



SAVONIA

■ OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

OPISKELIJOIDEN HYVINVOINTIA UHKAAVAT TEKIJÄT

Hyvinvointikysely Savon ammatti- ja aikuisopiston
opiskelijoille

TEKIJÄT: Salla Tukiainen
Suvi-Tuuli Tuovinen
Minna Töyry

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma			
Työn tekijä(t) Salla Tukiainen, Suvi-Tuuli Tuovinen ja Minna Töyry			
Työn nimi Opiskelijoiden hyvinvointia uhkaavat tekijät. Hyvinvointikysely Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoille.			
Päiväys	30.10.2013	Sivumäärä/Liitteet	43/2
Ohjaaja(t) Yliopettaja Pirkko Jokinen			
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Savon ammatti- ja aikuisopisto			
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön aiheena oli tutkia, millaista päihteiden käyttö, koulukiusaaminen ja oppimisympäristön ongelmat ovat Savon ammatti- ja aikuisopistossa. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää, millaisia vaikutuksia edellä mainituilla asioilla on vastaajien hyvinvointiin. Tutkimuksen tavoitteena oli edistää Savon ammatti- ja aikuisopiskelijoiden hyvinvointia ja tuottaa tietoa, jota oppilaitoksen henkilökunta voi käyttää opiskelijoiden hyvinvointia edistävien toimenpiteiden kehittämiseen.</p> <p>Tutkimusmenetelmänä käytettiin määrällistä tutkimusotetta. Tutkimuksessa tarkasteltiin opiskelijoiden hyvinvointia päihteiden käytön, koulukiusaamisen sekä oppimisympäristön ja sen ongelmien kautta. Nämä ovat aikaisempien tutkimusten mukaan keskeisiä nuorten hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena, jossa kysymykset oli jaoteltu teoriaosuutta mukaillen seuraaviin aihealueisiin: koulun olosuhteet ja yhteisö, opiskelu ja oppiminen, koulukiusaaminen, seksuaalinen häirintä, sosiaaliset suhteet, päihteiden käyttö ja terveydentila. Kysely toteutettiin Webropol – kyselynä Savon ammatti- ja aikuisopiston autoalan, kone- ja metallialan, logistiikan, tekstiili- ja vaatetusalan sekä hotelli-, ravintola- ja cateringalan opiskelijoille. Vastauksia kyselyyn saatiin yhteensä 120 ja vastausprosentti oli lähes 100.</p> <p>Tutkimuksen tulosten mukaan päihteitä käytetään kaikilla tutkituilla koulutusaloilla, mutta vain murto-osa vastaajista koki päihteiden käytön vaikuttavan haitallisesti koulunkäyntiinsä. Vain pientä osaa vastaajista on kiusattu heidän nykyisessä oppilaitoksessaan, ja heistä noin puolet oli sitä mieltä, etteivät opettajat puutu kiusaamiseen riittävässä määrin. Oppimisympäristönsä vastaajat olivat enimmäkseen tyytyväisiä, ja suurin osa heistä lähteekin kouluun mielellään. Vastaajista suurin osa kokee saavansa oppilaitokselta tarpeeksi tukea opiskeluunsa, kuitenkin osa toivoisi saavansa lisää tukea varsinkin opettajien taholta.</p> <p>Monet opiskelijat kokivat hyvinvointinsa kannalta tärkeää olevan sen, että erityisesti terveydenhoitaja on helposti tavoitettavissa. Myös koulukuraattorilta toivottiin enemmän palvelua. Opiskelijat toivoivat näistä palveluista tiedotettavan nykyistä paremmin, jotta niihin on helpompi hakeutua. Savon ammatti- ja aikuisopisto voikin hyödyntää tutkimustuloksia suunnitellessaan toimenpiteitä, joilla opiskelijoiden hyvinvointia voitaisiin tulevaisuudessa parantaa. Jatkossa tutkimusaiheet Savon ammatti- ja aikuisopistossa voisivatkin liittyä opiskelijapalveluiden saatavuuteen, mutta myös opiskelijoiden väsymykseen ja päihteiden käyttöön, joilla tämän tutkimuksen mukaan oli vaikutusta opiskelijoiden hyvinvointiin ja opiskelumotivaatioon.</p>			
Avainsanat Hyvinvointi, opiskelijat, koulukiusaaminen, päihteet, oppimisympäristö			

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme of Nursing			
Author(s) Salla Tukiainen, Suvi-Tuuli Tuovinen ja Minna Töyry			
Title of Thesis Factors threatening students' well-being. Survey about well-being for Savo Vocational College students.			
Date	30.10.2013	Pages/Appendices	43/2
Supervisor(s) Principal Lecturer Pirkko Jokinen			
Client Organisation /Partners Savo Vocational College			
<p>Abstract</p> <p>The topic of the thesis was to find how problems in school environment, use of drugs and substances and bullying are shown in Savo Vocational College. Our aim was to solve what kind of consequences these things have on the well-being of the respondents. The goal of the research was to contribute to the well-being of the students of Savo Vocational College and to produce data which the personnel can use to aid the students' well-being.</p> <p>The quantitative research method was used in this study. In the theory part we addressed well-being, use of drugs and substances, bullying in school and problems in school environment. These topics were the most important factors in students well-being among the studies we used as reference. The research was conducted as a survey and the questions were in seven sections: school environment, school and community, studying and learning, bullying, sexual harassment, social relationships, use of drugs and substances and healthiness. The survey was implemented as a Webropol-survey to the students of different fields of study at Savo Vocational College. The respondents studied in five different fields that included vehicle technology, metalwork and machinery, logistics, clothing, hotel and restaurant services and catering. 120 replies were received.</p> <p>The research produced many results about the problems of school environment, use of drugs and substances and bullying at Savo Vocational College. According to the results drugs and substances are used in all sectors of vocational education, but only a few students felt that the use of drugs and substances have affected harmfully their schooling. Only a few students told they had been bullied in their current school, and about half of them thought that teachers don't do enough when someone is bullied. The respondents were mostly pleased of the school environment and most of them went to school gladly. Most of the respondents felt they got enough support for their studies though some of them hoped to get more support especially from the teachers.</p> <p>Many students felt that the community health nurse being available and easily contacted was important to their well-being. The school's curator services were also desired. The students wanted these services to be informed more so they could more easily seek their services. Savo Vocational College can use the results of this research when planning actions to contribute to the well-being of the students. In the future the topics for new researches could relate to the availability of student services, but also to tiredness and use of drugs and substances of students, because these things affected students' well-being and study motivation.</p>			
Keywords Well-being, students, bullying, drugs and substances, school environment			

SISÄLTÖ

1	TYÖN TAUSTA JA TARKOITUS	5
2	PÄIHITEIDEN KÄYTTÖ, KOULUKIUSAAMINEN JA OPPIMISYMPÄRISTÖN ONGELMAT OSANA NUORTEN HYVINVOINTIA	7
2.1	Hyvinvointi	7
2.2	Päihteidenkäyttö	8
2.3	Koulukiusaaminen	10
2.4	Oppimisympäristö	11
3	TYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	12
4	TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN.....	13
4.1	Tutkimusmenetelmä.....	13
4.2	Tutkittavat, aineiston hankinta ja analyysi	13
4.3	Tutkimuksen eettisyys.....	14
5	TUTKIMUSTULOKSET	16
5.1	Vastaajien taustatiedot.....	16
5.2	Päihteidenkäyttö osana opiskelijoiden hyvinvointia	17
5.3	Koulukiusaaminen ja sen vaikutukset opiskelijoiden hyvinvointiin	19
5.4	Oppimisympäristö ja sen vaikutus opiskelijoiden hyvinvointiin	20
5.4.1	Oppilaitoksen olosuhteet ja yhteisö sekä opiskelu ja oppiminen.....	20
5.4.2	Sosiaaliset suhteet	21
5.4.3	Seksuaalinen häirintä	21
5.5	Terveydentila.....	21
5.6	Hyvinvoinnin kehittäminen.....	23
6	POHDINTA.....	24
6.1	Tutkimuksen luotettavuus	24
6.2	Tutkimustulosten tarkastelu.....	24
6.3	Oman oppimisen arviointi	29
6.4	Suosituksat ja jatkotutkimushaasteet	30

LÄHTEET

LIITTEET

1 TYÖN TAUSTA JA TARKOITUS

Sairaanhoitajana voi työskennellä monella eri alueella, ja monessa niissä kohdata myös nuoria asiakkaita tai potilaita. Sairaanhoitajan tulee olla tietoinen, mitä ongelmia nykynuorilla on ja kuinka niihin pystytään puuttumaan. Mielenterveysongelmat ovat nuorten keskuudessa varsin yleisiä, niistä kärsii noin viidesosa nuorista. Nuorten mielenterveysongelmissa varhain saatu apu estää ongelmien kasaantumisen ja kasvamisen suuriksi. Ongelmien kasautuminen saattaa pahimmillaan johtaa nuoren riskikäyttäytymiseen, jota voi olla esimerkiksi päihteiden käyttö tai seksuaalinen holtittomuus. (Rinkinen 2010.) Oppilaitosten rooli on suuri ongelmien varhaisessa huomaamisessa ja puuttumisessa, ja oppilaitoksilla tulisi olla keinoja puuttua nuoren riskikäyttäytymiseen.

Laissa ammatillisesta koulutuksesta (1998,§5) sanotaan, että ammattikoulutuksen tavoitteena on tukea opiskelijoiden kehittymistä hyväksi ja tasapainoisiksi ihmisiksi ja yhteiskunnan jäseniksi. Osalla ammattikoulussa opiskelevista elämäntilanteet voivat olla hankalia mielenterveysongelmien tai muiden asioiden vuoksi, jolloin opiskelu on vaarassa keskeytyä. Laki ammatillisesta koulutuksesta (1998,§21) määrittelee, että opiskelussa voidaan tehdä erityisjärjestelyjä, jos se on perusteltua esimerkiksi terveydellisistä syistä. Savon koulutuskuntayhtymän laatimassa Opetussuunnitelman yhteisessä osassa (2013a) kerrotaan, että oppimisympäristöllä ja opiskelijoiden tarpeista lähtevillä järjestelyillä pyritään tukemaan opiskelijoiden hyvinvointia. Hyvinvoinnilla voidaan laajimmassa merkityksessään tarkoittaa sellaista elämää, jonka kukin itse kokee hyväksi, ja se voidaan jakaa kolmeen eri ulottuvuuteen: elämänlaatuun tai koettuun hyvinvointiin, terveyteen ja materiaaliseen hyvinvointiin (Mattila 2009, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2013a).

Koska nuorten hyvinvointiin liittyvät asiat ovat esillä sekä yhteiskunnassa että terveysalalla, päätimme opinnäytetyönämme tutkia Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoiden hyvinvointia tarkastelemalla sitä päihteiden käytön, koulukiusaamisen ja oppimisympäristön näkökulmasta. Oppilaitoksessa on todettu vuosittain toteutetuissa OLO- ja kouluterveyskyselyissä pahoinvointia opiskelijoilla, mutta syitä tähän ja suuriin keskeyttämislukuihin tietyillä aloilla ei ole selvitetty.

Teimme määrällisen kyselytutkimuksen Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoille. Savon ammatti- ja aikuisopisto kuuluu Savon koulutuskuntayhtymään, joka käsittää eri koulutusyksiköitä ympäri Savoaa. Savon ammatti- ja aikuisopiston koulutusta on tarjolla yhdeksässä eri osoitteessa Kuopiossa. (Savon koulutuskuntayhtymä 2013c.) Nuorten ammatillisessa koulutuksessa opiskelee peruskoulun suorittaneita nuoria, jotka ovat iältään 15-vuotiaasta ylöspäin. Nuorten lisäksi Savon ammatti- ja aikuisopistossa opiskelee myös aikuisopiskelijoita. (Savon koulutuskuntayhtymä 2013b.)

Tarkoituksenamme oli kuvata opiskelijoiden hyvinvointia uhkaavia tekijöitä. Hyvinvointia tarkastelimme tässä tutkimuksessa opiskelijoiden päihteiden käytön, koulukiusaamisen ja oppimisympäristön näkökulmasta. Tutkimuksemme tulosten kautta pystymme antamaan Savon ammatti- ja aikuisopistolle ajankohtaista tietoa opiskelijoiden hyvinvoinnista sekä meidän että opiskelijoiden omia ehdotuksia hyvinvointitilanteen parantamiseksi.

Henkilökohtaisena tavoitteenamme oli oppia keräämään ajankohtaista tietoa ja käyttää sitä tarkoituksenmukaisesti tutkimuksemme tietopohjan perustana. Tavoitteenamme oli perehtyä määrällisen tutkimuksen suorittamiseen ja sen toteuttamiseen käytännössä. Erityisesti halusimme oppia luomaan selkeän kyselylomakkeen ja analysoimaan keräämäämme tietoa.

2 PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ, KOULUKIUSAAMINEN JA OPPIMISYMPÄRISTÖN ONGELMAT OSANA NUORTEN HYVINVOINTIA

Nuorten hyvinvointiin kiinnitetään nykyään paljon huomiota varsinkin koulumaailmassa. Nuorten ja nuorten aikuisten, joita tutkimme, elämään liittyy monenlaisia asioita, joilla on vaikutusta heidän hyvinvointiinsa niin koulussa kuin vapaa-ajallakin. Uusi koulu, uudet kaverit, vanhempien luota pois muuttaminen ja monet muut muuttuvat asiat vaikuttavat nuoren valintoihin ja siihen, mitä he pitävät tärkeänä. Tässä tutkimuksessa olemme keskittyneet nuorten hyvinvoinnin tutkimisessa päihteiden käytön, koulukiusaamisen ja oppimisympäristön ongelmien vaikutuksiin.

2.1 Hyvinvointi

Laajimmassa merkityksessään hyvinvointi viittaa siihen, mitä meillä on, kun elämme hyväksi kokeamme elämää (Mattila 2009). Hyvinvoinnin osatekijät voidaan jakaa kolmeen eri ulottuvuuteen: terveyteen, elämänlaatuun tai koettuun hyvinvointiin sekä materiaaliseen hyvinvointiin. Yksilölliseen hyvinvointiin luetaan usein myös kuuluviksi sosiaaliset suhteet, onnellisuus, itsensä toteuttaminen sekä sosiaalinen pääoma. Suomen kielessä hyvinvointi-käsite liittyy yksilöllisen hyvinvoinnin lisäksi myös yhteisön hyvinvointiin, jonka ulottuvuuksia ovat ympäristö ja asuinolot, työhön ja koulutukseen liittyvät asiat sekä toimeentulo. Hyvinvointia voi siis kuvata ihmisen fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena hyvänä olona, joka syntyy henkilön läheisten, hänen itsensä, elinympäristönsä ja palvelujärjestelmän toiminnan tuloksena. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013a.)

