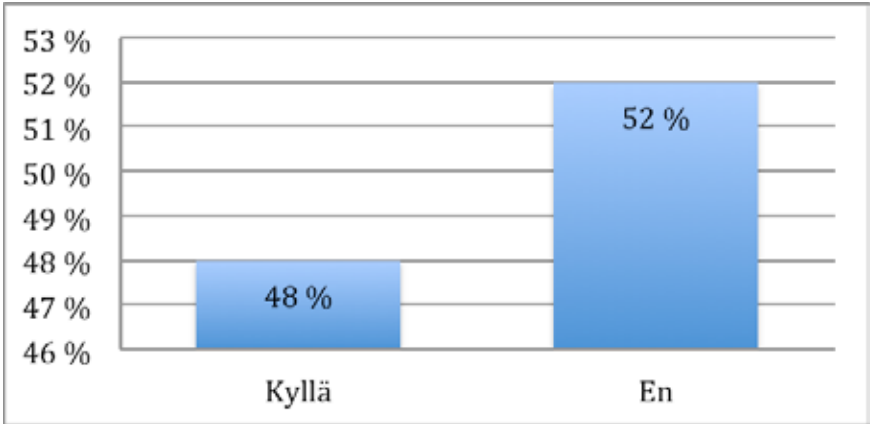
Kuvio 35. Seurusteletko tällä hetkellä (%)



Nuorille tärkeä sosiaalisen pääoman lähde on erilaisissa vapaaehtoisryhmissä kuten järjestöissä toimiminen. Yksilölle tämä merkitsee johonkin kuulumista. Ryhmän sisällä on mahdollista saada vastuuta, arvostusta ja hyväksyntää. Järjestöissä on mahdollista solmia tärkeitä verkostoja, jopa elinikäisiä ystävyysuhteita. Kyselyyn vastanneista lukiolaisista lähes puolet (48 %) ilmoitti toimivansa aktiivisesti jossain järjestössä, urheiluseurassa tai seurakunnassa. Järjestössä toimiminen ei ole pelkkä sosiaalisen pääoman lähde, vaan Kuntun (2011: 130) mukaan järjestössä toimimisen on osoitettu edistävän terveyttä muun muassa vähentämällä psyykkistä stressiä. Järjestötoiminnalla näyttää olevan myös itsetuntoa kohottava vaikutus. Tässä tutkimuksessa järjestössä, urheiluseurassa tai seurakunnassa toimivat arvioivat itsetuntonsa muita paremmaksi ja heillä oli myös muita enemmän läheisiä ystäviä.

“ ”

Kuvio 36. Toimitko aktiivisesti jossain järjestössä, urheiluseurassa tai seurakunnassa?



Ihminen itsetunnon kehitys alkaa vauvaiästä. Keltinkangas-Järvinen (2010) määrittelee itsetunnon persoonallisuuteen liittyväksi ominaisuudeksi. Itsetunto on tunne yksilön sisällä siitä, että hän on arvokas ja hyvä. Yli-Luoman (2003: 34-35) mukaan turvallisella kasvu-ympäristöllä on suuri merkitys hyvän itsetunnon kehittymiseen. Turvallisessa ympäristössä on mahdollista olla rakastettu ja arvostettu sekä samalla saada rakentavaa ja korjaavaa palautetta. Mikäli nuoren kasvu-ympäristö ei ole turvallinen, saatu palaute rikkoo nuoren itsetuntoa. Nuori, joka ei koe olevansa arvostettu ja rakastettu ottaa herkästi saamansa palautteen henkilökohtaisesti. Opettajalta tai vanhemmilta tuleva palaute saattaa välittää tällaiselle nuorelle kuvan siitä, ettei häntä arvosteta (Yli-Luoma 2003: 34-35).

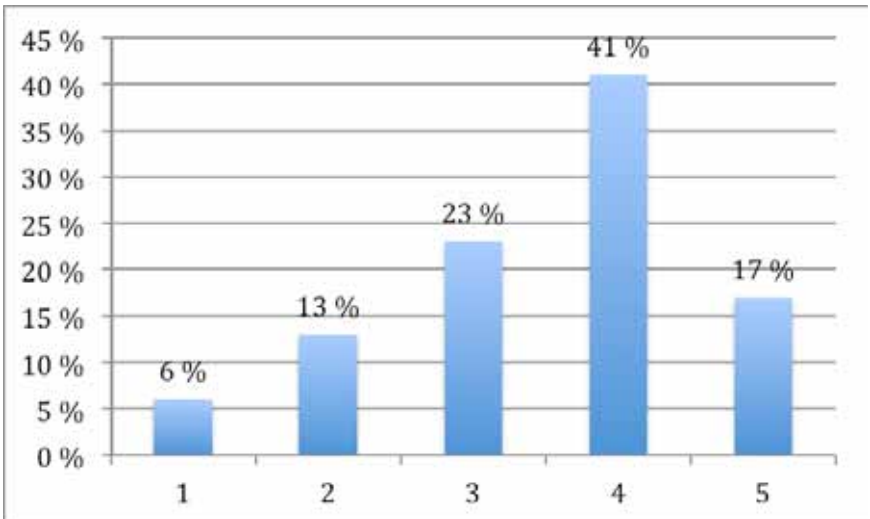
Lukiolaisten vastaukset hyvän itsetunnon suhteen jakautuivat (ks. kuvio 37).

