

1.

Koululaisten hyvinvoinnin arviointi ja alakoulujen hyvinvointi 2000-luvulla

Anne Konu, FT, dosentti, yliassistentti

1.1 Johdanto

Lasten hyvinvointia tarkastellaan usein yksilökeskeisesti ja terveyteen tai oikeammin tiettyihin sairauksiin liitettynä. Se on sinänsä tarpeellista ja tärkeää, mutta olisi toivottavaa, että rinnalla kehitettäisiin menetelmiä, joiden avulla päästäisiin selvittämään myös lasten yleistä hyvinvointia heidän omissa toimintaympäristöissään. Muutamia lasten tai nuorten yleistä hyvinvointia kuvaavia mittareita on jo olemassa, esimerkkinä kanadalainen The Quality of Life Profile – Adolescent Version (Raphael ym. 1996). Yleinen hyvinvointi tai subjektiivinen hyvinvointi pyrkii kuvaamaan lapsen senhetkistä oloa tai onnellisuutta; kokemusta omasta voinnistaan suhteessa omaan itseen ja lähiyhteisöön. Aikuisilla yleisen subjektiivisen hyvinvoinnin ohella on tutkittu muun muassa työhön liittyvää hyvinvointia. Lasten osalta tällaista eri elämänalueiden tarkastelua on tehty niukasti. Tähän suuntaan on kuitenkin menty esimerkiksi Student Life Satisfaction Scale -mittarissa (Huebner 1991, Seligson ym. 2005), jossa hyvinvointi koostuu yleisestä elämään tyytyväisyydestä sekä positiivisista ja negatiivisista tunnetiloista. WHO

(2009) on kehittänyt psykososiaalisen ympäristön profiilin (Psychosocial Environment Profile, PSE), jossa opettajat ja koulun muut aikuiset arvioivat oppilaiden tilaa.

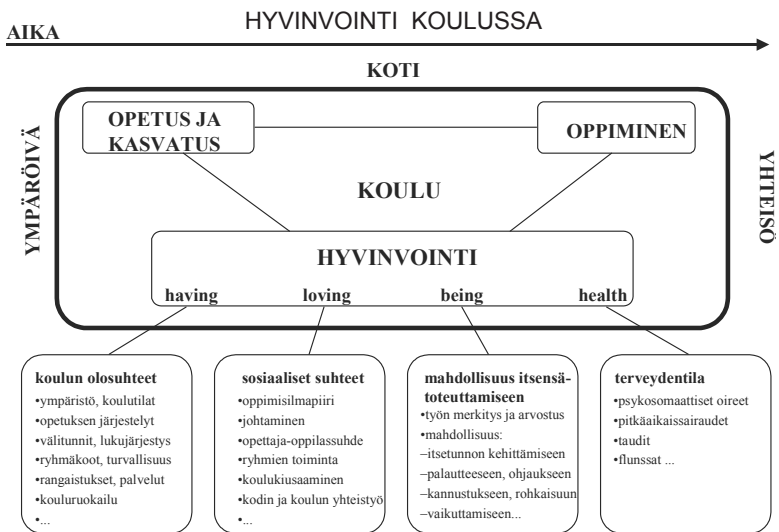
Kaikki edellä kuvatut tutkimustavat on yksilölähtöistä ja sinänsä arvokkaita. Kuitenkin lapsi elää jo pienestä lähtien erilaisissa yhteisöissä: perhe, päiväkotia, esikoulu, koulu. Näiden yhteisöjen hyvinvoinnin tutkimus on ollut vähäistä, vaikka esimerkiksi WHO:n Terveystta edistävätkoulut -verkosto (2003) on pyrkinyt edistämään myös kouluhynteisön hyvinvointia.

Koululaisten hyvinvointia tarkastellaan tässä koulun hyvinvointimallin pohjalta. Hyvinvointimalli käsittelee koulun olosuhteita, koulun sosiaalisia suhteita, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia koulussa sekä terveydentilaa. Hyvinvointimallin pohjalta kehitetty Koulun hyvinvointiprofiili on tarkoitettu työkaluksi koulujen itsearviointiin. Tässä sitä on käytetty arviointityökaluna alakoulujen oppilaiden hyvinvoinnista. Yhteensä yli 20 000 alakoululaista vastasi hyvinvointiprofiilin kyselyyn viitenä lukuvuotena 2004–2009. Tuloksia esitellään hyvinvoinnin osa-alueittain sekä yksittäisinä kysymyksinä tarkastellen myös kehitystä ajassa.