WHO määrittelee fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin täydellisen tilan terveydeksi (Huttunen 2012). Nuorten huonona koettuun terveyteen liittyvät tunne-elämän ja käyttäytymisen häiriöt, vähäinen liikunta sekä vanhempien alhainen sosioekonominen asema. Vähäiset käyttäytymisen häiriöt, aktiivinen liikkuminen sekä vanhempien korkea sosioekonominen asema ovat myös yhteydessä hyvään koulumenestykseen. (Kantomaa, Tammelin, Ebeling ja Taanila 2010, 30.)

Opiskelijoiden hyvinvoinnin turvaaminen on yksi opiskeluterveydenhuollon tehtävistä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013). Opiskeluterveydenhuollolla tarkoitetaan opiskelijan hyvän psyykkisen ja fyysisen terveyden, hyvän oppimisen sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistä ja ylläpitoa. Opiskeluterveydenhuollon tulisi sairauksien hoitamisen lisäksi tukea fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten opiskeluolosuhteiden edistämistä sekä korjata opiskelukykyä heikentäviä tekijöitä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006.)

Osana hyvinvoinnin perustaa on mielenterveys. Mielenterveys muovautuu elämän aikana kehityksen ja persoonallisen kasvun myötä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013b.) Opiskelijoiden elämäntilanteet ovat haastavia. Nuoruuteen sisältyy kehityshaasteita, jotka vaativat runsaasti voimavaroja. Näihin haasteisiin kuuluu psykologinen kehitys, joka johtaa aikuistumiseen sekä konkreettiseen itsenäistymiseen. Monelle tämä elämänvaihe tarkoittaa suuria ratkaisuja muun muassa parisuhteen muodostamiseen sekä itsenäistymiseen liittyen. Opiskeluaikaan liittyy myös kysymyksiä elämänhallinnasta ja elämäntyylin valinnasta. Elämäntilanne heijastuu sekä psyykkiseen että koettuun tervey-

teen. Selviytyäkseen tästä nuori tarvitsee tukea sekä oppilaitokselta että henkilökohtaiselta lähipiiriltään. Opiskeluun tarvitaan sekä yksilön omia voimavaroja että oppimisympäristön tukea. Yksilön voimavaroihin kuuluvat tiedot ja taidot, riittävä terveys, kyvykyys ja motivaatio. Opiskeluympäristön tulisi tarjota hyvää opetusta, kulttuurisesti tukevaa ilmapiiriä, fyysisesti turvallisia olosuhteita sekä oppimista tukeva opiskeluympäristö. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006.)

Suurin osa toisen asteen opiskelijoista on nuoria ja nuoria aikuisia. Psykologisessa, sosiaalisessa ja biologisessa kehityksessä voi olla suuria eroja opiskelijoiden välillä. Elämänkaaren eri vaiheiden haasteet ja ongelmat koskevat kuitenkin kaikkia. Opiskelun alkuun voi liittyä paljon muutoksia, kuten uusi opiskeluyhteisö ja ympäristö sekä mahdollinen muutto uuteen kaupunkiin pois vanhempien luota. Harrastukset ja kaveripiiri voivat vaihtua. Opiskelu tuo mukanaan myös paineita muun muassa taloudellisesta selviytymisestä sekä opiskeluiden etenemisestä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006.)

Vuosien 2010 ja 2011 kouluterveyskyselyiden yhdistetyissä tuloksissa yhdeksän prosenttia ammattikoulun opiskelijoista kertoi, ettei pysty keskustelemaan omista asioistaan vanhempiensa kanssa juuri koskaan. Sellaista ystävää, jolle voisi luottamuksellisesti puhua lähes kaikista omista asioistaan, ei ole seitsemällä prosentilla. Viimeisen 12 kuukauden aikana opiskelijoista 16 % oli uhattu vahingoittaa fyysisellä väkivallalla ja 12 %:n kimppuun oli käyty samaisella ajanjaksolla. Kysymys koski fyysistä kimppuun käymistä, kuten lyömistä, potkimista tai jonkin aseiden käyttöä. (Kouluterveyskysely 2010/2011a.)

Kouluterveyskyselyn kouluoloja käsittelevässä osiossa koulunkäynnistä piti melko vähän tai ei lainkaan 22 % vastaajista. Kyselyyn vastanneista 30 % ei koe opettajien rohkaisevan opiskelijoita ilmaisemaan mielipiteitä oppitunneilla ja 41 % ei koe opettajien olevan kiinnostuneita opiskelijoiden kulumisista. Vastaaajista 23 % oli sitä mieltä, että opettajat eivät kohtele oppilaita oikeudenmukaisesti, 32 %:n mielestä oppilaiden mielipiteitä ei oteta huomioon koulutyön kehittämisessä ja 48 % oppilaita ei tiennyt, miten koulussa voi vaikuttaa koulun asioihin. (Kouluterveyskysely 2008/2009 - 2010/2011.)

Mielialasta kysyttäessä 22 % oppilaita koki olevansa aamuisin paljon väsyneempi kuin aikaisemmin. Unettomuus häiritsi tai siitä, nukahtamisvaikeuksista tai liian aikaisin heräämisestä kärsi 14 %. Ammattioppilaitosten opiskelijoista 31 % väsyi nopeammin tai koki väsyvänsä tai uupuvansa vähäisestikin työstä. Heistä kaksi prosenttia kertoi olevansa liian väsyneitä tehdäksään mitään. Kyselyn masentuneisuusluokituksen mukaan vastanneista 11 % kärsi lievästä ja 12 % keskivaikeasta tai vaikeasta masennuksesta. (Kouluterveyskysely 2010/2011b.)

2.2 Päihteidenkäyttö

Päihteiden käyttö tarkoittaa laissa päihteiksi määriteltyjen aineiden käyttämistä. Päihteiksi Suomen päihdehuoltolaissa on määritelty alkoholi, tupakka, huumausaineet sekä päihtymistarkoituksessa käytetyt lääkkeet ja liuottimet. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2013f.)

Päihteiden käyttö nuoruudessa on yhteydessä mielenterveyden häiriöihin ja psyykkiseen hyvinvointiin. Nuoret voivat päihteiden käytön takia altistua myös erilaisille tapaturmille tai väkivallalle, ja myös itsemurhan riski kohoaa. Kasvavalle ja kehittyvälle nuorelle päihteiden käyttö on haitallisempaa kuin aikuiselle, ja se voi aiheuttaa riippuvuutta sekä oppimiskyvyn ja muistin heikentymistä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013c.)

Suomalaisten merkittävin päihde myös nuoruusiässä on alkoholi. Kuitenkin kokonaan raittiiden nuorten määrä on 2000-luvulla lisääntynyt, ja sekä alkoholin, tupakan että huumeiden käyttö on suomalaisnuorilla vähentynyt. Keskinuoruusiässä päihteiden käyttö on työillä ja pojilla suunnilleen samalla tasolla, joskin pojista useampi juo itsensä viikoittain humalaan saakka. Ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevilla on todettu humalajuomisen olevan yleisempää kuin lukiolaisilla. (Fröjd, Kaltiala-Heino, Ranta, von der Pahlen ja Marttunen 2009, 17.)

Suomen huumemarkkinoilla esiintyy enimmäkseen kannabistuotteita, amfetamiinia, ekstaasia ja buprenorfinia. Kannabista 15–16 -vuotiaista nuorista on joskus kokeillut joka kymmenes. (Fröjd ym. 2009, 18.) Erityisesti 15–24 -vuotiailla naisilla kannabiksen käyttö on yleistynyt, tosin erot saman ikäluokan miehiin ovat hyvin vähäiset (Metso, Winter ja Hakkarainen 2012, 18–19). Suhtautuminen kannabiksen säännölliseen käyttöön on Metson ym. (2012, 27) tutkimuksen mukaan vuoteen 2010 mennessä lieventynyt. Kannabiksen kokeilukäyttöä pidetään nykyään viikottaiseen humalajuomiseen ja säännölliseen tupakanpolttoon nähden selvästi vähäisempänä riskinä.

Merkittävin yksittäinen sairauksien aiheuttaja Suomessa on tupakka. Suomalaisnuorten tupakointikäyttäytyminen viittaa osalla voimakkaaseen nikotiiniriippuvuuteen, sillä päivittäin tupakoivista 16-vuotiaista pojista 45 % ja tytöistä 29 % polttavat ensimmäisen savukkeensa alle 30 minuutin kulluttua heräämisestä. Lukiossa opiskelevista vain yhdeksän prosenttia tupakoi päivittäin, kun taas ammattiin opiskelevilla vastaava lukema on 39 %. Ammattioppilaitoksessa opiskelevilla koettu terveys onkin tutkimuksen mukaan keskimäärin huonompi kuin lukiolaisilla. Tupakointi on alkoholin käytön ja liian vähäisen liikunnan sekä unen puutteen rinnalla todettu keskeiseksi hyvinvointia haittaavaksi tekijäksi ammattiin opiskelevien keskuudessa. (Mustonen ja Ollila 2009, 10–11.)

Alkoholilaki (1994,§16 ja§31) ja Tupakkalaki (1973,§10) puoltavat nuorten päihteettömyyttä kieltämällä alle 18-vuotiaille alkoholin ja tupakan myymisen ja välittämisen. Näiden tuotteiden hallussapito on alaikäisiltä kielletty (Alkoholilaki 1994,§34 ja Tupakkalaki 1973,§11). Huumausaineiden käyttö, myynti ja välittäminen ovat iästä riippumatta Huumausainelain (2008,§5) mukaan kielletty. Myös Laki ammatillisesta koulutuksesta pyrkii tukemaan opiskelijoiden kehittymistä, ja koulutuksessa tulee luoda avoin ja myönteinen oppimisympäristö, jossa opiskelijasta kehittyy vastuuntuntoinen ja velvollisuuksistaan huolehtiva kansalainen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013d). Voidaankin todeta, että lakien puitteissa nuorten päihteiden käyttö ei ole sallittua eikä suotavaa.

2.3 Koulukiusaaminen

Koulukiusaamiselle on olemassa monia erilaisia määritelmiä, jotka riippuvat siitä, miten kiusaaminen ilmenee ja onko se yksilön vai jonkin ryhmän aiheuttamaa (Ulmanen 2006, 2). Nymanin (2010, 23) tutkimuksessa kiusaaminen määritellään jatkuvaksi ja pidemmällä ajanjaksolla tapahtuvaksi toiminnaksi, joka ilmenee esimerkiksi epämiellyttävänä sanoina tai tekoina. Kiusaamista on hänen mukaansa myös oppilaan toistuva ärsyttäminen tai asioista ulkopuolelle jättäminen, ja kiusaajina voi toimia yksittäinen oppilas tai oppilasjoukko. Kiusaamiseksi ei kuitenkaan katsota kahden saman vahvuisen oppilaan riitelemistä tai leikkimielistä kiusoittelua. Karstun (2010, 8) mukaan kiusaamisen määritelmään liitetään usein myös teon tarkoituksellisuus, systemaattisuus ja kiusaajan sekä kiusatun välinen voimasuhteiden epätasapaino, joka tekee kiusatusta puolustuskyvyttömän.

Kiusaaminen voi olla fyysistä, verbaalista tai sosiaalista. Lapsilla kiusaamiseen liittyvä aggressiivisuus ilmenee useimmiten fyysisenä, esimerkiksi lyömisenä. Vanhemmiten aggressiivisuus on puolestaan peiteltympää. (Nyman 2010, 23.) Tällainen sosiaalinen kiusaaminen voi ilmetä esimerkiksi toisen välttelynä tai epämiellyttävänä ilmeilynä. Sanallisen kiusaamisen tavoista uusin on viestintävälineiden, kuten kännyköiden tai internetin, välityksellä tapahtuva kiusaaminen. Kiusaamisen tavoissa eroja löytyy myös sukupuolten välillä. Pojat kiusaavat usein käyttäen fyysistä väkivaltaa, kun taas tyttöjen tapa kiusata on epäsuorempaa ja siksi hankalampi havaita. (Ulmanen 2006, 2.)

Kiusaaminen vaikuttaa negatiivisesti paitsi kiusatun, myös kiusaajan sekä ympäröivän ryhmän hyvinvointiin. Ryhmässä, jossa kiusaamista tapahtuu, on turvaton ilmapiiri ja sekä lasten psyykinen että fyysinen hyvinvointi on vaarantunut. Kiusaaminen vaikuttaa lapsen kasvuun ja kehitykseen kokonaisvaltaisesti. Kiusatuilla lapsilla ja nuorilla on suurentunut riski syrjäytymiseen, ja lisäksi heillä on enemmän masentuneisuutta ja ahdistusta kuin muilla lapsilla ja nuorilla. (Kirves 2010.) Koulussa kiusaaminen vähentää kouluviihtyvyyttä, heikentää koulumenestystä ja aiheuttaa poissaoloja. Merkittävää koulukiusaamisessa on se, että lapsena koettu jatkuva kiusaaminen vaikuttaa myös myöhemmässä elämässä ja voi altistaa muun muassa syrjäytymiselle. (Kaikkonen ja Hakulinen-Viitanen 2012, 56.)

Kiusaaminen voi koulumaailman lisäksi vaikuttaa myös aikuisuudessa, ja koulukiusatulla onkin riski joutua myöhemmin työpaikkakiusatuksi (Ulmanen 2006, 10–11). Nymanin (2010, 22–23) mukaan kiusaamiskokemukset ovat vakava uhka hyvinvoinnille koulussa ja vaikuttavat oppilaan sosiaaliseen asemaan. Hän muistuttaa, että kiusaaminen vaikuttaa aina negatiivisesti kiusatun itsetuntoon ja asemaan riippumatta siitä, missä muodossa kiusaaminen ilmenee. Kiusaaminen myös vähentää kiusatun yhteenkuuluvuuden tunnetta vertaisryhmässään.

Koulukiusaamista ilmenee kaikissa ikäluokissa ja kaikissa kouluissa. Sen lopettamiseksi on kehitetty monia keinoja, mutta se on todella yleistä kouluissamme. Aihetta on tutkittu paljon, mutta kiusaamisen syitä on silti hankala todeta yksiselitteisesti. Osa tutkimuksista viittaa siihen, että jokin poikkeavuus ulkoisessa olemuksessa altistaa kiusaamiselle. Myös poikkeavalla käyttäytymisellä on todettu olevan vaikutusta kiusaamiseen. (Nyman 2010, 22–24.)

2.4 Oppimisympäristö

Oppimisympäristö rakentuu oppimiseen liittyvästä fyysisestä ympäristöstä, psyykkisistä tekijöistä sekä sosiaalisista suhteista. Fyysinen oppimisympäristö käsittää rakennetun ympäristön lisäksi myös oppimateriaalit ja – välineet sekä ympäröivän luonnon. (Nuikkinen 2009, 78.) Fyysisen oppimisympäristön tarkastelussa on hyvä kiinnittää huomiota esimerkiksi viihtyisyyteen, toiminnallisuuteen, monipuolisuuteen ja turvallisuuteen (Hatakka ja Nyberg 2009, 8). Tässä tutkimuksessa opiskelijoiden fyysisen oppimisympäristön tarkastelulla on melko pieni rooli. Opiskelijoille toteutettavassa kyselyssä koulun fyysisten tilojen ja opiskeluryhmien kokojen vaikutusta opiskelijoiden hyvinvointiin onkin kysytty vain vähän, kuitenkin väheksymättä niiden mahdollisia vaikutuksia.