Koulumenestyksellä ja hyvällä itsetunnolla todettiin olevan yhteyttä. Koulussa hyvin menestyvät 8,5- 10:n keskiarvon oppilaat arvioivat itsetuntonsa muita paremmaksi.

Myös sukupuolella on merkitystä; pojat arvioivat itsetuntonsa tyttöjä paremmaksi.

Kuvio 37. Itsetuntoni on hyvä (%) (1 = eri mieltä 5 = samaa mieltä)

Keskiarvo 3.48. Keskihajonta 1.11

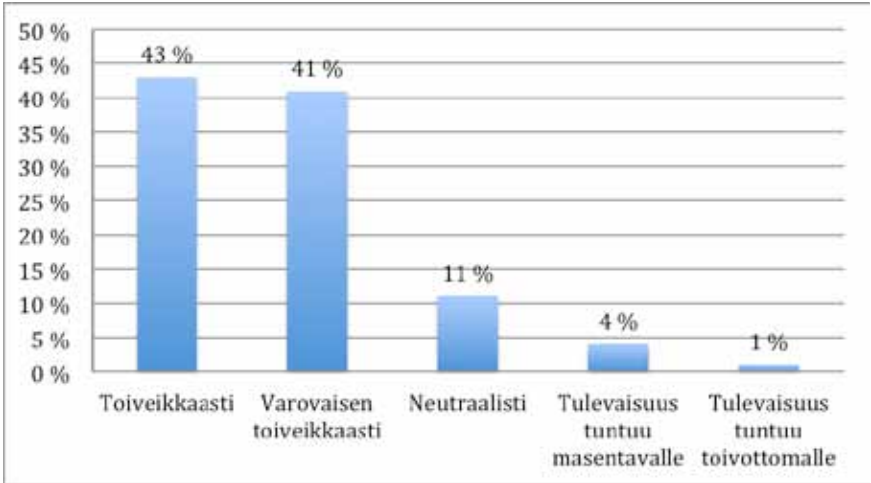


6.5 SUHTAUTUMINEN TULEVAISUUTEEN

Lukiolaiset suhtautuvat tulevaisuuteen toiveikkaasti. Vastaajista 43 % ilmoitti suhtautuvansa tulevaisuuteen toiveikkaasti. Varovaisen toiveikkaasti suhtautuvia on 41 %.

Neutraalisti tulevaisuuteen suhtautuvia on kyselyn mukaan 11 %. Viidelle prosentille vastaajista tulevaisuus ei tunnu ruusuiselta (ks. kuvio 38). Sukupuolten välillä ei ole selvää eroa tulevaisuuteen suhtautumisessa.

Kuvio 38. Lukiolaisten suhtautuminen tulevaisuuteen (%)



Seuraavassa muutamia poimintoja avovastauksista.

”Minulle hyvinvointia tuottaa ystävät ja menestyminen koulussa. Ystävien kanssa juttellessa ja nauraessa rentoutuu ja kun saa hyviä arvosanoja koulussa niin se nostaa ainakin omaa hyvinvointiani sekä siten myös opiskelumotivaatiani. Tottakai myös perheen merkitys on tärkeä. Perheen kanssa yhteistä hyvinvointia voi edistää edistää lomamatkalla tai kylpyläviikonlopulla. Yhteistä hyvinvointia on myös päivittäinen ateria yhdessä ja viikonloppuna katsotut elokuvat. Hyvinvointia voi tuottaa itse, mutta siinä kohdassa opiskelijaa on tärkeää tulla vastaan. Siinä esimerkiksi turvallinen kouluympäristö ja hyvä kouluruoka ovat tärkeässä roolissa.”