Tässä luvussa tarkastellaan lasta osana kouluhynteisöä ja hyvinvointia kouluhynteisössä. Toki on niin, että hyvinvoinnin kokemus kouluhynteisöstä muodostuu sen jäsenten kautta, niin oppilaiden kuin opettajienkin. Näkökulma suunnataan kuitenkin erityisesti kouluun ja siihen liittyviin asioihin, eikä tarkastella yksilön onnellisuutta, terveyttä/sairautta tai aineellista hyvinvointia. Yksilö on yhteisönsä jäsen kaikkine kokemuksineen eikä yksilön hyvinvointia voi erottaa yhteisön hyvinvoinnista. Yksilön näkökulmasta kouluhynteivointi on osa yksilön subjektiivista hyvinvointia. Kouluhynteivointi yhteisötasolla on kaikkien sen jäsenten kokemus koulusta ja siellä olemisesta ja toimimisesta.

1.2 Koulun hyvinvointimallista hyvinvointiprofiiliin

Koulun hyvinvointimalliin liittyvän menetelmällisen ja empiirisen tutkimuksen (Kuvio 1, Konu 2002, Konu & Rimpelä 2002, Konu ym. 2002a, Konu ym. 2002b) perusteella kehitettiin Koulun hyvinvointiprofiili lähinnä koulun itsearvioinnin tarpeita ajatellen, mutta myös yleisemmäksi tutkimuksen välineeksi. Eri kouluasteiden oppilaat ja henkilökunta ovatkin käyttäneet runsaasti hyvinvointiprofiilia (lukuvuonna 2009–2010 yli 22 000 käyttäjää), mutta myös tutkijat sekä Suomessa että kansainvälisesti ovat ottaneet arviointivälineen käyttöönsä.



Kuvio 1. Koulun hyvinvointimalli (Konu 2002)

1.2.1 Hyvinvointiprofiili Internetissä

Koulun hyvinvointiprofiili on Internetissä toimiva järjestelmä, joka tuottaa kullekin koululle oman hyvinvointiprofiilin tulokset reaaliaikaisesti. Järjestelmä on vapaasti ja ilmaiseksi kaikkien koulujen käytössä. (Hyvinvointiprofiili 2009.) Järjestelmässä on erilliset kysymyslomakkeet alakouluille (luokat 4–6), yläkouluille, toisen asteen oppilaitoksille ja koulujen henkilökunnille. Koulu, joka haluaa arvioida tällä tavoin hyvinvointiaan, tilaa käyttäjätunnuksen järjestelmään. Käyttäjätunnuksen saatuaan koulun vastuuhenkilö luo tunnusluvut kaikille, joiden on tarkoitus vastata kyselyyn. Tunnuksluvun avulla vastaus ohjautuu oikean koulun tuloksiin, mutta vastaaja säilyy anonyyminä. Koulun vastuuhenkilö voi reaaliaikaisesti käydä tarkastelemassa oman koulun vastauksia, mutta myös tietyn luokka-asteen ja yksittäisten luokkien vastauksia. Koko koulun vastauksia voi verrata kaikkien järjestelmää käyttäneiden saman kouluasteen vastauksiin. Tuloksia voi tarkastella hyvinvoinnin osa-alueina (koulun olosuhteet, sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttamisen mahdollisuudet sekä terveydentila) sekä yksittäisten kysymysten prosenttiosuuksina siitä, kuinka samaa tai eri mieltä kustakin väitteestä ollaan. Tyttöjen ja poikien tuloksia voidaan tarkastella erikseen. Lisäksi koulun toimijat, vastuuopettaja, kunkin luokan oma opettaja, terveydenhoitaja tai esimerkiksi oppilashuoltoryhmä, voivat analysoida oman koulun avoimia vastauksia, joissa on kysytty, mikä koulussa on parasta ja mitä parannettavaa siinä olisi. Oppilaat ja henkilökunta ovat kokeneet Internetissä tehtävän kyselyn täyttämisen helpoksi (Lintonen & Konu 2006).

1.2.2 Hyvinvointiprofiilin osa-alueet

Koulun hyvinvointiprofiili kehitettiin teoreettisen koulun hyvinvointimallin pohjalta. Mallissa hyvinvoinnin, kasvatuksen ja opetuksen sekä oppimisen ajatellaan liittyvän yhteen. Kouluhyvinvointiin vaikuttaa

itse koulu yhteisö, mutta myös ympäröivä yhteisö, erityisesti kodit, mutta myös muu ympäröivä yhteisö, kuten terveydenhoito, kerhot, seurakunta, poliisi, lähikaupat, kioskit. Itse hyvinvointi on jaettu koulun olosuhteisiin, koulun sosiaalisiin suhteisiin, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin ja terveydentilaan.