Sosiaalisen oppimisympäristön muodostumiseen vaikuttavat vuorovaikutukseen ja ihmissuhteisiin liittyvät tekijät sekä erilaiset oppimista tukevat verkostot. Koulun sisäiseen verkostoon kuuluvat opettajat, koulun muu henkilökunta ja opiskelijahuolto, opiskelutoverit, ystävät sekä opiskelijan perhe. Ulkoiseen oppimista tukevaan verkostoon kuuluvat puolestaan muun muassa sosiaalityöntekijät, työvoimatoimisto, terveydenhuolto, päihdekuntoutus ja mielenterveyspalvelut. (Hatakka ja Nyberg 2009, 8-9.) Sosiaalisen oppimisympäristön tarkastelu korostuu tutkimuksessamme, sillä Savon ammatti- ja aikuisopiston OLO – kyselyn sekä Kouluterveyskyselyn (2008/2009–2010/2011) tulosten perusteella tällä alueella ilmenee jonkin verran ongelmia. Opiskelijoille toteutettavassa kyselyssä olemme sosiaalisten suhteiden tutkimisen lisäksi arvioineet sosiaalista oppimisympäristöä myös seksuaalisen häirinnän näkökulmasta, sillä OLO – kyselyssä ja Kouluterveyskyselyssä näkyy huolestuttavan paljon ongelmia myös tällä alueella. Kouluterveyskyselyn (2010/2011c) mukaan loukkaavaa nimittelyä, kuten homottelua tai huorittelua, oli kokenut 39 % kyselyyn vastanneista ja 15 % oli kokenut intiimien alueiden koskettelua vasten tahtoaan.

Vuoden 2012 Kouluterveyskysely osoittaa, että Pohjois-Savon alueella noin neljäsosa ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista kokee ahdistuvansa tai jännittyvänsä melko helposti. Tässä tutkimuksessa on yhdeksi oppimisympäristön tarkastelualueeksi liitetty psyykinen oppimisympäristö, johon vaikuttavat erilaiste tunnelmat ja tunteet, kuten edellä mainittu jännitys. Psyykkisen oppimisympäristön muodostumiseen vaikuttavat yksilön kognitiiviset eli tiedolliset ja emotionaaliset eli tunteelliset tekijät. Keskeinen rooli psyykkisen oppimisympäristön rakentamisessa on opettajalla, joka osaltaan vaikuttaa yhteen tärkeimmistä psyykkiseen oppimisympäristöön vaikuttavista tekijöistä, koulukiusaamiseen suhtautumiseen. Yksi tärkeä oppimista edistävä tekijä onkin turvallisuus, kun taas esimerkiksi pelon tunne estää oppimista. (Hatakka ja Nyberg 2009, 9.)

3 TYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoiden hyvinvointia uhkaavia tekijöitä. Kyselyn avulla selvitimme opiskelijoiden päihteiden käyttöä, koulukiusaamista ja oppilaitokseen liittyviä tekijöitä.

Tutkimuksen tavoitteena oli edistää Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoiden hyvinvointia. Tutkimuksessamme tuotettua tietoa Savon ammatti- ja aikuisopiston henkilöstö voi käyttää kehittäessään opiskelijoiden hyvinvointia edistäviä toimenpiteitä.

Tutkimuskysymyksinä opinnäytetyössä olivat:

1. Millaista opiskelijoiden päihteiden käyttö on heidän itsensä arvioimana?
2. Millaista koulukiusaaminen on oppilaitoksessa opiskelijoiden kuvaamana?
3. Millaisia ongelmia opiskelijat kuvaavat liittyvän oppimisympäristöön?
4. Millaisia muita asioita liittyy opiskelijoiden hyvinvoitiin?
5. Millaisia opiskelijahyvinvoinnin edistämisen parannusehdotuksia opiskelijoilla on?

4 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

4.1 Tutkimusmenetelmä

Toteutimme tutkimuksemme kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Määrällisen tutkimuksen taustalla on ajatus, jonka mukaan todellisuus rakentuu objektiivisesti todettavista tosiasioista. Tällaisen ajattelutavan mukaan tieto perustuu suoriin aistihavaintoihin sekä loogiseen päättelyyn. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 2009, 139.)

Määrällinen tutkimusote soveltui tutkimukseemme, sillä halusimme mahdollisimman laajan kuvan Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoiden hyvinvoinnista. Määrällinen tutkimus mahdollisti laajan otoksen, jolloin oli mahdollista saada paljon vastauksia tutkittavilta ja yleistää tutkimuksen tuloksia niihin opiskelijaryhmiin, joita tutkimme. Oletimme myös, että nuoret jaksavat keskittyä vastaamaan paremmin lyhyisiin monivalintakysymyksiin kuin avoimiin kysymyksiin. Tämä tuki tutkimuksemme luotettavuutta ja yleistettävyyttä.

Hirsjärven ym. (2009, 140) mukaan määrällistä tutkimusta tehdessä kannattaa muodostaa aiemmista tutkimuksista johtopäätöksiä ja etsiä aiheesta aiempia teorioita, sillä näin tutkija voi esimerkiksi luoda kokonaan uusia ideoita tutkimukseensa. Tätä tutkimusta tehdessämme löysimme jonkin verran tietoa tutkittaviamme vastaaville ikäluokille tehdyistä tutkimuksista. Monissa tutkimuksissa (Hopeakangas 2011; Karstu 2010; Liukkonen ja Pirinen 2009) oli tutkittu esimerkiksi lukiolaisia tai jotain tiettyä ryhmää, kuten lähihoitajaopiskelijoita, mutta saimme niiden avulla hyviä ideoita muun muassa mittarin laatimiseen. Aiemmat tutkimukset auttoivat meitä hyvinvointia uhkaavien tekijöiden tutkimisessa keskittymään päihteisiin ja koulukiusaamiseen, sillä havaitsimme, että ne olivat merkittävimpiä ammattioppilaitosten opiskelijoiden hyvinvointiin vaikuttavia asioita. (Nyman 2010; Terveuden ja hyvinvoinnin laitos 2013c.) Savon ammatti- ja aikuisopiston oma tutkimusaineisto toi puolestaan esille oppimisympäristöön liittyvät asiat opiskelijoiden hyvinvointiin vaikuttavina tekijöinä. Tällaisia asioita olivat muun muassa opettajien rooli opiskelijoiden hyvinvoinnin edistämisessä sekä koulun tilat.

4.2 Tutkittavat, aineiston hankinta ja analyysi

Tutkimusjoukkomme koostui Savon ammatti- ja aikuisopiston autoalan, kone- ja metallialan, logistiikan, tekstiili- ja vaatetusalan sekä hotelli-, ravintola- ja cateringalan opiskelijoista. Valitsimme tutkittavat opiskelijaryhmät niiden koon perusteella, sillä halusimme saada mahdollisimman laajan otannon. Tutkittavien ryhmien valintaan vaikutti myös se, mitkä ryhmät olivat tutkimuksen toteuttamisajankohtana paikalla koulussa, eivätkä esimerkiksi työssäoppimisjaksoilla. Opiskelijoita kyseisissä ryhmissä on yhteensä hieman yli 120, joista suunnilleen puolet opiskelee hotelli-, ravintola- ja cateringalalla. Opiskelijoissa on sekä tyttöjä että poikia. Saimme 120 vastausta kyselyymme ja vastamatta jätti vain muutama opiskelija. Vastausprosentti oli siis lähes 100.

Suoritimme tutkimuksen Webropol-kyselynä (LIITE 1), johon loimme julkisen linkin. Sovimme tutkittavien opiskelijaryhmien ryhmänohjaajien kanssa ajan ja paikan, jolloin kävimme ohjaamassa ku-

takin ryhmää kyselyyn vastaamisessa. Näin varmistimme saavamme riittävän määrän vastauksia tutkimuksen tulosten luotettavuuden takaamiseksi. Mittarin kehitimme aihealueiden koulun olosuhteet ja yhteisö (kysymykset 4-5), opiskelu ja oppiminen (6), koulukiusaaminen (7), seksuaalinen häirintä (8-9), sosiaaliset suhteet (10), päihteiden käyttö (11–12) ja terveydentila (13–15) pohjalta. Kysymykset 1-3 olivat taustakysymyksiä. Aiheet nousivat esille oppilaitoksessa aiemmin tehdyistä tutkimuksista sekä kouluterveyskyselyistä. Olemme mittarissamme jaotelleet väittämät näihin aihealueisiin, ja vastausmahdollisuudet ovat asteikolla täysin samaa mieltä, osittain samaa mieltä, osittain eri mieltä, täysin eri mieltä ja ei koske minua. Väittämät muotoilimme niin, että saamme niillä haluamaamme uutta tietoa kysymystemme aihealueista.

Tavoitteena oli tehdä mittari, johon on helppo ja nopea vastata, mutta joka kuitenkin kertoo kattavasti siitä, uhkaako päihteiden käyttö, koulukiusaaminen ja oppimisympäristö opiskelijoiden hyvinvointia. Monivalintakysymysten lisäksi lisäsimme mittariin myös muutamia avoimia kysymyksiä, joilla toivoimme saavamme syvennystä vastauksiin. Lisäksi toivoimme tietoa sellaisista opiskelijoiden hyvinvointiin liittyvistä tekijöistä, joita meillä ei aiemmin ole ollut tiedossa. Olimme kuitenkin varautuneet siihen, etteivät kaikki opiskelijat jaksa vastata avoimiin kysymyksiin, joten tutkimuksemme toteutus ei olisi estynyt, vaikka emme olisi saaneet avoimiin kysymyksiin lainkaan vastauksia.

Analysoimme aineiston käyttäen Webropolin omaa ohjelmistoa. Pyrimme selvittämään, millaista päihteiden käyttö, koulukiusaaminen ja ongelmat oppimisympäristössä ovat opiskelijoiden keskuudessa ja millaisia vaikutuksia niillä on opiskelijoiden hyvinvointiin. Erittelimme vastauksia myös sukupuolen ja iän mukaan. Laskimme vastauksista prosenttiosuudet ja vertailimme, kuinka johonkin tiettyyn kysymykseen tietyllä tavalla vastanneet olivat vastanneet tutkimuksen muihin kysymyksiin. Avointen kysymysten analyysillä halusimme selvittää opiskelijoiden omia ideoita opiskeluhyvinvoinnin parantamiseksi.

4.3 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuseettinen neuvottelukunta on laatinut Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa -ohjeen (2012), jossa on lueteltu tutkimuksen eettisyyteen vaikuttavia seikkoja. Ohjeistuksen ensimmäisessä kohdassa on mainittu rehelliset, huolelliset ja tarkat toimintatavat muun muassa tutkimuksen suorittamisessa ja arvioinnissa. Toisena kohtana ohjeistuksessa ovat eettisesti kestävätkä tutkimus-, tiedonhankinta- ja arviointimenetelmät sekä vastuullisuus tutkimuksen julkaisemisessa. Tämän tutkimuksen eettisyyden varmistimmekin sillä, että kaikki vastaukset käsiteltiin luottamuksellisesti. Vastauksia ei siis nähnyt kukaan kuin me tutkijat, ja vastaukset tullaan hävittämään Webropol – ohjelmasta heti, kun olemme saaneet tutkimuksen päätökseen.

Ammattikoululaiset ovat enimmäkseen nuoria ja nuoria aikuisia, joille on tärkeää luoda uusia ihmisuhteita ja kuulua johonkin sosiaaliseen ryhmään, joten emme halunneet kenenkään yksittäisen vastaajan mielipiteiden tai kokemusten tulevan esille raportissamme. Yksittäisen vastaajan tunnistaminen voisi vahingoittaa vastaajaa esimerkiksi juuri sosiaalisten verkostojen osalta. Luottamuksellisuudesta on kerrottu tutkittaville saatekirjeessä (LIITE 2), jonka esittelimme vastaajille mennessämme

keräämään vastauksia. Lähetimme saatekirjeen myös valittujen ryhmien opettajille ennen kyselyn toteuttamista. Eettisyys oli keskeisessä asemassa tiedonhankinnassa, sillä kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista kaikille, ja esittelimme itseemme ja tutkimuksemme saatekirjeen avulla ennen vastauksen keräämistä.

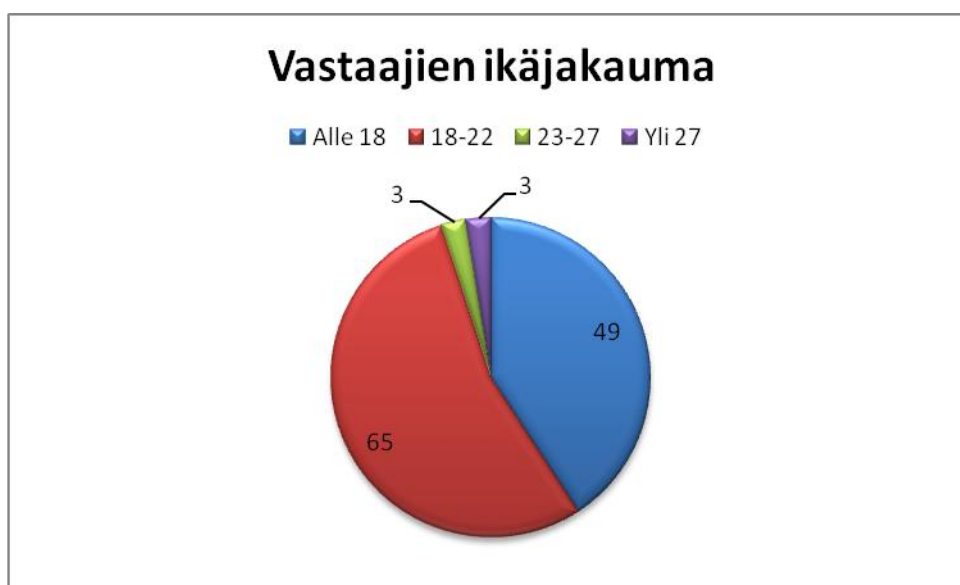
Tutkimusluvan haimme heti aiheen valinnan jälkeen Savon koulutuskuntayhtymältä ja saimmekin sen nopeasti. Halusimme varmistaa, että lupa-asiat ovat kunnossa hyvissä ajoin ennen tutkimuksen aloittamista, ettei siitä syntyisi ongelmia tutkimuksen etenemisen kannalta.