”Hiljaiset stressivapaat päivät, irti otot arjesta, esimerkiksi taiteelliset koulutunnit tai muuten luovat aktiviteetit vaikkapa sen mieleisen aineen opiskelu ajan kanssa tai hyvä leffa ja suihkussa laulaminen.”

”Elämän pienet asiat, jotka tuottavat mielihyvää. Yllätykset ovat niistä parhaita, kunhan ne ovat positiivisia yllätyksiä.”

”Ystävien seurassa oleminen, itseni ilmaiseminen, vaikuttaminen yhteisiin asioihin, kuuluminen sosiaalisiin yhteisöihin, vapaus päättää itsestäni.”

”Minulle hyvinvointia tuottavat terveyteen pyrkiminen ja koulutus. Myös rentoutuminen raskaan abivuoden keskellä tuo hyvinvointia.”

”Kaikki ympäristön asiat vaikuttavat hyvinvointiini.”

”Usko, ystävät, hyvä, terveellinen ruoka, vapaa-aika, tilat, joissa voi levätä, rauhoittua ja olla hetken hiljaa (kirkot, seurakuntasalit, kotona ja koulussa oleskelutilat), jonkinlainen liikunta, johon ei tarvitse käyttää rahaa (kuten pyöräily, juoksu, venytely, pingispallo - kotonamme on pingispöytä), lukeminen (kirjastot ehdottomasti säilytettävä!), kirjoittaminen, piirtäminen, monenlaiset harrastusmahdollisuudet, joista on varaa valita eivätkä ne ole liian kalliita (kuten uiminen, kuntosalilla käynti). Hyvinvointia tuottaa myös turvallisuuden tunne ja se, että saa halutessaan vetäytyä omiin oloihinsa eikä tarvitse kuunnella muiden mielipiteitä, vastata muiden arvosteluun tai kritiikkiin, olla koko ajan mediassa kiinni tai mediauskovainen, pysytellä koko ajan ”pinnalla” ajankohtaisissa asioissa jne.”

”Ystävät, lemmikit, harrastukset, koulutus, yleinen turvallisuus, opintotuet (jotka saisivat olla korkeammat) ja pääosin ilmainen terveydenhuolto.”

”Hyvinvointia tuottavat monet asiat. Välillä on kiva olla yksin ja katsella elokuvia tai lukea. Kuitenkin itse viihdyn enemmän porukassa, ja siksi pyrinkin järjestämään kavereitten kesken yhteistä toimintaa mahdollisimman paljon. Myös aktiivinen liikuntaharrastus pitää näin abivuonna hyvin päätä kasassa. Ilman rakasta harrastustani lentopalloa olin varmaan jo hullujen huoneella. Niin paljon paineita on abivuonna, joten on niin helpottavaa päästä mäiskimään palloa, niin koulupaineetkaan eivät

tunnu enään niin mahdottomilta. Olen myös hyvän ruoan ystävä, joten monipuolinen ruoka lisää voimia jaksaa ahertaa läksyjen kanssa ja lähteä reeneihin. Hyvinvointia tuottaa yksinkertaisesti se, että koulun ohella on myös vapaa-aikaa, jolloin voi tehdä itselle tärkeitä asioita. Mielestäni myös läksyjen jälkeen olisi ihanaa jos jäisi illassa 2-3h omaa aikaa, mutta lukiossa se onnistuu hyvin harvoin.”

”Oman itseni toteuttaminen, ajan viettäminen ystävien, sukulaisten ja perheen kanssa, muiden ihmisten arvostus.”

”Ystävien läheisyys ja tuki tarvittaessa, vanhempien tuki ja turva tilanteissa, joissa tarvitaan vanhemman auktoriteettia ja turvan tunnetta. Harrastukset ovat myös tärkeitä, sillä ne auttavat vähentämään stressiä, joka aiheutuu koulunkäynnistä. Viikonloput sekä lomat tuovat paljon hyvinvointia lisääntyneen unen vuoksi, koska kouluviikoilla olo tuntuu usein väsyneeltä, vaikka nukkuisi lähemmäs 10 tuntia yössä.”

Lukiolaisia pyydettiin arvottamaan taulukossa 9. esitettyjä teemoja. Teemat tuli arvottaa sen perusteella, kuinka tärkeäksi ne oman hyvinvoinnin kannalta koettiin. Arvioinnissa käytettiin viisi portaista likert-asteikkoa, jossa 1= ei tärkeä ja 5 = erittäin tärkeä.