Koulun olosuhteet (alakoulun kysymyslomakkeessa *koulun tilat ja toiminta*) tarkoittavat koulun fyysisiä tiloja, kuten luokkia, wc:itä, koulurakennusta, pihaa, ja niiden kuntoa ja turvallisuutta. Olosuhteisiin liitetään myös opetuksen organisointi ja koulun säännöt, lukujärjestys, ruokailu, työtahti ja tarvittavat palvelut, kuten terveydenhoito. Koulun olosuhteilla vaikuttaa olevan merkitystä kouluhyvinvointiin tiettyyn kynnsrajaan asti. Jos home haisee, luokissa on kylmä eikä piha sovellu pelaamiseen tai leikkimiseen, hyvinvointi on vaarassa. Jos koulun tilat ovat kunnossa ja suhteellisen viihtyisät sekä asioiden organisointi on hyvällä mallilla, olosuhteilla on enää pieni merkitys hyvinvoinnin lisääntymiseen.

Tärkeä osa kaikkien yhteisöjen hyvinvointia ovat *sosiaaliset suhteet* (alakoulun lomakkeessa *koulun ihmissuhteet*). Koulussa tämä on erityisen tärkeää niin oppilaiden kesken, oppilaiden ja opettajien välillä kuin myös koulun ja kodin välisinä suhteina. Sosiaalisia suhteita tarkastellaan ryhmätöiden sujumisena, työrauhana luokassa, ystävien olemassaolona, toisten auttamisena, kokemuksina opettajien oikeudenmukaisuudesta ja ystävällisyydestä sekä kiusaamisen vähäisyytenä. Kotien ja koulun yhteistyön ajatellaan näkyvän vanhempien kiinnostuksena lapsensa koulunkäyntiin, lapsen saamasta avusta vanhemmiltaan sekä kokemuksina koulun ja kodin yhteydenpidosta.

Itsenä toteuttamisen mahdollisuudet (alakoulun lomakkeessa *koulutyö*) on se osa-alue, joka useimmista muista lasten ja nuorten hyvinvointia tarkastelevista mittareista puuttuu lähes kokonaan. Koulu kasvatuksen paikkana on kuitenkin niin tärkeä elämäalue, että itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia tulisi olla siellä tarjolla. On kysymys sellaisista asioista kuin yksilön merkitys yhteisössään sekä onnistumisen kokemusten saaminen. Tämän alueen kysymykset käsittelevät yksilön saamaa arvostusta koulussa, mahdollisuuksia vaikuttamiseen,

opetuksen tapaa, läksyjien onnistumista, avun saantia tarpeen tullen sekä positiivista kannustamista ja rohkaisua. Lisäksi kysytään, onko koulussa tarjolla itselle kiinnostavia oppiaineita ja kerhoja.

Terveydentilaa tarkastellaan psykosomaattisina oireina. Ihminen on kokonaisvaltainen olento ja oireiden voidaan katsoa olevan yhteydessä myös sosiaaliseen ympäristöön kuten kotiin, kouluun tai muuhun ympäristöön, jossa yksilö aikaansa viettää. Toki oireilu voi olla myös fysiologista eikä kyselylomakkeen avulla voi selvittää, ovatko oireet osin myös ympäristön aiheuttamia. Aika moni aikuinen varmaan muistaa, että kouluaikana vatsa saattoi olla kipeänä hiihtopäivänä (tai mikä se jännityksen tai pelon kohde kenelläkin oli) tai päätä särki koepäivänä. Oireista kysytään niska-, selkä- ja vatsakipuja, jännittyneisyyttä ja hermostuneisuutta, väsymystä ja nukkumisongelmia, päänsärkyä, alakuloisuutta, pelkoa ja tavallisia nuhakuumeita, yskää sekä kurkkukipua.