Vilka (2009, 164) muistuttaa teoksessaan, että lupauksen tutkimuksen luottamuksellisuudesta on pädettävä myös tutkimuksen raportointivaiheessa. Kyselyssä ei kysytty nimeä tai tarkkaa opiskeluryhmää, joten ketään yksittäistä oppilasta ei voi tunnistaa vastauksista eikä myöskään tutkimuksen tuloksista. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa -ohjeen (2012) neljännessä kohdassa painotetaan paitsi tutkimuksen suunnittelun ja toteutuksen myös raportoinnin eettisyyttä. Ohjeen viidennessä kohdassa muistutetaan puolestaan tutkimusluvista, jotka tämän tutkimuksen osalta olivat kunnossa jo hyvissä ajoin.

5 TUTKIMUSTULOKSET

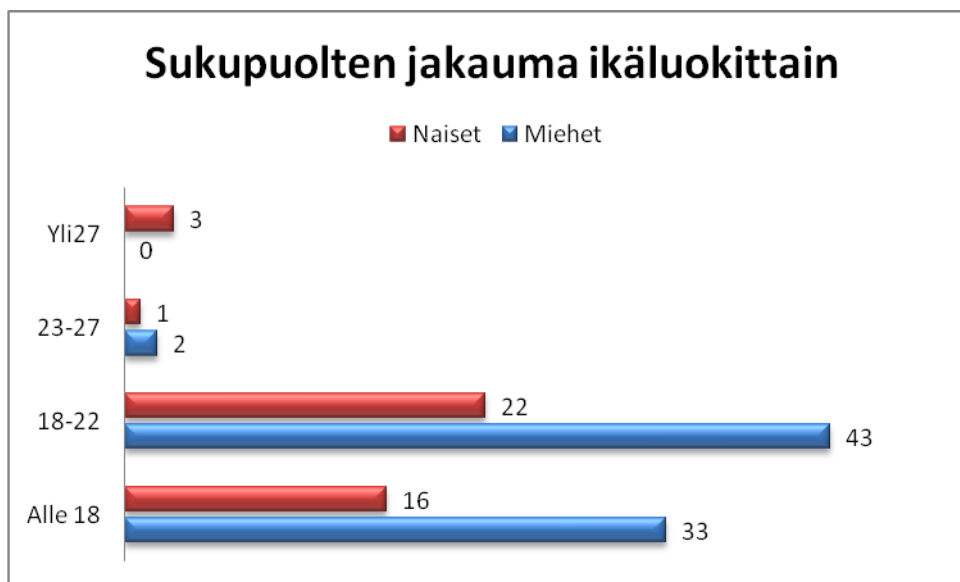
5.1 Vastaajien taustatiedot

Kyselyyn vastasi yhteensä 120 opiskelijaa. Naisia vastaajista oli 42 (35 %) ja miehiä 78 (65 %). Miehiä kyselyyn osallistujista oli siis kaksinkertainen määrä naisvastaajiin nähden. Suurin osa vastaajista jakautui ikäluokkiin alle 18-vuotiaat ja 18–22-vuotiaat (95 %), vain muutamia opiskelijoita oli ikäryhmissä 23–27-vuotiaat ja yli 27-vuotiaat (5 %). Opiskelijoiden ikäjakauma esitellään tarkemmin kuviossa 1.



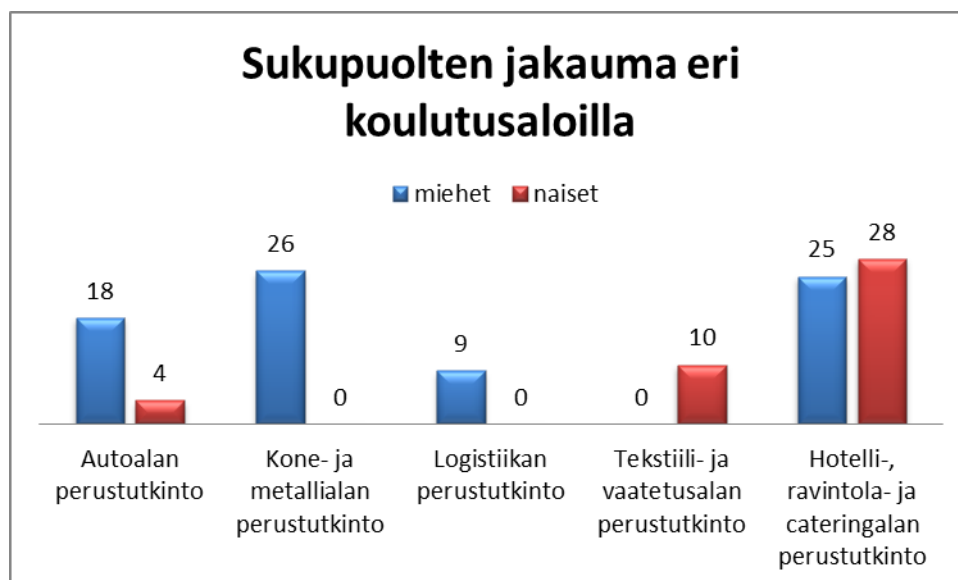
Kuvio 1. Vastaajien ikäjakauma.

Alle 18-vuotiaista kaksi kolmasosaa oli miehiä ja naisia kolmannes. Myös seuraavassa ikäluokassa, 18–22-vuotiaat, miehiä oli vastaajissa tuplaten naisiin verrattuna. Yli 27-vuotiaiden vastaajien kohdalla tilanne oli toinen: vastaajista naisia oli kaksi kolmasosaa ja miehiä vain kolmannes. Yli 27-vuotiaat olivat naisia. Tarkemmat luvut on esitetty kuviossa 2.



Kuvio 2. Sukupuolten jakauma ikäluokittain.

Vastaajien opiskelemat perustutkinnot jakautuivat seuraavalla tavalla: 18,3 % suoritti autoalan perustutkintoa, 21,7 % kone- ja metallialan perustutkintoa, 7,5 % logistiikan perustutkintoa, 8,3 % tekstiili- ja vaatetusalan perustutkintoa ja suurin osa eli 44,2 % hotelli-, ravintola- ja cateringalan perustutkintoa. Miesvoittoisia aloja olivat autoalan, kone- ja metallialan sekä logistiikan perustutkinto. Tekstiili- ja vaatetusalan opiskelijoista kaikki olivat naisia, hotelli-, ravintola- ja cateringalan perustutkinnoissa mies- ja naisopiskelijoita oli suunnilleen yhtä paljon. Tarkemmat jakaumat kuviossa 3.

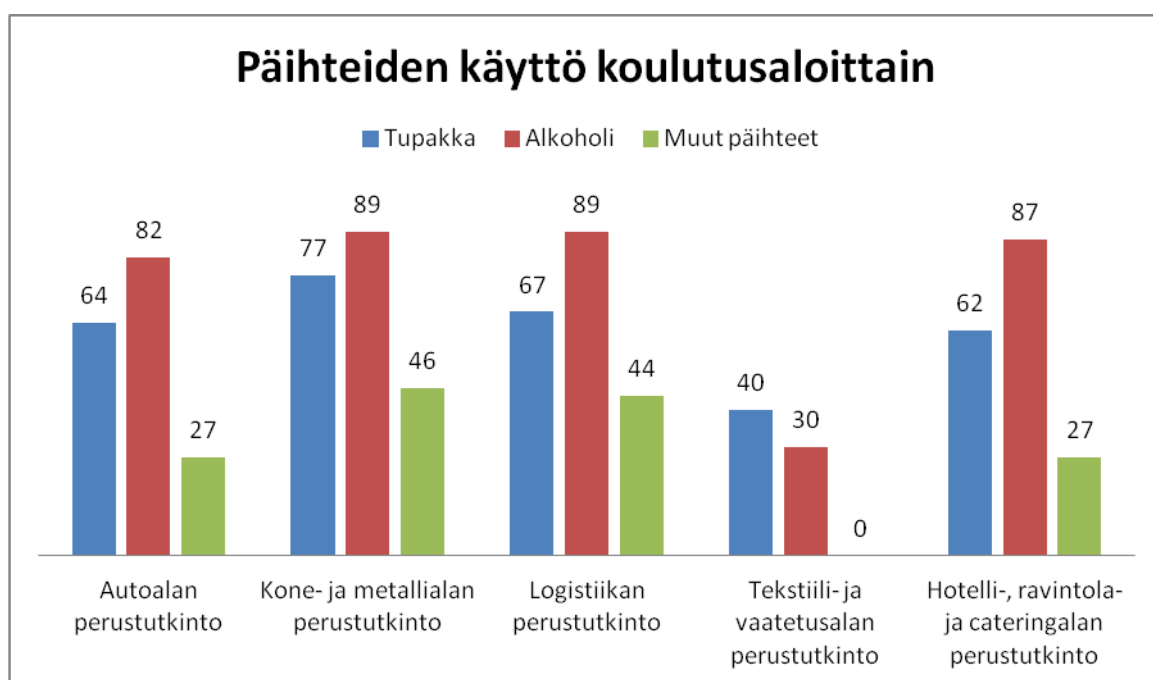


Kuvio 3. Sukupuolten jakauma eri koulutusaloilla.

5.2 Päihteidenkäyttö osana opiskelijoiden hyvinvointia

Päihteidenkäyttöä esiintyy kaikilla tutkimillamme Savon ammatti- ja aikuisopiston koulutusaloilla. Kyselyyn vastanneista 63 % ajattelee, että heidän alkoholin käyttönsä ja tupakointinsa on kohtuullista. Suurin osa eli 44 % näin vastanneista opiskelee hotelli-, ravintola- ja catering – alalla, ja toiseksi

suurin osa eli 26 % kone- ja metallialalla. Tupakointiaan ja alkoholin käyttöään kohtuullisena pitävistä vastaajista suurin osa, 54 %, edustaa naissukupuolta, kun taas ”osittain samaa mieltä” – vastausvaihtoehdon valinneissa on enemmän miehiä (77 %) kuin naisia (23 %). Alkoholin käyttö on kyselyyn vastaajien keskuudessa yleisempää kuin tupakointi. Vastaajista kolmasosa ilmoitti, ettei käytä tupakkaa, ja kuudesosa, ettei käytä alkoholia lainkaan. Vähiten tupakoijia ja alkoholia käyttäviä opiskelijoita on tekstiili- ja vaatetusalailla. Eri koulutusalojen opiskelijoiden päihteidenkäyttöä on kuvattu tarkemmin kuviossa 4, jossa päihteidenkäytön prosenttiosuudet on saatu laskemalla yhteen kaikilla muilla paitsi ”ei koske minua” – vastausvaihtoehdolla vastanneet. Päihteidenkäytön kohtuullisuutta mittaavat kysymykset on muotoiltu niin, että vastaaja myöntää käyttävänsä päihteitä valitessaan jonkun muun kuin ”ei koske minua” vastausvaihtoehdon.



Kuvio 4. Päihteiden käyttö prosentteina koulutusaloittain.

Reilu kuudesosa vastaajista käyttää muita päihteitä kuin alkoholia tai tupakkaa. Muita päihteitä käyttävistä vastaajista 90 % käyttää myös alkoholia ja/tai tupakkaa. Suurin osa muita päihteitä käyttävistä vastaajista kokee päihteiden käyttönsä olevan kohtuullista, mutta vastaajista muutama on myös sitä mieltä, ettei muiden päihteiden käyttö ole heillä kohtuullista. Kuudennes ajattelee, että muiden päihteiden kuin alkoholin ja tupakan käyttö on heillä kohtuullista. Tähän kysymykseen vastanneista 70 prosenttia ei käytä muita päihteitä kuin alkoholia ja tupakkaa. Muita päihteitä koskevassa avoimessa kysymyksessä opiskelijat eivät ole tuoneet esille muita päihteitä kuin alkoholin ja tupakan, joten tämän tutkimuksen perusteella ei voida sanoa, mitä muita päihteitä vastaajat käyttävät alkoholin ja tupakan lisäksi.

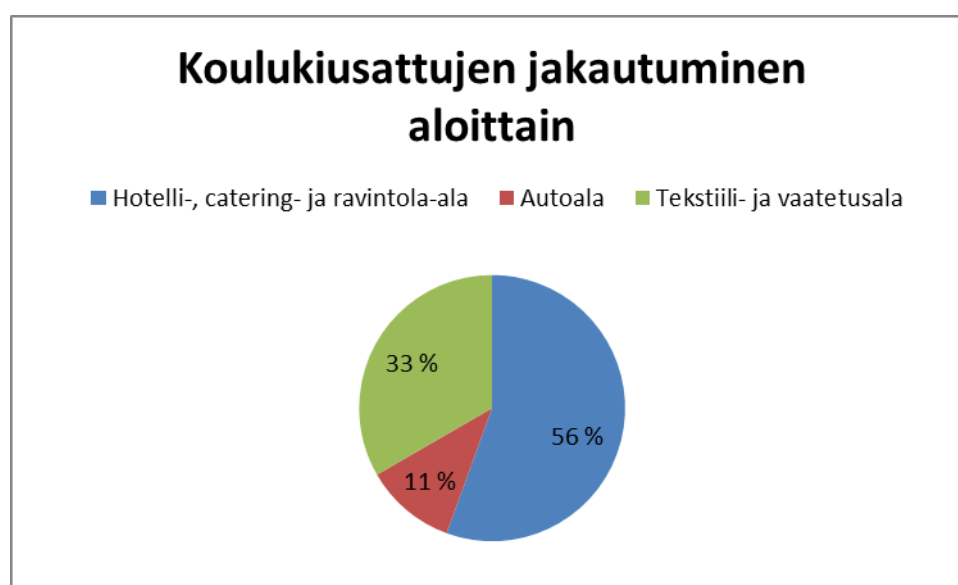
Valtaosa kyselyyn vastanneista on sitä mieltä, että oppilaitoksen henkilökunta puuttuu asiaan, mikäli opiskelija on koulussa päihteiden vaikutuksen alaisena. Kuudesosa vastaajista ajattelee, että heidän opiskelijatoverinsa huomaavat, mikäli joku opiskelijoista on koulussa päihteden vaikutuksen alaisena.

Kuitenkin sama määrä vastaajista on myös sitä mieltä, etteivät opiskelijatoverit tunnistaisi päihteiden vaikutuksen alaisena olevaa opiskelijaa.

Vastaajista vain murto-osa kokee päihteiden käytön vaikuttaneen haitallisesti koulunkäyntiinsä. Vain muutamilla vastaajista päihteiden käyttö on lisännyt poissaoloja koulusta tai vaikuttanut koulutehtävien tekemiseen. Yksi vastaaja kokee opintojensa viivästyneen päihteiden käytön takia ja muutama vastaajaa on sitä mieltä, että päihteiden käyttö on heikentänyt heidän koulumenestystään. Reilu kolmannes vastaajista puolestaan ajattelee, ettei heidän koulumenestyksensä ole kärsinyt päihteiden käytön takia millään tavalla. Kolmannes vastaajista on sitä mieltä, etteivät heidän vanhempansa suhtaudu myönteisesti heidän päihteiden käyttöönsä.