Taulukko 9. Vapaa-ajalle liittyvät teemat lukiolaisten arvottamassa tärkeysjärjestyksessä

	Vastaaajien lukumäärä (N)	Keskiarvo (keskihajonta)
Ystävät	3077	4,73 (0,60)
Vapaa-aika	3058	4,57 (0,62)
Perhe	4573	4,57 (0,75)
Arvostuksen saaminen	3074	4,20 (0,80)
Harrastukset	3072	4,10 (0,91)
Koulutus	3077	4,08 (0,80)
Raha	3075	3,56 (0,84)

Taulukossa esitetyt seitsemän teemaa arvotettiin kaikki melko korkealle. Ystävät, vapaa-aika ja perhe keräsivät eniten kannatusta.

Lukiolaiset saivat kyselyssä arvotettavakseen myös 16 kouluun liittyvää tekijää. Nämä tekijät tuli arvottaa sen perusteella, kuinka tärkeiksi ne oman hyvinvoinnin kannalta koettiin. Kyselyssä käytettiin viisi portaista likert-asteikkoa, jossa 1= ei tärkeä ja 5= todella tärkeä.

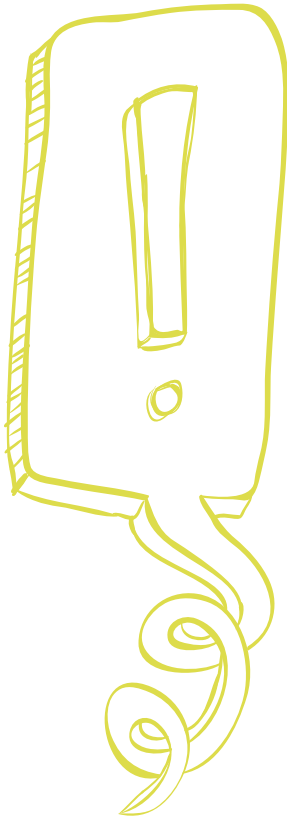
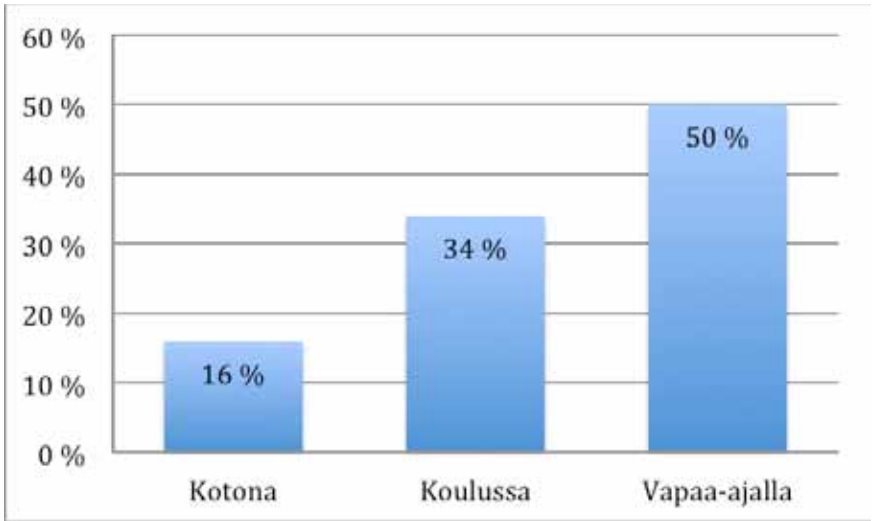
Oman hyvinvoinnin kannalta tärkeimmäksi koettiin pätevät opettajat. Yli neljän keskiarvoon ylsivät myös oppiaineiden valinnaisuus, turvallisuus koulussa, terveellinen kouluruoka sekä ergonomiset työtuolit ja -pöydät. Alle kahden keskiarvoon ja listan hänille jäivät välipala-automaatti sekä tutortoiminta. Tutortoiminnan huonoa sijoitusta taulukossa saattaa osaltaan selittää se, että tutortoiminta on lukiolaisille vielä suhteellisen tuntematonta.

Taulukko 10. Kouluun liittyvät teemat lukiolaisten arvottamassa tärkeysjärjestyksessä

	Vastaajien määrä (N)	Keskiarvo (keskihajonta)
Pätevät opettajat	3075	4,75 (0,53)
Oppiaineiden valinnaisuus	3068	4,45 (0,69)
Turvallisuus koulussa	3070	4,45 (0,81)
Terveellinen kouluruoka	3074	4,25 (0,86)
Ergonomiset työtuolit/ -pöydät	3073	4,17 (0,87)
Ajanmukaiset opetusvälineet	3073	3,98 (0,85)
Koulumenestys	3073	3,95 (0,84)
Taukotilat	3068	3,88 (1,03)
Yhtenäinen koulurakennus	3071	3,51 (1,10)
Liikunta mahdollisuudet koulussa	3073	3,51 (1,22)
Savuton koulu	3077	3,44 (1,40)
Lyhyt koulumatka	3073	3,31 (1,08)
Oppilaskunnan toiminta	3070	3,29 (1,10)
Koulun järjestämät retket/matkat	3070	3,29 (1,13)
Tutortoiminta	3070	2,90 (1,09)
Välipala-automaatit	3067	2,61 (1,25)

Kyselyssä lukiolaisilta tiedusteltiin, haluaisivatko he parantaa hyvinvointiaan ensisijaisesti kotona, koulussa vai vapaa-ajalla. Puolet vastaajista (50 %) halusi parantaa hyvinvointiaan ensisijaisesti vapaa-ajalla.

Kuvio 40. Haluaisin parantaa hyvinvointiani ensisijaisesti (%)



8 Yhteenveto ja loppupäätelmät

Lukiolaisten hyvinvointi tänään ennakoi sitä, miten he jaksavat yhteiskunnan rakentamisesta tulevaisuudessa. Länsimaissa vallallaan oleva suoritus- ja kilpailukeskeinen kulttuuri siirtyy aikuisten elämästä suoraan nuorten elämään. Yhteiskunnan nuorille asettamat paineet ovat kovat. Lukiolaisille paineita tuovat paitsi menestyminen ja suoriutuminen ylioppilaskokeissa myös siirtyminen jatko-opintoihin ja töihin. Suurten ikäluokkien eläkkeelle siirtymisellä perustellaan monia nuoriin joko suoraan tai välillisesti kohdistuvia toimenpiteitä. Työhön siirtymistä tulisi jouhevoittaa ja opintoaikoja lyhentää. Työttömyyteen ei ole varaa, työkyvyttömyydestä tai työmarkkinoilta syrjäytymisestä puhumattakaan. Yhteiskunnan asettamista paineista huolimatta lukiolaiset suhtautuvat tulevaisuuteen positiivisesti.

Suurin osa lukiolaisista voi hyvin, mutta samaan aikaan pienelle joukolle on kasaantunut useita ongelmia. Lukiossa opiskelevilta odotetaan vastuunkantoa, niin omista kursseista kuin jatkokoulutusvalinnoissa. Joillekin tämä vastuunkanto ja lukion sisällään pitäminen työmäärä ovat liian suuria. Yli puolet kaikista lukiolaisista pitää lukion työmäärää liian suurena. Työmäärää tasapainottamaan ja hyvinvointia lisäämään tarvitaan lukiolaisten mielestä lepoa, unta, liikuntaa sekä ystävien ja läheisten kanssa vietettyjä hetkiä, joissa koulutyön voi hetkeksi unohtaa.

Lukiolaisten hyvinvointi näyttää sukupuolittuneen. Fyysisten oireiden kokemisessa on nähtävissä selvä ero tyttöjen ja poikien välillä. Tytöt ilmoittivat kokevansa viikoittaisia oireita lähes kaksi kertaa useammin kuin pojat. Samalla tyttöjen kokemat fyysiset oireet ovat 2000-luvulla lisääntyneet.

Maakuntien vertailu osoitti, että maakuntien välillä on suuriakin eroja erityisesti opiskelijahuollon palveluiden saavutettavuudessa sekä lukiolaisten terveyskäyttäytymisessä. Maakuntavertailun perusteella ei kuitenkaan voida tehdä suoria johtopäätöksiä siitä, että lukiolaisten hyvinvointi on alueellisesti eriytynyttä.

Koulun sosiaaliseen ympäristöön linkittyvä ikävä sivuilmiö kiusaaminen on lukioissa peruskouluun ja ammattikouluihin verrattuna vähäistä. Kiusaamisen vähyydestä huolimatta lukiolaiset kantavat huolta koulujen turvallisuudesta. Koulujen turvallisuutta pidettiin oman hyvinvoinnin kannalta tärkeänä. Kauhajoen, Jokelan ja Utöyan saaren amputatapaukset ovat vaikuttaneet joka kymmenennen lukiolaisen koettuun turvallisuuteen koulussa. Vaikka opiskelijat ja opettajat vielä kaihtavat kouluihin asennettavia metallinpaljastimia ja valvontakameraviidakkoa, on yhteisesti selvää, että jotain koulujen turvallisuudelle on tehtävä. Tätä kappaletta kirjoittaessani uutisotsikoihin päätyi taas uusi murhenäytelmä. Imatralla, Kosken koululla oppilas puukotti toista oppilasta. Vaikka keskustelua koulujen turvallisuudesta on käyty jo pitkään, konkreettisia keinoja turvallisuuden takaamiseksi on esitelty vähänläisesti. Koulujen turvallisuuden parantamiseksi tarvitaan myös tutkimustyötä.