5.3 Koulukiusaaminen ja sen vaikutukset opiskelijoiden hyvinvointiin

Kyselyyn vastaajista pientä osaa (7,5 %) on kiusattu nykyisessä oppilaitoksessa ja kiusatuista suurin osa on alaikäisiä. Kiusatuissa on naissukupuolen edustajia puolet enemmän kuin miehiä. Valtaosa kiusatuista (5) opiskelee hotelli-, catering- ja ravintola-alan perustutkinnoissa, loput autoalan (1) sekä tekstiili- ja vaatetusalan perustutkinnoissa (3). Koulukiusattujen jakautumista koulutusaloittain on kuvattu tarkemmin kuviossa 5. Kiusaamista on koettu enemmän henkisenä kuin fyysisenä kiusaamisena, joskin molempia on vastaajien mukaan esiintynyt. Suurin osa (5) kiusatuista kokee kiusaamisen vaikuttaneen arvosanoihinsa negatiivisesti. Osa kiusatuista on jättänyt tulematta kouluun kiusaamisen takia ja vielä useampi (4) on harkinnut jopa koulun keskeyttämistä kiusaamisen vuoksi. Puolet kiusatuista on sitä mieltä, että opettajat puuttuvat kiusaamiseen riittävästi, puolet kokee puuttumisen olevan riittämätöntä.



Kuvio 5. Koulukiusattujen jakautuminen aloittain.

Kyselyyn vastaajista noin kuudesosa ei ole itse kärsinyt koulukiusaamisesta, mutta kokee sen näkemisen ahdistavana. Kiusaamisen näkeminen koettiin ahdistavana tasaisesti sekä mies- että naisvastaajien keskuudessa. Ahdistuneista suurin osa oli alaikäisiä. Kiusaamisen näkeminen koettiin ahdistavana kaikissa perustutkinnoissa, erityisesti hotelli-, ravintola- ja cateringalan perustutkinnoissa

(43,5 %). Vähiten kiusaamisen näkeminen ahdisti autoalan ja logistiikan perustutkinnoissa. Myös kiusaamista nähneiden ja sen ahdistavana kokevien vastaajien keskuudessa koettiin, että opettajat eivät puutu riittävästi kiusaamiseen.

Syrjintää on kokenut vastaajista pieni osa (4,1 %). Näin vastanneista löytyy molempien sukupuolten ja kaikkien ikäluokkien edustajia. Syrjintää on esiintynyt tekstiili- ja vaatetusalan sekä hotelli-, ravintola- ja cateringalan perustutkinnoissa. Lähes kaikki syrjintää kokeneista ovat kokeneet myös kiusaamista.

5.4 Oppimisympäristö ja sen vaikutus opiskelijoiden hyvinvointiin

5.4.1 Oppilaitoksen olosuhteet ja yhteisö sekä opiskelu ja oppiminen

Neljäsosa vastaajista ei lähde mielellään kouluun. Heistä suurin osa (66 %) on alle 23-vuotiaita miehiä. Tästä joukosta puolet ei koe saavansa koululta tarpeeksi tukea elämänhallintaansa ja lähes puolet ei myöskään saa oppilaitokselta riittävästi tukea opintoihin liittyvissä asioissa eikä koe opettajien olevan kiinnostuneita oppimisestaan. Oppilaitoksessa he haluaisivat saada tukea opinto-ohjaajalta, luokkatovereilta ja opettajilta, erityisesti omalta ryhmänohjaajalta. Sama linja näkyy myös kaikkien kyselyyn vastanneiden toiveissa: tukea toivottaisiin opettajien ja opinto-ohjaajan lisäksi myös kuraattorilta, terveydenhoitajajalta, kavereilta ja perheeltä. Eräs vastaaja kiteyttääkin toiveen: ”kaikilta keneltä kysyn”. Suuri osa vastaajista kokee saavansa riittävästi tukea oppilaitokselta, muutamat kuitenkin toivoisivat lisää tukea erityisesti opettajien taholta.

Lähes joka kymmenes vastaaja kertoo itsetuhoisten ajatusten häiritsevän oppimistaan. Saman joukon oppimista häiritsevät myös keskittymisongelmat ja mielialan vaihtelut. Heistä ketään ei ole kiusattu ja vain pieni osa kertoo päihteiden käytön vaikuttaneen koulunkäyntiin. Heistä kaikki ovat alle 22-vuotiaita.

Noin neljännes (27) vastaajista opiskelee mielestään osittain tai täysin väärällä alalla. Heistä kaikki ovat alle 23-vuotiaita ja joukkoon kuuluu sekä miehiä että naisia kaikilta koulutusaloilta. Heistä puolet ei usko työllistyvänsä valmistuttuaan opiskelemalleen alalle, kolmasosa kokee keskittymisongelmien ja viidesosa mielialan vaihdelduiden heikentävän oppimistaan. Suurin osa heistä on kuitenkin itse valinnut opiskelemansa koulutusalan.

Vajaa kolmannes (36) vastaajista aikoo jatkaa tämän hetkisen koulutuksensa jälkeen opiskelua ammattikorkeakoulussa tai yliopistossa. Heistä lähes kaikki tuntevat opiskelevansa oikeaa alaa, ovat itse valinneet nykyisen koulutusalan ja lähtevät kouluun mielellään. Suurin osa heistä uskoo työllistyvänsä valmistuttuaan opiskelemalleen alalle ja kokee saavansa oppilaitokselta riittävästi tukea elämänhallintaan ja opintoihin liittyvissä asioissa. Kyseiseen joukkoon kuuluu opiskelijoita kaikista perustutkinnoista, kaikista ikäryhmistä paitsi 23–27-vuotiaat sekä tasaisesti molempien sukupuolten edustajia.

5.4.2 Sosiaaliset suhteet

Sosiaaliset suhteet vaikuttavat monella tavalla nuorten hyvinvointiin. Suurin osa kyselyyn vastanneista eli 92 % on sitä mieltä, että heillä on sellaisia ystäviä, joiden kanssa he pystyvät juttelemaan mieltä painavista asioista. Suurin osa eli 91 % vastaajista myös kokee, että heillä on riittävästi kavereita koulussa. Neljäsosa vastaajista kokee, että heillä on enemmän kavereita ja ystäviä muualla kuin opiskelupaikkakunnallaan. Näin vastanneista suurin osa opiskelee autoalalla ja tekstiili- ja vaatetusosalalla.

Valtaosa kyselyyn vastanneista seurustelee, tai on halukas seurustelemaan sopivan kumppanin löytyessä. Kuitenki vain neljäsosa vastaajista kokee, että seurustelu lisää heidän opiskelumotivaatiotaan. Noin kuudesosa ajattelee, ettei seurustelu kasvata heidän motivaatiotaan opiskeluun.

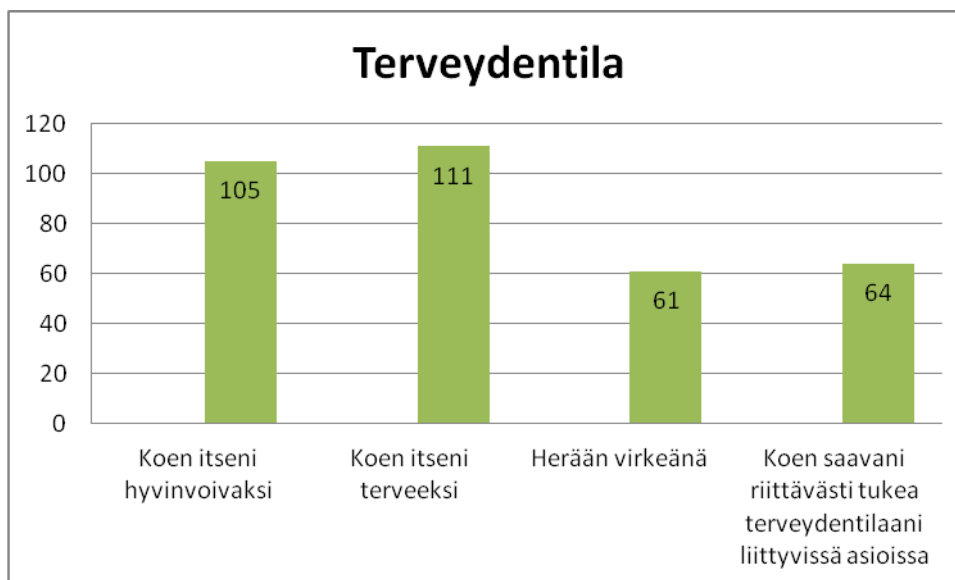
Vajaa puolet vastaajista asuu vanhempiensa luona, ja suurimmalla osalla vastaajista vanhemmat suhtautuvat heidän opiskeluunsa myönteisesti. Lähes puolet vastaajista kokee saavansa vanhemmiltaan riittävästi rahallista tukea. Kuitenkin vain reilu neljännes vastaajista kokee, että heidän rahansa riittävät jokapäiväiseen elämään. Vain kuudesosa vastaajista käy opintojensa ohessa palkkatyössä ja sama määrä kokee, että palkkatyössä käynti edistää heidän opiskelumotivaatiotaan. Valtaosa kyselyyn vastanneista on sitä mieltä, ettei rahatilanteella ole vaikutusta heidän opiskeluunsa, ja vastaajista vain yksi kymmenestä kokee rahatilanteensa heikentävän opiskelumotivaatiotaan.

5.4.3 Seksuaalinen häirintä

Vastaajista kolme prosenttia on kokenut seksuaalista häirintää muiden opiskelijoiden taholta ja sama määrä oppilaitoksen ulkopuoliselta taholta. Opettajien tai muun koulun henkilökunnan taholta seksuaalista häirintää oli koettu vain yksittäisissä tapauksissa. Seksuaalista häirintää muiden opiskelijoiden taholta on koettu enemmän miesten keskuudessa ja sitä on ilmennyt sekä autoalan että hotelli-, ravintola- ja cateringalan perustutkinnoissa. Hotelli-, ravintola- ja cateringalan perustutkinnoissa on koettu seksuaalista häirintää myös opettajien ja muun koulun henkilökunnan taholta. Oppilaitoksen ulkopuolisilta tahoilta on koettu seksuaalista häirintää naisten keskuudessa ja se on kohdistunut useimmiten alaikäisiin. Häirintää on koettu esimerkiksi työssäoppimisympäristössä.

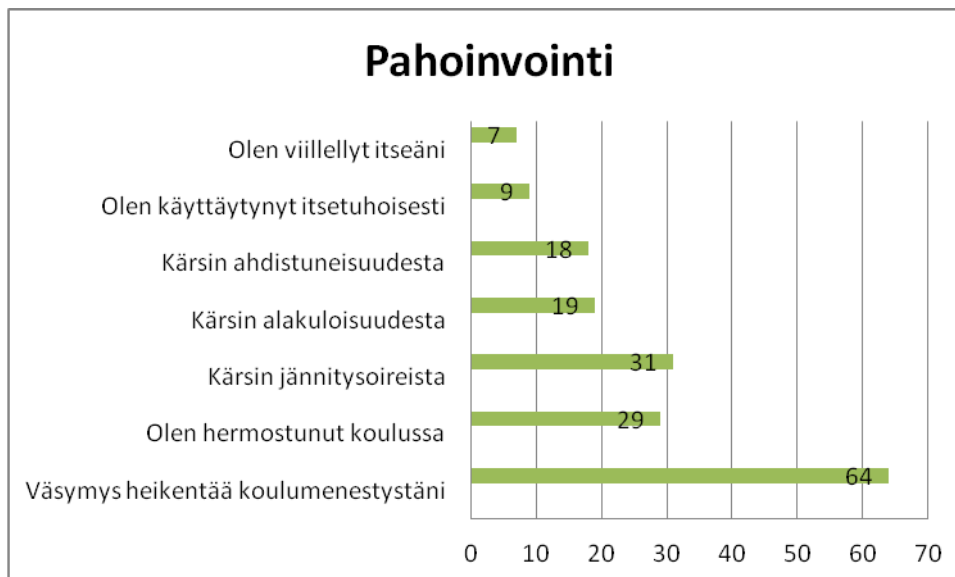
5.5 Terveydentila

Lähes 90 % opiskelijoista kokee itsensä hyvinvoivaksi ja terveeksi. Hieman yli puolet opiskelijoista kokee saavansa riittävästi tukea terveydentilaansa liittyvissä asioissa. Tarkat opiskelijamäärät kuviossa 6. Tukea terveydentilaansa vastaajat toivoisivat saavansa terveydenhoitajalta ja lääkäriltä sekä perheeltä ja ystäviltä. Myös psykologi ja kuraattori mainittiin vastauksissa. Vastauksista kävi ilmi, että osan opiskelijoiden mielestä terveydenhoitaja ei ole riittävän usein tavattavissa. Suuren osan mielestä kuitenkin juuri terveydenhoitaja ja ystävät ovat niitä henkilöitä, joilta apua on saanut.



Kuvio 6. Hyvinvoinnin kuvaus opiskelijamäärinä.

Noin puolet opiskelijoista herää aamulla virkeänä ja yli puolet kokee väsymyksen heikentävän koulumenestystään. Neljäsosa opiskelijoista on hermostuneita koulussa ja sama määrä opiskelijoista kärsii jännitysoireista. 15 % vastaajista kärsii alakuloisuudesta tai ahdistuneisuudesta. Lähes joka kymmenes on käyttäytynyt itsetuhoisesti ja melkein sama määrä on viillellyt itseään. Tarkat vastajamäärät kuviossa 7.



Kuvio 7. Opiskelijoiden oireilu lukumäärinä.

Neljäsosa opiskelijoista kokee, ettei saa riittävästi tukea terveydentilaansa koskeissa asioissa. Heistä suurin osa kokee itsensä terveeksi ja hyvinvoivaksi. Puolet heistä kärsii jännitysoireista ja kolmasosa kärsii ahdistuneisuudesta, alakuloisuudesta ja hermostuneisuudesta koulussa. Puolet tästä joukosta ei koe saavansa oppilaitokselta riittävästi tukea elämänhallintaansa ja kolmasosa ei koe saavansa riittävästi tukea opintoihinsa liittyvissä asioissa. Joka kolmannen mielestä opettajat eivät ole kiinnostuneita heidän oppimisestaan ja sama kolmannes kokee heikon itsetunnon, keskittymison-

gelmien ja mielialanvaihteluiden heikentävän oppimistaan. Tähän joukkoon kuuluu sekä miehiä että naisia, kaikki iältään alle 27-vuotiaita.

5.6 Hyvinvoinnin kehittäminen

Kyselyssä opiskelijoilta kysyttiin avoimella kysymyksellä, kuinka heidän mielestään opiskelijoiden hyvinvointia voitaisiin kehittää oppilaitoksessa. Useassa vastauksessa toivottiin lisää terveysaiheisia kyselyitä, joista osa palautettaisiin nimien kanssa, jotta asioihin voitaisiin puuttua henkilökohtaisesti. Erilaisten kouluterveydenhuollon, kuten terveydenhoitajan ja kuraattorin, palveluita toivottiin järjestettävän kaikille opiskelijoille määräajoin. Kyseisistä palveluista toivottiin enemmän tietoa ja hakeutumisohteita ja myös tämän kysymyksen yhteydessä opiskelijat toivat ilmi, että terveydenhoitaja on liian harvoin tavattavissa. Opiskelijat halusivat jatkossa enemmän kannustusta opettajien taholta ja erilaisia koulun yhteisiä tapahtumia toivottiin lisää. Myös opiskelijoiden huonosta raha- ja työtilanteesta oltiin huolissaan.