Tutkimuksesta esille nousseina positiivisina tuloksina voidaan pitää lukiossa viihtymistä ja lukioissa yleisesti vallitsevaa positiivista ilmapiiriä. Suurin osa lukioon hakeutuneista nuorista tietää ja tuntee olevansa oikeassa paikassa. Tämä heijastuu sekä kouluviihtyvyyteen että opiskelumotivaatioon.

TOIMENPIDESUUNNITELMA

Seuraavilla toimenpide-esityksillä Suomen Lukiolaisten Liitto haluaa tuoda esiin näkemyksiään, herättää keskustelua ja tarjota ratkaisuehdotuksia tutkimuksessa ilmenneistä ongelmista.

Täyteen ahdetut lukiokurssit ajavat opiskelijat loppuun. [Lukion uusia opetussisältöjä laadittaessa on siirryttävä painottamaan tiedon määrän sijaan laadullista hallintaa ja soveltamista.](#) Oppiaineiden tietosisältöjen kaventamisesta vapautunut opetus aika pitää käyttää opiskelijoiden opiskelutaitoja ja –voimavaroja kehittäviin opetus- ja oppimistapojen hyödyntämiseen. On myös lisättävä hyvinvointia ja elämäntaitoja tukevia valinnaisia opintoja, jotka edistävät opiskelukykyä.

Opiskelu-uupumuskierteeseen on puututtava riittävän varhain. Aineenopettajat ja ryhmänohjaajat ovat tärkeässä roolissa opiskelijoiden pahoinvoinnin ja uupumuksen havaitsemisessa ja tuen piiriin ohjaamisessa. [Opettajan perus- ja täydennyskoulutuksen pitää antaa opettajille paremmat valmiudet opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämiseen, ryhmänohjaukseen, tuen tarpeen havaitsemiseen ja opiskeluhuoltoryhmän hyödyntämiseen.](#)

Lukiolaisista viidenneksellä on vaikea päästä kouluterveydenhoitajan vastaanotolle. Noin puolet lukiolaisista kokee koululääkärin vastaanotolle pääsyn vaikeaksi. [Opiskeluterveydenhuollon henkilöstömitoituksesta pitää antaa sitovat normit, joiden toimeenpanoa aluehallintavirastot valvovat.](#)

Hyvinvoivassa lukioyhteisössä jokainen saa tukea omien voimavarojensa parempaan tunnistamiseen ja käyttöön myös toisilta opiskelijoilta. Pitkäjänteinen ja suunnitelmallinen tutorointi takaa ensimmäisen vuosikurssin lukiolaisille vertaistukiverkon, josta löytää apua opiskelutarjojen huoliin ja pulmiin. [Tutoroinnin järjestämisen on oltava jokaisen lukion lakisääteinen velvollisuus ja sen kehittämiseen on valtakunnallisesti panostettava.](#)

Vaikutusmahdollisuuksilla on suora yhteys opiskelijoiden hyvinvointiin: vaikutusmahdollisuutensa huonoksi kokevat opiskelijat kärsivät muita useammin masennuksesta ja muista hyvinvointiongelmista. Demokraattisen toimintakulttuurin vahvistaminen tukee myös lukioyhteisön hyvinvointia. [Lukioissa säädettyä oppilaskuntien kuulemisvelvoitetta on tarkennettava ja oppilaskuntaa ohjaavien opettajien täydennyskoulutusta on lisättävä.](#)

Kodin ja koulun yhteistyötä ei ole riittävästi lukiossa. Lukiolaisten vanhemmille on annettava nykyistä selkeämpi rooli lukioyhteisössä ja sen hyvinvoinnin kehittämisessä. Vanhemmat tukevat osaltaan oppilaskunnan tehtävää toimia lukiolaisten ja koko yhteisön hyväksi lukion sisällä. [Lukion pitää tukea vanhempien osallisuutta lukioyhteisön hyvinvoinnissa, ja jokaisessa lukiossa tulee olla tukiyhdistys.](#)

Lähteet

Allard, E. (1976). Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.

Hannula, R-L. & Mikkola, O. (2011). Uni ja opiskelukyky. Teoksessa Opiskeluterveys. Toim. Kunttu K., Komulainen A., Makkonen A. & Pynnönen P. Porvoo: Bookwell Oy.