6 POHDINTA

6.1 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuus koostuu sen reliabiliteetista ja validiteetista. Reliaabelius tarkoittaa sitä, ettei tutkimus anna sattumanvaraisia tuloksia, vaan ne pysyvät samoina mittauksesta toiseen. Tutkimus täytyy siis voida toistaa niin, että tulokset ovat joka kerralla samat, vaikka tutkija olisikin eri. Tutkimuksen reliabeliuteen vaikuttaa muun muassa se, mikä on sen vastausprosentti. Tutkimuksen validiteetilla tarkoitetaan puolestaan tutkimuksen kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksella oli tarkoituskin mitata. Tähän vaikuttaa muun muassa valitun mitta-asteikon toimivuus sekä mittarin kysymysten ja vastausvaihtoehtojen asettelu. (Vilka 2007, 149–152.)

Tutkimuksemme reliabiliteettiin vaikutti ensisijaisesti se, että saimme hyvän määrän vastauksia kyselyymme. Toinen reliabiliteettiin vaikuttava tekijä oli, herättikö kyselymme oppilaisissa kiinnostusta ja houkutteliko se heitä vastaamaan. Saimme kyselyymme 120 vastausta, joka oli lähes 100 prosenttia kyselyyn osallistujien määrästä.

Luotettavuuteen vaikutti myös se, kuinka totuudenmukaisesti tutkittavat vastasivat kysymyksiin. Meidän täytyikin tutkimuksemme validiteetin arvioinnissa kiinnittää huomiota mitta-asteikkomme toimivuuteen ja siihen, ovatko tutkittavat ymmärtäneet kysymykset niin kuin olimme ne tarkoittaneet. Mittarissa ei ollut lainkaan "en osaa sanoa" -vaihtoehtoa, sillä se olisi saattanut houkutella monia vastaajia ajan- tai kiinnostuksen puutteen vuoksi vastaamaan useisiin kysymyksiin kyseisellä tavalla. Toivoimme mittarimme rakenteen olevan sellainen, että tutkittavat jaksavat keskittyä vastaamaan siihen totuudenmukaisesti.

Näiden edellä mainittujen huomioon ottamiemme asioiden perusteella olemme sitä mieltä, että saimme suurimmalta osalta vastaajista luotettavat vastaukset kyselyymme. Ilmapiiri kyselyyn osallistumistilanteissa oli avoin, ja opiskelijat toivat selkeästi esille kiinnostustaan kyselyämme kohtaan esittämällä tarkentavia kysymyksiä. Joissain tilanteissa myös keskustelua heräsi, ja opiskelijoiden asenne kyselyämme kohtaan oli selkeästi positiivinen ja saimme kuvan että kyselymme oli toivottu. Toimmekin vahvasti esille, että kyselyyn vastaaminen on opiskelijoille ainutlaatuinen tilaisuus vaikuttaa opiskeluolosuhteisiin. Avoimissa kysymyksissä oli muutamia yksittäisiä vastauksia, jotka oli selkeästi kirjoitettu pilailleen. Tämän huomioon ottaen voimme olettaa, että kyseisten vastaajien vastaukset eivät välttämättä muutenkaan ole totuudenmukaiset, mutta näitä vastauksia joukkoon mahtui vain muutama.

6.2 Tutkimustulosten tarkastelu

Neljännes opiskelijoista oli sitä mieltä, ettei saa riittävästi tukea terveydentilaansa liittyvissä asioissa. Heistä suuri osa kärsi erilaisista oireista, kuten hermostuneisuudesta, alakuloisuudesta ja ahdistuneisuudesta. Suurella osalla heistä keskittymisongelmat, mielialan vaihtelut ja heikko itsetunto vaikeut-

tivat oppimista. Juuri tällaisten opiskelukykyä heikentävien tekijöiden korjaus sekä psyykkisen ja fyysisen terveyden edistäminen ja ylläpito ovat osana opiskelijaterveydenhuollon tehtäviä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013). Eräs kyseisistä ongelmista kärsivät opiskelija vastasi avoimeen kysymykseen, että ”saisi apua terveydenhoitajalta, jos vain saisi aikaiseksi mennä”.

Muistakin vastauksista kävi ilmi, että opiskelijoiden mielestä terveydenhoitaja ei ole riittävän usein tavattavissa. Suuren osan mielestä kuitenkin juuri terveydenhoitaja on sellainen henkilö, joilta apua on saanut. Sosiaali- ja terveysministeriön (2013) mukaan opiskelijoiden hyvinvoinnin turvaaminen on yksi opiskeluterveydenhuollon tehtävistä, jota myös koulun terveydenhoitaja edustaa. Olisikin todella tärkeää, että terveydenhoitaja olisi tavattavissa mahdollisimman usein ja vastaanotolle hakeutuminen olisi helppoa, jotta kaikille halukkaille suotaisiin mahdollisuus päästä häntä tapaamaan. Jos joka neljäs opiskelijoista kokee puutetta terveydentilansa hoidossa, on jossakin oltava vikaa. Tälle melko suurelle ryhmälle on kerääntynyt paljon ongelmia, jotka eivät välttämättä näy päällepäin kuin heikkona koulumenestyksenä, jonka syy jää usein selvittämättä. Tähän tulisikin puuttua, jotta ongelmat saataisiin selvitettyä ja juuri näiden nuorten mahdollinen putoaminen ”pois järjestelmästä” saataisiin estettyä.

Opiskelijat toivoivat, että terveydenhoitajan ja muiden auttavien tahojen, kuten kuraattorin, palveluita tuotaisiin enemmän esille. Olisikin hyvä, jos opiskelijoille annettaisiin aina lukukauden alussa kouluterveydenhuollon palveluiden yhteystiedot ja hakeutumisohteet, jotta tarpeen tullen yhteyden ottaminen olisi helppoa. Monella opiskelijalla asiat, joihin apua kaipaa, ovat niin henkilökohtaisia, ettei niitä halua kertoa kavereilleen saati puolitutuille luokkatovereille. Ryhmässä liikkuville nuorille voikin olla hankala lähteä etsimään tarvittavaa tietoa yleiseltä ilmoitustaululta, jolloin kaikki ympärillä olevat alkavat kysellä, mitä hän sieltä hakee. Näin yhteystietolomakkeet tai yhteystiedot esillä esimerkiksi Wilmassa soisivat opiskelijoille eräänlaisen anonyymien avun hankkimisen, ilman arvostelevia katseita.

Osa opiskelijoista haluaisikin kouluterveydenhuollon palvelut säännölliseksi esimerkiksi puolivuositain. Näin kaikki pääsisivät tietyin väliajoin keskustelemaan asioistaan ja ongelmiin pystyttäisiin puuttumaan käyntien yhteydessä. Moni nuori ei jaksa, kehtaa tai muuten saa aikaiseksi varattua aikaa, vaikka ongelmia olisi ja niistä haluaisi puhua. Tällä tavoin heillekin suotaisiin mahdollisuus päästä tuulettamaan ajatuksiaan.

Kyselyssä opiskelijoiden ongelmista pintaan nousi väsymys. Vain puolet opiskelijoista herää aamuisin virkeänä ja yli puolet vastaajista kokee väsymyksen heikentävän koulumenestystään. Kouluterveyskyselyssä (2010/2011b) kysyttiin myös väsymyksestä ja vastaajista 14 % kertoikin kärsivänsä unetomuudesta, nukahtamisvaikeuksista tai liian aikaisin heräämisestä. Molemmista tuloksista näkee, että väsymys koskee suurta osaa nuorista, meidän tutkimuksessamme väsyneiden joukko oli kuitenkin huomattavasti suurempi kuin kouluterveyskyselyssä. Vastausajankohdalla on varmasti vaikutusta vastaajien mielialaan ja meidän kyselymme sijoittui lähes kaikilla vastaajilla joko päivän ensimmäisille tai viimeisille tunneille, jolloin yleinen väsymystila saattoi nousta korkeammaksi kuin se todellisuus-

nessa oli. Tulokset antavat kuitenkin hyvin suuntaa siitä, että opiskelijat ovat nykyisin todella väsyneitä ja se on yhtenä tekijänä vaikuttamassa heidän koulumenestyksensä laskuun.

Tulokset osoittavat, että suuri osa opiskelijoista joko tupakoi tai käyttää alkoholia. Kuitenkin vain murto-osa koki päihteiden käyttönsä vaikuttavat haitallisesti koulun käyntiinsä. Tutkimustuloksista herää kysymys, voisiko terveydenhoitajan paremmalla tavoitettavuudella olla vaikutusta opiskelijoiden päihteiden käyttöön? Herättäisikö terveydenhoitajan tiiviimpi läsnäolo opiskelijoissa mielenkiintoa päihteidenkäytön lopettamiseen tai vähentämiseen? Nykypäivänä on saatavilla todella paljon tietoa päihteiden haitoista muun muassa mediassa, mutta terveydenhoitajan näkyvillä olo ja tavoitettavuus voisivat olla konkreettisempi keino vähentää päihteiden käyttöä. Useat pitävät terveydenhoitajaa auktoriteettina, jonka sanaa terveysalan ammattilaisena uskotaan enemmän kuin esimerkiksi omien vanhempien tai opettajien. Mustonen ja Ollilla kertovatkin julkaisussaan *Tupakatta työelämään* (2009), että opiskeluterveydenhuolto on merkittävässä asemassa tupakoimattomuuden tukemisessa, ja terveydenhoitajat voivat vastaanottotyössä järjestää esimerkiksi seurantakäyntejä tupakointiaan lopettaville opiskelijoille. Merkittävä rooli opiskelijoiden tupakoimattomuuden tukemisessa on myös oppilashuoltoryhmillä, joihin kuuluu muun muassa terveydenhuollon ja oppilaitoksen edustajia.

Syitä opiskelijoiden runsaaseen päihteiden käyttöön voi tässä tapauksessa vain arvailla, sillä tässä tutkimuksessa emme siihen syvenny. Päihteiden käytön yleisyyteen saatavat vaikuttaa muun muassa ikä ja perhetaustat, mutta toisaalta myös koulutusala. Jenni Simonen käsittelee artikkelissaan *Nuorten juomisen sosiaalisuuden lait* (2007, 33–34) nuorten alkoholin käytön sosiaalista puolta ja toteaaakin, että useimmiten nuorten alkoholin käytön ajatellaan liittyvät pelkästään humalahakuisuuteen ja häiriökäyttäytymiseen. Simonen kertoo monien tutkimusten kuitenkin osoittavan, että nuorten alkoholin käyttöön liittyy myös vahva sosiaalinen ulottuvuus, ja käytön tavoitteena onkin usein ystävyys-suhteiden lujittaminen vuorovaikutuksen kautta.

Tässä tutkimuksessa kävi ilmi, että tutkimillamme koulutusaloilla selkeästi vähiten päihteiden käyttäjiä on tekstiili- ja vaatetusala, joten koulutusala varmasti vaikuttaa päihteiden käyttöön jollain tavalla. Muilla tutkimillamme aloilla päihteitä käytettiin suunnilleen samoissa määrin, tosin kone- ja metallialalla sekä logistiikka-alalla muita päihteitä kuin alkoholia tai tupakkaa käytettiin enemmän kuin muilla koulutusaloilla. Kiinnostavaa olisi tietää, kuinka päihteiden käyttö vaihtelee vuosittain, sillä myös siten voisi saada viitteitä runsaan päihteiden käytön mahdollisista syistä. Voitaisiin siis päätellä, jos esimerkiksi ensimmäisen vuoden opiskelijoilla päihteiden käyttö olisi runsaimmillaan verrattuna myöhemmän vaiheen opiskelijoihin, että tämä liittyisi nimenomaan sosiaaliseen kanssakäymiseen ja uusien sosiaalisten suhteiden solmimiseen.

Kouluterveyskyselyyn (2010/2011c) vastanneista 39 % oli kokenut seksuaalisesti loukkaavaa nimitelyä, kuten homottelua tai huorittelua sekä 15 % kehon intiimien alueiden koskettelua vasten tahtoaan. Tutkimuksessamme kysyimme yleisemmin seksuaalisesta häirinnästä ja vastanneista kolme prosenttia oli kokenut seksuaalista häirintää muiden opiskelijoiden taholta tai oppilaitoksen ulkopuoliselta taholta, muutamat myös opettajien tai muun koulun henkilökunnan taholta. Tutkimuksemme

luvut ovat pienempiä kuin kouluterveyskyselyyn, mutta yksikin tapaus on liikaa, varsinkin kun osa kysymykseen vastanneista on alaikäisiä.

Opiskelijoille tulisi puhua seksuaalisen häirinnän mahdollisuudesta esimerkiksi työharjoitteluiden alkamisen yhteydessä ja korostaa, kuinka se ei koskaan ole oikein ja siitä tulisi aina kertoa harjoittelua ohjaavalle opettajalle. Kyselyssä emme asettaneet tarkkoja kriteereitä seksuaaliselle häirinnälle, sillä mielestämme kaikki minkä vastaaja itse kokee seksuaaliseksi häirinnäksi on myös sitä. Osa vastaajista oli kokenut seksuaalista häirintää juuri työssäoppimisympäristössä. Näin vastanneet olivat naisia ja alaikäisiä, joita varsinkin vanhemmat miehet voivat helposti alkaa tytötellä ja huumorimielissä tai tosissaan alkaa ehdotella sopimattomia. Myös harjoittelupaikkojen työntekijöille olisi tärkeää kertoa sopivista pelisäännöistä. Monet eivät tule välttämättä ajatelleeksi heittämiensä vitsin aiheuttavan epämiellyttäviä tunteita opiskelijassa ja jos opiskelija ei tätä tuo ilmi, sopimaton käytös saattaa jatkaa koko harjoittelujakson ajan ja vaikuttaa tulevaisuudessa muun muassa työpaikan tai alan vaihtoon.

Opiskelun alkuun kuuluu paljon muutoksia – uusi opiskeluympäristö- ja yhteisö, muutto pois vanhempien luota – ja opiskelu tuo mukanaan myös paineita mm. opiskeluiden etenemisestä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006). Kyselyyn vastanneista neljäsosa ei lähde mielellään kouluun ja heistä puolet ei koe saavansa koululta riittävästi tukea elämänhallintaansa ja opintoihin liittyvissä asioissa. Puolet heistä ei myöskään koe opettajien olevan kiinnostuneita oppimisestaan. Tähän joukkoon kuuluu pääasiassa alle 23-vuotiaita miehiä. Jos opiskelijat eivät koe opettajien olevan kiinnostuneita heidän opintoihinsa liittyvistä asioista, voi helposti myös opiskelijan asenne muuttua välinpitämättömäksi: miksi välittää itse jos ei opettajakaan kiinnosta?