Hautamäki, J. & Kupiainen, S. & Arinen, P. & Hautamäki, A. & Niemivirta, M. & Rantanen, P. & Ruuth, Ma. & Scheinin, P. (2005). Oppimaan oppiminen ala-asteella 2. Tilanne vuodesta 2003 ja muutokset vuodesta 1996. Opetushallitus 2005:1.

Heikkilä, M & T, Rintala & Airio, I. & Kainulainen S. (2002) Hyvinvointi ja tulevaisuus maalla ja kaupungissa. Stakes, Tutkimuksia 126. Saarijärvi: Gummerus.

Helsingin Sanomat 8.2.2010. Lukiolaisten kaksoiselämää opiskelua ja töissä käymistä.
<<http://www.hs.fi/kulttuuri/artikkeli/Lukiolaisten+kaksoiselämää+Opiskelua+ja+töissä+käymistä/1135252698130>> 2.2.2012

Helsingin Sanomat 5.4.2008. Vesalassa ja Myllypurossa opettajat laitettiin turvallisuuskoulutukseen. <<http://www.hs.fi/kaupunki/artikkeli/Vesalassa+ja+Myllypurossa+opettajat++laitettiin+turvallisuuskoulutukseen/HS20080405SI1KA02xzk>> 21.1.2012

Jukarainen, P. & A, Tuhkunen (2004). Imagosta identiteettiin –Raja- ja syrjäseutujen nuorten muuttoliikkeen lähtökohta. 94-105. Teoksessa Samaan aikaan toisaalla... Nuoret, alueellisuus ja hyvinvointi. Nuorten elinolot –vuosikirja.Toim. Petri Paju. Helsinki: Stakes & Nuorisosiain neuvottelukunta, julkaisuja 30 & Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 47, 106–116.

Karvinen, M. (1999). Huono-osaisuus ja disorganisaatio kaupungeissa. Modernisaatio, muuttoliikkeen ja paikallisten olosuhteiden vaikutusten jäljillä. Suomen Kuntaliitto: Helsinki

Karvonen, S. & Rahkonen, O. (2004). Hyvinvointi eriytyy alueellisesti, kasvavatko nuorten terveyden erot? Teoksessa Samaan aikaan toisaalla... Nuoret, alueellisuus ja hyvinvointi. Nuorten elinolot -vuosikirja. Toim. Paju, P. Helsinki: Stakes & Nuorisosiain neuvottelukunta, julkaisuja 30 & Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 47, 106–116.

Konu, A. (2002). Oppilaiden hyvinvointi koulussa. Tampere: Tampereen yliopisto.

Koskela, H. (2009). Pelkokierre. Pelon politiikka, turvamarkkinat ja kamppailu kanpunkitilasta. Tampere: Gaudeamus.

Keltigangas-Järvinen, L. (1994). Hyvä itsetunto. Juva: WSOY

Kunttu, K. (2011). Psykososiaalisen ympäristön vaikutus terveyteen ja terveystietoisuuteen. Teoksessa Opiskeluterveys. Toim. Kunttu K., Komulainen A., Makkonen A. & Pynnönen P. Porvoo: Bookwell Oy.

Kunttu, K. & Huttunen, T. (2001). Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2000. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 45. Helsinki: Kansaneläkelaitos.

Lahti, P. (2001). Hyvän asumisen ja elämisen elementit –Avauspuheenvuoro asiantuntijata-