Samansuuntaisia tuloksia saatiin myös vuosien 2010/2011 kouluterveyskyselyistä. Vastaajista 41 % ei kokenut opettajien olevan kiinnostuneita opiskelijoiden kuulumisista ja koulunkäynnistä piti melko vähän tai ei lainkaan 22 % (Kouluterveyskysely 2008/2009 - 2010/2011).

Tukea tämä ryhmä haluaisi opettajilta, opinto-ohjaajalta sekä erityisesti omalta ryhmänohjaajaltaan ja samalla linjalla ovat myös muut kyselyyn vastanneet. ”Kaikilta keneltä kysyn”, kiteyttää eräs vastaajista. Nuoruus on herkkä vaihe elämässä ja monien muutosten, henkisten ja fyysisten, keskellä tukea kaivattaisiin lähellä olevilta aikuisilta. Jos opiskelija on muuttanut toiselta paikkakunnalta opiskelupaikkakunnalleen, opettajat voivat olla ainoita aikuisia, joita he päivittäin kohtaavat. Vanhemmille voidaan haluta antaa hyvä kuva omasta pärjäämisestä ”omillaan”, joten heidän kanssaan ongelmia ei oteta esille. Opettajien olisikin siis todella tärkeää järjestää aikaa opiskelijoilleen ja olla läsnä, jos joku kaipaa kuuntelevaa aikuista. Tai jos itsellään ei moiseen aikaa ole, niin tulisi ainakin ohjata opiskelija eteenpäin sellaisen henkilön luo kenellä aikaa on. Opettajia voi olla vaikea lähestyä, jos mielikuva on, ettei heitä kiinnosta edes opiskelijoidensa oppiminen.

Opiskelijat toivatkin esille kaipaavansa lisää koulun yhteisiä tapahtumia. Tapahtumapäivät ovat yleensä vapaamuotoisempia ja ne järjestetään luokkahuonetta väljemmissä tiloissa omaa ryhmää isommalla joukolla. Täällä opiskelijat pääsisivät tapaamaan toisiaan ja opettajia vapaammassa ilma-

piirissä. Jos opettajatkin osallistuisivat yhteisiin aktiviteetteihin, voisi heistä muodostua opiskelijoille rennompia kuvia ja heitä olisi helpompi lähestyä ongelmatilanteissa. Myös vasta paikkakunnalle muuttaneille opiskelijoille yhteiset tapahtumat olisivat oiva keino tavata muita opiskelijoita ja etsiä samanhenkistä seuraa, koska aina sitä ei omasta ryhmästä löydy.

Kuten edellä todettiin, monet nuoret muuttavat opiskelemaan muualle, pois omasta kotikaupungistaan. Joillekin muutos voi olla hyvästä jos kotikaupungissa asiat eivät ole sujuneet toivotulla tavalla, tällöin nuori saa mahdollisuuden uuteen alkuun. Toisille muutto opiskelupaikkakunnalle voi olla vaikeampaa, ja pahimmillaan uusi elämäntilanne voi johtaa esimerkiksi masennusreaktioihin ja opiskeluongelmiin (Yli-Pohja 2013). Kyselyymme vastanneista neljäsosa kokikin, että ystäviä on enemmän jäänyt kotipaikkakunnalle kuin mitä niitä nykyisellä opiskelupaikkakunnalla on. Ystävien ja kavereiden puuttuminen voikin heikentää motivaatiota opiskeluun, ja sen myötä voi myös tapahtua eristäytymistä sosiaalisesta kanssakäymisestä, mitä osittain myös opiskelu on.

Tutkimustulosten mukaan vastaajien joukossa on kiusattuja vain pieni osa. Näiden lukujen ei kuitenkaan pidä antaa hämätä, sillä kiusaamista esiintyy nykyään niin monessa muodossa ettei kaikkea välttämättä heti ymmäretä kiusaamiseksi. Osa voi pelätä joutuvansa leimatuksi jos tuo esille kiusatuksi joutumisen. Ulmasen (2006, 2) mukaan poikien keskuudessa koulukiusaamista esiintyy enemmän fyysisessä kuin henkisessä muodossa. Samansuuntaiseen johtopäätökseen voidaan päätyä myös meidän tutkimuksessamme, sillä kiusatuista suurin osa oli tyttöjä ja kiusaaminen oli täten enimmäkseen ollut henkistä.

Sosiaalisen median vaikutuksia koulukiusaamiseen emme tässä tutkimuksessa suoranaisesti käsitelleet, vaikka toki mielsimme sen osaksi henkistä kiusaamista. Vuonna 2009 Mannerheimin lastensuojeluliiton tekemässä tutkimuksessa kävi ilmi, että nuorista yhdeksän prosenttia on kokenut kiusaamista sosiaalisessa mediassa ja yleensä kiusaaja on ollut kiusatun kanssa samassa koulussa (Vierelä 2013, 14). Näihin tuloksiin verraten voidaan olettaa, että myös tutkimuksessamme esille tulleessa henkisessä kiusaamisessa ainakin osittain on todennäköisesti kyse myös nettikiusaamisesta.

Enemmän kuin itse koulukiusaamista esiintyi vastaajilla ahdistusta koulukiusaamisen näkemisestä. Tuloksista päätellen myös tällä koulukiusaamisen näkemisellä voidaan tarkoittaa esimerkiksi sosiaalisen median yhteisöpalveluissa tapahtuvaa kiusaamista, jossa kirjoitukset, kuvat ja videot ovat halutessaan kaikkien nähtävillä. Euroopan tasolla tehdyn tutkimuksen mukaan juuri ei-toivotun videomateriaalin kohteeksi joutumisen ja sen eteenpäin jakamisen pelko koettiin huolestuttavana nuorten keskuudessa (Vierelä 2013, 15).

6.3 Oman oppimisen arviointi

Omiin tavoitteisiimme pääsimme hyvin. Opimme paljon määrällisen tutkimuksen teosta niin teoriassa kuin käytännössäkin tutkimuksen eri vaiheita toteuttaessa. Teoriatiedosta saimme hyvän rungon, jonka avulla tutkimusta oli helppo lähteä toteuttamaan. Pientä jännitystä oli ilmassa kyselyn toteutusvaiheessa, mutta siitäkin pääsimme yli hyvällä etukäteisellä harjoittelulla. Saimme laajan otannan, jonka pohjalta oli hyvä lähteä perehtymään nuorten ongelmiin. Vastauksista saimme paljon sellaista tietoa, joka varmasti auttaa meitä jatkossa työskentelemään nuorten kanssa ja kiinnittämään huomiota ongelmiin, joihin emme ennen tutkimuksen tekoa olisi tajunneet puuttua.

Tietoa olemme etsineet paljon jo aiempia koulutehtäviä varten, mutta nyt saimme tiedonkeruuseen lisää opastusta ja varmuutta. Oikeat hakureitit löytyvät nyt helpommin ja ajankohtaisen sekä asianmukaisen tiedon erittelemine on helpottunut. Tiedonhakuun olisimme tätä tutkimusta tehdessämme voineet syventyä tarkemminkin, sillä nuorten hyvinvoinnista on olemassa paljon erilaisia tutkimuksia. Hirsjärvi korostaakin teoksessaan (2009, 140) aiempien tutkimusten johtopäätösten ja aiempien teorioiden tärkeyttä, sillä näin tutkimukseen voisi saada esimerkiksi uusia ideoita tutkimukseensa. Olemmekin pohtineet, että tämän tutkimuksen toteutuksen kannalta olisi ollut hyödyllistä, jos olisimme harjoitelleet määrällisen tutkimuksen tekemistä ja tiedonhakua aiemmin, ennen tämän tutkimuksen toteutusta. Saimme kuitenkin paljon tietoa määrällisen tutkimuksen toteutuksesta, ja seuraava tutkimus olisi varmasti paljon helpompi toteuttaa, kun tietää, millaisia vaiheita tutkimuksen tekemiseen liittyy ja mitä kaikkea siinä tulee ottaa huomioon.

6.4 Suositukset ja jatkotutkimushaasteet

Tämä tutkimus tuotti mielenkiintoisia tuloksia, joita olisi varmasti tarpeen tutkia perusteellisemmin. Tämä tutkimus antoi viitteitä siitä, millaisia ongelmia Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoilla on, ja miten ne mahdollisesti vaikuttavat heidän opiskeluunsa. Jatkossa huomiota kannattaisi kiinnittää erityisesti opiskelijapalveluiden, kuten opiskelijaterveydenhuollon ja koulukuraattorin, saatavuuteen. Monet opiskelijat kokivat, että tiedottaminen opiskelijapalveluista on riittämättömätöntä, eikä kaikille opiskelijoille ollut aivan selvää, miten näihin palveluihin olisi helpointa hakeutua.

Sekä meidän että aiemmissa tutkimuksissa on nuorten todettu olevan väsyneitä ja sen myös vaikuttavan heikentävästi kolunkäyntiin. Syitä nuorten väsymykselle ei kuitenkaan ole tutkittu, joten niiden selvittäminen jatkossa olisi tärkeää. Myös opiskelijoiden päihteiden käyttö olisi mielenkiintoinen tutkimushaaste, sillä tutkimuksemme mukaan päihteitä käytetään oppilaitoksessa paljon. Vaikka vain murto-osa vastaajista koki päihteiden käytön vaikuttavan haitallisesti koulunkäyntiinsä, olisi tärkeää voida tarjota apua myös heille. Jatkotutkimushaasteen voitaisiin nähdäkin liittyvän myös päihteiden käytön tutkimiseen, sillä oppilaitoksen keskeyttämisluvuissa oman osuutensa muodostavat varmasti myös opiskelijat, joilla päihteiden käyttö haittaa koulunkäyntiä. Yleensä siinä vaiheessa kun päihteiden käyttö muodostuu ongelmaksi, käyttäjä ei itse tunnista ongelmaansa. Tämä voi olla myös yksi selitys sille, että vain murto-osa on vastannut kokevansa päihteiden käytön haitalliseksi koulunkäyntilleen ja pystyy itse tunnistamaan sen.

Tutkimustuloksemme osoittivat, että opiskelijat kaipaavat enemmän tukea varsinkin opettajilta. Opettajilta toivottiin enemmän kannustusta opintoihin ja kiinnostusta opiskelijoiden asioihin. Opettajat ovat keskeisessä asemassa myös kiusaamisen ehkäisemisessä, sillä osa opiskelijoista koki, että opettajien puuttuminen koulukiusaamiseen on riittämättömätöntä. Kyselyyn vastanneet opiskelijat toivoivat opiskeluhuvinvointinsa parantamiseksi myös esimerkiksi erilaisia yhteisiä tapahtumia. Lisäksi tämän tutkimuksen kaltaiset hyvinvointikyselyt olivat kaivattuja, erityisesti sellaiset, joihin opiskelija voi tarvittaessa vastata omalla nimellään ja saada näin henkilökohtaista ohjausta ja tukea hyvinvointiinsa liittyvissä asioissa.

Tutkimuksemme tulosten perusteella Savon ammatti- ja aikuisopistossa voidaan opiskelijoiden hyvinvointia kehittää seuraavasti:

1. Parannetaan opiskelijapalveluiden saatavuutta ja niistä tiedottamista
2. Selvitetään opiskelijoiden uupumisen ja väsymisen taustalla olevia tekijöitä
3. Kiinnitetään enemmän huomiota opiskelijoiden päihteiden käyttöön ja tarjotaan herkästi apua siitä tarvitseville opiskelijoille
4. Järjestetään oppilaitoksessa yhteisiä tapahtumia, joihin kaikki opiskelijat voivat osallistua
5. Kannustetaan opettajia puuttumaan herkästi niin henkiseen kuin fyysiseenkin koulukiusaamiseen
6. Tarjotaan opettajille työvälineitä (esimerkiksi koulutukset), joiden avulla voi tukea ja olla enemmän kiinnostunut opiskelijoiden hyvinvoinnista
7. Järjestetään enemmän hyvinvointia koskevia kyselyitä, joihin voi vastata myös omalla nimellään, jotta asioita voi opiskelijan niin halutessa käsitellä myös henkilökohtaisesti

LÄHTEET

Alkoholilaki. 8.12.1994/1143. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 11.10.2013]. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19941143#L6P34>

Fröjd, S., Kaltiala-Heino, R., Ranta, K., von der Pahlen, B. & Marttunen, M. 2009. Nuorten ahdistuneisuus ja päihteiden käyttö. Tietoa vanhemmille ja nuorten kanssa työskenteleville aikuisille [verkkójulkaisu], [viitattu 22.2.2013]. Saatavissa:

<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/4f346481-ad88-43d7-8320-c5ddbfc057c1>

Hatakka, T. & Nyberg, R. 2009. Turvallinen oppimisympäristö ammatillisessa koulutuksessa. Tampereen ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajakorkeakoulu. Opettajankoulutuksen kehittämishanke [viitattu 9.4.2013]. Saatavissa:

https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/8023/Hatakka.Tuija_Nyberg.Rhea.pdf?sequence=2

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15.-17. painos. Tammi: Helsinki

Hopeakangas, V. 2011. Hyvinvoinnin ja liikunnan edistäminen ammattioppilaitoksessa. Opiskelijoiden ja opettajien näkemyksiä. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Pro gradu -työ [viitattu 7.3.2013]. Saatavissa:

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37801/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201205101634.pdf?sequence=1>

Huttunen, J. 2012. Mitä terveys on? [verkkójulkaisu], [viitattu 9.4.2013]. Saatavissa:

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903

Huumausainelaki. 3.5.2008/373. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 11.10.2013]. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=huumausaine#L1P1>

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa. 2012. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje [verkkójulkaisu], [viitattu 4.10.2013]. Saatavissa:

http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Kaikkonen, R. & Hakulinen-Viitanen, T. 2012. Lasten ja perheiden elinympäristö. Julkaisussa: Kaikkonen, R., Mäki, P., Hakulinen-Viitanen, T., Markkula, J., Wikström, K., Ovaskainen, M-L., Virtanen, S. & Laatikainen, T. (toim.) Lasten ja lapsiperheiden terveys- ja hyvinvointierot. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen raportti 16 [verkkójulkaisu] 43-64 [viitattu 7.3.2013]. Saatavissa:

<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/b79b33f7-e767-4a74-ab5d-40e9b60a1fe8>

Kantomaa, M., Tammelin, T., Ebeling, H. & Taanila, A. 2010. Liikunnan yhteys nuorten tunne-elämän ja käyttäytymisen häiriöihin, koettuun terveyteen ja koulumenestykseen. Liikunta ja tiede [verkkójulkaisu] 47 (6), 30-37 [viitattu 24.2.2013]. Saatavissa:

http://lts.fi/sites/default/files/page_attachment/lt610_tutkimusartikkelit_kantomaa_lowres1.pdf

Karstu, E. 2010. Virtuaaliajan vitsaus. Yläkoululaisten kokemuksia internet- ja kännykkä-kiusaamisesta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma [viitattu 25.2.2013]. Saatavissa:

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/22967/URN-%3aNBN%3afi%3ajyu-201002161255.pdf?sequence=1>

Kirves, L. 2010. Kiusaamista voidaan ehkäistä jo pienestä pitäen [verkkojulkaisu], Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 7.3.2013]. Saatavissa:

http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/kiusaamista_voidaan_ehkaista_jo_pienesta_pitaen

Kouluterveyskysely 2008/2009–2010/2011. Kouluoloja koskevat taulukot vuosilta 2000/2001 - 2010/2011. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 11.10.2013]. Saatavissa:

http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/aiheittain/kouluolot

Kouluterveyskysely 2010/2011a. Koulukiusaamista koskevat taulukot vuosilta 2000/2001 – 2010/2011. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 24.2.2013]. Saatavissa:

http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/aiheittain/kouluolot

Kouluterveyskysely 2010/2011b. Mielialaa koskevat taulukot vuosilta 2000/2001 - 2010/2011. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 24.2.2013]. Saatavissa:

http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/aiheittain/mieleinterveys

Kouluterveyskysely 2010/2011c. Seksuaaliterveys. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 11.10.2013]. Saatavissa:

http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/aiheittain/seksuaaliterveys

Laki ammatillisesta koulutuksesta. 21.8.1998/630. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 10.4.2013].

Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980630?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=ammatillinen%20koulutus>

Liukkonen, P. & Pirinen, A.-L. 2009. Ammattiin opiskelevien nuorten kokemus oppimisen vaikeuksista, psyykkisestä hyvinvoinnista ja saatavilla olevasta tuesta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Erityispedagogiikan pro gradu -tutkielma [viitattu 7.3.2013]. Saatavissa:

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/20088/URN_NBN_fi_jyu-200905101558.pdf?sequence=1

Mattila, A. S. 2009. Hyvinvointi (Well-Being) [verkkojulkaisu], [viitattu 6.3.2013]. Saatavissa:

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=ont00037

Metso, L., Winter, T. & Hakkarainen, P. 2012. Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet - Huumeaiheiset väestökyselyt Suomessa 1992-2010 [verkkojulkaisu], [viitattu 22.2.2013]. Saatavissa: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/056141f2-7af0-469a-98fe-36ab805a3f68>

Mustonen, N. & Ollila, H. 2009. Tupakatta työelämään. Savuttomuusopas ammatilliseen koulutukseen [verkkojulkaisu], [viitattu 22.2.2013]. Saatavissa: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/7dcbb525-9ff9-44d6-909f-d18c4ade7587>

Nuikkinen, K. 2009. Koulurakennus ja hyvinvointi. Teoriaa ja käyttäjän kokemuksia peruskouluarkkitehtuurista. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Akateeminen väitöskirja [viitattu 9.4.2013]. Saatavissa: <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66456/978-951-44-7665-5.pdf?sequence=1>

Nyman, U. 2010. Erityisopetustaustan, koulukiusaamiskokemusten ja aikaisemman koulu-menestyksen yhteys opiskelijan sosiaaliseen asemaan ammatillisessa oppilaitoksessa. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma [viitattu 25.2.2013]. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/26570/URN%3aNBN-%3afi%3ajyu-201102191785.pdf?sequence=1>

Rinkinen, H. 2010. Nuorten mielenterveysongelmissa varhainen apu on tärkeää [verkkojulkaisu], [viitattu 10.4.2013]. Saatavissa: http://mtkl-fi-bin.directo.fi/@Bin/77fe291c44ed1de-5822229f9b4e83120/1365589305/application/pdf/718841/Revanssi2010_1_N.pdf

Savon koulutuskuntayhtymä. 2013a. Opetussuunnitelman yhteinen osa [verkkojulkaisu], [viitattu 10.4.2013]. Saatavissa: http://www.sakky.fi/fi/nuoret/Opiskelijalle/Opetussuunnitelmat/Documents/Opetussuunnitelman%20Yhteinen%20osa_hyv%C3%A4ksytty%2013%203%202013.pdf

Savon koulutuskuntayhtymä. 2013b. Etusivu. Nuoret. Hakeminen [viitattu 7.3.2013]. Saatavissa: <http://www.sakky.fi/fi/Sivut/koti.aspx>

Savon koulutuskuntayhtymä. 2013c. Etusivu. Kuntayhtymä. Koulutusyksiköt [viitattu 7.3.2013]. Saatavissa: <http://www.sakky.fi/fi/Sivut/koti.aspx>

Simonen, J. 2007. Nuorten juomisen sosiaalisuuden lait. Julkaisussa: Tigerstedt, C. (toim.) Nuoret ja alkoholi [verkkojulkaisu], [viitattu 16.10.2013]. Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/sites/default/files/verkkojulkaisu/Nuoret%20ja%20alkoholi_verkkoversio.pdf

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2006. Opiskeluterveydenhuollon opas [verkkojulkaisu], [viitattu 24.2.2013]. Saatavissa: http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3574.pdf

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013. Opiskeluterveydenhuolto [verkkojulkaisu], [viitattu 9.4.2013]. Saatavissa: http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/terveyspalvelut/opiskeluterveydenhuolto

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2013a. Mitä on eriarvoisuus hyvinvoinnissa [verkkajulkaisu], [viitattu 6.3.2013]. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus/hyvinvointi

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2013b. Mielen hyvinvointi [verkkajulkaisu], [viitattu 9.4.2013]. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/mielen_hyvinvointi

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2013c. Nuorten päihteiden käytön haitat [verkkajulkaisu], [viitattu 7.3.2013]. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/ehkaiseva_paihdedety/haitat

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2013d. Nuorten päihteiden käyttö ja lainsäädäntö [verkkajulkaisu], [viitattu 22.2.2013]. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/ehkaiseva_paihdedety/lainsaadanto

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2013e. Keskeisiä käsitteitä neuvontapalveluista ja koti-käynneiltä [verkkajulkaisu], [viitattu 9.4.2013]. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web-/fi/tutkimus/tyokalut/neuvontapalvelut/lait/kasitteet

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2013f. Ehkäisevä päihdetyö [verkkajulkaisu], [viitattu 20.10.2013]. Saatavissa: http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopaketit/amis/ehkaiseva_paihdedety

Tupakkalaki 13.8.1973/693. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 11.10.2013]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1976/19760693>

Ulmanen, M.-L. 2006. "Sydämeen sattuu". Koulukiusaaminen ja koettu terveys kansainvälisessä tarkastelussa 14-18 -vuotiaiden nuorten keskuudessa. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma [viitattu 25.2.2013]. Saatavissa: https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12280/URN_NBN_fi_jyu-2006213.pdf?sequence=1

Vierelä, M. 2013. 5-6-luokkalaisten käsityksiä Internetissä ja sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta ja siihen puuttumisesta. Lapin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu – tutkielma [viitattu 20.10.2013]. Saatavissa: <http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/93220/-Vierel%C3%A4.Maria.pdf?sequence=2>

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Tammi:Helsinki

Yli-Pohja, L. 2013. Masentuneisuus, masennus, depressio. Opiskelijan elämäntilanne ja masennus [verkkajulkaisu], [viitattu 20.10.2013]. Saatavissa: http://www.yths.fi/terveystieto_ja_tutkimus/-terveystietopankki/58/masentuneisuus_masennus_depressio

LIITE 1



Kysely opiskelijoille hyvinvointia uhkaavista tekijöistä

1. Ikä *

- Alle 18
- 18 – 22
- 23 – 27
- Yli 27

2. Sukupuoli *

- Nainen
- Mies

3. Perustutkinto *

- Autoalan perustutkinto
- Kone- ja metallialan perustutkinto
- Logistiikan perustutkinto
- Tekstiili- ja vaatetusalan perustutkinto
- Hotelli-, ravintola- ja cateringalan perustutkinto



Kysely opiskelijoille hyvinvointia uhkaavista tekijöistä

4. Oppilaitoksen olosuhteet ja yhteisö *

Valitse parhaiten sinua koskeva vaihtoehto

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
Oppilaitoksen fyysiset tilat edistävät oppimistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelijaryhmäni koko edistää oppimistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lähden kouluun mielelläni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opettajat ovat kiinnostuneita oppimiseistäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saan oppilaitokselta tarpeeksi tukea opintoihini liittyvissä asioissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saan oppilaitokselta riittävästi tukea elämänhallintaani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Kertoisitko keneltä saat tukea oppilaitoksessa? Keneltä toivoisit saavasi tukea?

6. Opiskelu ja oppiminen *

Valitse parhaiten sinua koskeva vaihtoehto

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
Tunnen opiskelevani oikeaa alaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen itse valinnut nykyisen koulutusalani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Uskon työllistyväni valmistuttuani opiskelemalleni alalle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Jatkan opiskelujani ammattikoulun jälkeen esimerkiksi ammattikorkeakouluun tai yliopistoon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulumenestykseni on kärsinyt heikon itsetunnon vuoksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keskittymisongelmat heikentävät oppimistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mielialan vaihtelut heikentävät oppimistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Itsetuhoiset ajatukset häiritsevät oppimistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Kysely opiskelijoille hyvinvointia uhkaavista tekijöistä

7. Koulukiusaaminen *

Valitse sinua parhaiten koskeva vaihtoehto

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
Minua on kiusattu nykyisessä oppilaitoksessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiusaaminen on ollut fyysistä, esimerkiksi tönimistä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiusaaminen on ollut henkistä, esimerkiksi nimittelyä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kiusaaminen on vaikuttanut opiskelutalvaatiooni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Arvosanani ovat laskeneet kiusaamisen takia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen jättänyt tulematta kouluun kiusaamisen takia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen harkinnut koulun keskeyttämistä kiusaamisen takia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minua ei ole kiusattu, mutta kiusaamisen näkeminen ahdistaa minua	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minua syrjitään koulussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opettajat puuttuvat kiusaamiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Seksuaalinen häirintä *

Valitse sinua parhaiten koskeva vaihtoehto

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
Olen kokenut seksuaalista häirintää muiden opiskelijoiden taholta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen kokenut seksuaalista häirintää opettajien taholta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen kokenut seksuaalista häirintää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

muun koulun henkilökunnan taholta

Olen kokenut seksuaalista häirintää
oppilaitoksen ulkopuoliselta taholta

9. Jos sinua on häiritty seksuaalisesti, kertoisitko tarkemmin kokemuksistasi?



Kysely opiskelijoille hyvinvointia uhkaavista tekijöistä

10. Sosiaaliset suhteet *

(Kaverin kanssa voin viettää aikaa, mutta hänelle en kerro kaikkea. Ystävä on läheinen minulle, ja kerron asioita hänelle.)
Valitse sinua parhaiten koskeva vaihtoehto

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
Minulla on ystäviä, joiden kanssa voin keskustella mieltäni painavista asioista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on riittävästi kavereita koulussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on enemmän kavereita ja ystäviä muualla kuin opiskelupaikkakunnallani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seurustelen tai olen halukas seurustelemaan jos sopiva kumppani löytyy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seurusteluni lisää opiskelumotivaatiotani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vanhempien suhtautuminen opintoihini on myönteinen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asun vanhempieni luona	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rahani riittävät jokapäiväiseen elämään	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saan riittävää rahallista tukea vanhemmilteni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Palkkatöissä käynti opiskelujen ohella edistävää opiskelumotivaatiotani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rahatilanteeni heikentävää motivaatiotani opiskeluun	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

11. Päihteet *

Valitse sinua parhaiten koskeva vaihtoehto

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
Olen jättänyt päihteiden käytön takia tulematta kouluun	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Olen jättänyt päihteiden käytön takia koulu- tehtäviä tekemättä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Päihteiden käyttö on lisännyt poissaoloja koulusta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintoni ovat viivästyneet päihteiden käytön seurauksena	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koulumenestykseni on kärsinyt päihteiden käytön takia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mielestäni kouluun voi tulla päihteiden vai- kutuksen alaisena	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vanhemmat suhtautuvat myönteisesti päih- teiden käyttöni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opiskelijatoverit huomaavat jos olen päih- teiden vaikutuksen alaisena koulussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oppilaitoksen henkilökunta puuttuu asiaan, jos opiskelija on päihteiden vaikutuksen alaisena koulussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tupakointini on kohtuullista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alkoholin käyttöni on kohtuullista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muiden päihteiden käyttöni on kohtuullista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Jos käytät muita päihteitä, kertoisitko mitä?



Kysely opiskelijoille hyvinvointia uhkaavista tekijöistä

13. Terveystila *

Valitse sinua parhaiten koskeva vaihtoehto

	Täysin sama mieltä	Osittain sama mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Ei koske minua
Koen itseni hyvinvoivaksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen olevani terve	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Herään aamulla virkeänä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Väsymys heikentää koulumenestystäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen hermostunut koulussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kärsin jännitysoireista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kärsin alakuloisuudesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kärsin ahdistuneisuudesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen käyttäytynyt itsetuhoisesti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen viillellyt itseäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saan riittävää tukea terveydentilääni liittyvissä asioissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

14. Keneltä saat apua terveydentilaasi liittyvissä asioissa? Keneltä toivoisit saavasi apua?

15. Miten sinun mielestäsi opiskelijoiden hyvinvointia oppilaitoksessasi voitaisiin kehittää?

LIITE 2

Hei!

Olemme kolme 3.vuoden sairaanhoitajaopiskelijaa Savonia-ammattikorkeakoulusta ja teemme opin-
näytetyönämme tutkimusta Savon ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoiden psyykkistä hyvinvointia
uhkaavista tekijöistä.

Tutkimuksen toimeksiantajana on Savon ammatti- ja aikuisopisto ja tavoitteena on edistää Savon
ammatti- ja aikuisopiston opiskelijoiden hyvinvointia. Tutkimuksessamme tuotettua tietoa voidaan
hyödyntää opiskelijoiden hyvinvoinnin kehittämisessä.

Vastaamalla tähän kyselyyn voit vaikuttaa omaan ja muiden opiskelijoiden opiskeluhyvinvointiin! Si-
nun ajatuksesi ovat todella tärkeitä tutkimuksen kannalta.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Antamasi vastaukset käsitellään nimettöminä ja eh-
dottoman luottamuksellisina. Kyselylomakkeet ovat käytössä vain tässä tutkimuksessa ja vain tutki-
joiden nähtävissä. Kyselylomakkeet hävitetään analysoinnin jälkeen. Tulokset julkaistaan ainoastaan
kokonaistuloksina, joten kenenkään yksittäisen vastaajan tiedot eivät paljastu tuloksista.

Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 20 minuuttia.

Mikäli haluat saada lisätietoja tutkimuksesta, voit lähettää sähköpostia alla olevaan osoitteeseen.
Vastaamme mielellämme tutkimusta koskeviin kysymyksiin.

Minna.H.Toyry@edu.savonia.fi

Etukäteen vastauksestasi kiittäen,

Salla Tukiainen

Suvi-Tuuli Tuovinen

Minna Töyry