- paamiseen 27.9.2001. Teoksessa Hyvän asumisen ja elämisen elementit. Toim. Hanna-Liisa Liikanen. Helsinki: Edita.
- Laine, K. (2005). Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. Keuruu: Otava.
- Laine, K. (2000). Koulukuvia Koulu nuorten kokemistilana. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Merimaa, M. (2008). Lukiolaisten hyvinvointitutkimus 2007. Suomen Lukiolaisten Liitto ry.
- Niemelä, P. (2000). Turvallisuuden käsite ja tarkastelukehikko. Teoksessa Inhimillinen turvallisuus. Toim. Niemelä, P. & Lahikainen, A.R. Tallinna: Osuuskunta Vastapaino.
- Ojajärvi, A. (2003). Kestääkö kaverisi. Lukiolaisten hyvinvointitutkimus 2003. Suomen Lukiolaisten Liitto ry.
- Opetushallitus (2007). Lukion ja ammatillisen peruskoulutuksen oppilaskuntatoiminnan kartoitus 2006. < http://www.oph.fi/download/46998_oppkuntakartoitus_2006.pdf>
- Opetusministeriö (2012). Lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelma 2012-2015. < http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisopolitiikka/Kehittamisohjelma_2012-2015/> 24.2.2012
- Paju, P. (2004). Johdanto –Iisalmessa on Lidl. Teoksessa Saman aikaan toisaalla... Nuoret, alueellisuus ja hyvinvointi. Toim. Petri Paju. Helsinki: Stakes & Nuorisoasiain neuvottelukunta, julkaisuja 30 & Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 47, 106–116.
- Paunikallio, M. (2001). Nuoret maaseudun ja kaupungin vuorovaikutuksessa. Tutkimus arvoista, asenteista ja odotuksista. Seinäjoki: Helsingin yliopiston maaseudun tutkimus- ja koulutuskeskus.
- Pirkanen, M. & A-M. Pietilä (2011). Päätteet ja opiskelijat. Teoksessa Opiskeluterveys. Toim. Kunttu K., Komulainen A., Makkonen A. & Pynnönen P. Porvoo: Bookwell Oy.
- Pulkkinen, L. (2002). Koti, koulu ja yksityinen elämämpiiri hyvän elämän ankkureina. Teoksessa Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Toim. Anna Rönkä ja Ulla Kinnunen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Putus, T. (2011). Oppilaitos opiskelijan työympäristönä. Teoksessa Opiskeluterveys. Toim. Kunttu K., Komulainen A., Makkonen A. & Pynnönen P. Porvoo: Bookwell Oy.
- Raunio, Kyösti (1995) Sosiaalipolitiikan lähtökohdat. Helsinki: Gaudeamus.
- Ropponen, Olli (2011). Applivations of treatment effects models and semiparametric estimation. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Salmela-Aro, K. (2010). Suomalaiset nuoret matkalla aikuisuuteen –hyvin- vai pahoinvointia? Psykologia 45. 05-06/2010. 378-523.
- Salmela-Aro, K. (2010). Koulu-uupumus sosiaalisessa kontekstissa: koulu, koti ja kaveripiiri. Psykologia 45. 05-06/2010. 378-523.
- Salmela-Aro, K. & Näätänen, P. (2005). Nuorten koulu-uupumismittari. Helsinki: Edita.
- Savolainen, A. (2001). Koulu työpaikkana. Työolojen itsearviointi ja kehittämistarpeet oppilaiden ja henkilöstön näkökulmasta. Tampere: Tampereen yliopisto.

Savon Sanomat 29.10.2008. Vartijat tarkistivat Siilinjärven koulun.

<<http://www.savonsanomat.fi/uutiset/savo/vartijat-tarkistavat-siilinjärven-koulun/272440>> 22.1.2012

Schwarz, N. & F, Strack (1991). Evaluating one's life: a judgment model of subjective well-being. Teoksessa Subjective well-being. Toim. Strack, F. Argyle, M and Schwarz, N. Great Britain.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2012). Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin neuvottelukunta.

<<http://www.stm.fi/stm/neuvottelukunnat/lapset>> 24.2.2012

Sosiaali- ja terveysministeriö (2012). Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma.

<http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/kaste> 24.2.2012

Särkijärvi, J. (2001) Elinympäristön viihtyisyys ja ihmisen periytyvä käyttäytymisen. Teoksessa Hyvän asumisen ja elämisen elementit. Toim. Liikanen, Hanna-Liisa. Suomen ympäristö 531, Ympäristöministeriö. Helsinki, 9–13.

Tilastokeskus (2012). Opiskelijoiden työssäkäynti väheni hieman vuonna 2009. <http://www.stat.fi/til/opty/2009/opty_2009_2011-03-15_tie_001_fi.html> 10.2.2012

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2012). Kouluterveyskysely. <<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/index.htm>> 9.1.2012

Tynkkynen, L. (2010). Nuorten uratavoitteeseen liittyvä sosiaalinen pääoma. Psykologia 45 (

Yli-Luoma, P.V.J. (2003). Hyvä opettaja. Sipoo: International Multimedia & Distance Learning.

Vahtera, S. (2007) Optimistit opintiellä. Opinnoissaan menestyvien nuorten hyvinvointi lukioista jatko-opintoihin. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Viitaniemi, S. (2011). Yliopisto-opiskelijoiden kokemus yksinäisyys – Tarkastelun kohteena Nyyti ry:n Yksinäisyys-nettiryhmään kirjoitetut viestit. Tampere: Tampereen yliopisto.

Vornanen, R. (2000). Turvallisuus elämän kysymyksenä. 13-17-vuotiaiden nuorten turvallisuus ja turvattomuuden aiheet. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Lait

Lukiolaki 629/1998.

Nuorisolaki 27.1.2006/72