1.2.3 Hyvinvointiprofilin käyttö kouluissa

Koulun hyvinvointiprofilin päätarkoituksena on toimia koulujen itsearviointivälineenä. Ei riitä, että oppilaat ja henkilökunta pelkästään täyttävät lomakkeet, vaikka jo kysymysten muotoilulla on pyritty vaikuttamaan asenteisiin. Kysymykset ovat pääosin positiivisia väittämiä, joihin voi tuki ilmaista eriävän mielipiteensä. Tarkastellaan muun muassa työrauhaa, oikeudenmukaisuutta, yhteistyötä, arvostusta, kannustusta, palautetta, vaikuttamismahdollisuuksia. Kyselyyn vastaamisen jälkeen koulun vastuuhenkilön olisi hyvä tulostaa koko koulun tulokset sekä jokaisen luokan tulokset. Lisäksi koululle voidaan ottaa talteen koulun kaikkien luokka-asteiden (alakouluilla neljäs, viides ja kuudes) tulokset sekä vertailu saman kouluasteen valtakunnallisiin tuloksiin. Koulun tuloksia voisi käsitellä ensin oppilashuoltoryhmässä, jossa on usein mukana rehtori, opettajia, terveydenhoitaja, mahdollisesti kuraattori ja opinto-ohjaaja ja joskus edustaja seurakunnasta, sosiaali-

toimesta tai poliisista. Ryhmä voi sopia, millä tavalla tuloksia esitellään ja suunnitella millaisia toimia tulokset koululla edellyttävät. Tuloksia kannattaa käsitellä yhteisesti kaikkien oppilaiden kanssa ja vielä jokaisella luokalla erikseen heidän omia tuloksiaan. Lisäksi tuloksista pitäisi tiedottaa koteihin. Niitä on hyvä käsitellä myös vanhempainillassa, jotta niistä voisi syntyä keskustelua. On hyvä painottaa asioita, jotka koulussa tai luokissa on hyvällä tasolla, mutta tuoda esiin myös asiat, joiden koetaan olevan heikommin ja jotka kaipaavat parannusta.

Tulosten perusteella olisi hyvä suunnitella toimia hyvinvoinnin edistämiseksi. Koko koulun tasolla voidaan ottaa muutamia asioita kerrallaan, joihin kiinnitetään erityishuomio. Tällaisia voivat olla ne, jotka koetaan heikoimmiksi koulussa tai toisaalta myös asiat, jotka ovat selvästi alhaisemmalla tasolla kuin kaikilla hyvinvointiprofiiliin vastanneilla keskimäärin. Kaikki koulun toimijat, myös vanhemmat esimerkiksi vanhempainyhdistyksen kautta, tulisi ottaa mukaan suunnitteluun. Luokissa voidaan pohtia edistettäviä asioita koko koulussa, mutta erityisesti omassa luokassa parannettavia asioita. Luokkien tulokset saattavat vaihdella yllättävänkin paljon sekä yleiseltä tasoltaan että niissä asioissa, joissa koetaan puutteita (Konu & Lintonen 2006a). Joskus huonoksi koettuja asioita kannattaa lähteä avaamaan selkiyttämällä ensin, mitä tarkoitetaan sillä, että esimerkiksi oppilaiden mielipiteitä ei oteta huomioon. Mihin oppilaat haluavat vaikuttaa? Miten se voisi tapahtua? Vihjeitä ja ratkaisujakin näihin tai toisaalta myös asioita, joita kysymyksissä ei ole tullut esiin, saattavat tarjota kyselyn avoimet vastaukset. Niihin niin oppilaat kuin opettajatkin vastaavat aktiivisesti ja ne kannattaa käydä huolella läpi kouluissa.

Hyvinvoinnin edistäminen on pitkäjänteistä puuhaa. Hyvinvointiprofiili voi toimia keskustelun käynnistäjänä ja suunnan näyttäjänä. Koulun toimijat tekevät jatkuvasti hyvinvoinnin edistämistä pyrkiesään parantamaan koulunsa kasvatus- ja oppimisympäristöä. Hyvinvointiprofiili voi toimia välineenä myös edistämistyön vaikutuksia tarkasteltaessa. Tällöin hyvinvointiprofiili tehdään koululle vuoden tai kahden välein ja tarkastellaan, mikä on muuttunut ja onko tiettyihin asioihin paneutumalla saatu positiivisia muutoksia aikaan.

1.3 Hyvinvointi alakouluissa vuosina 2004–2009

Hyvinvointiprofiili on ollut käytössä lukuvuodesta 2004–2005 lähtien. Lomakkeiden kehittäjä on sopinut Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston (2009) kanssa aineistojen ylläpidosta ja säilytyksestä ja lähettää tietoarkistolle kunkin lukuvuoden lopussa uuden aineiston. Kaikkien kouluasteiden ja henkilökuntien aineistot säilytetään Yhteiskuntatieteellisessä tietoarkistossa ilman koulutunnistetietoja ja myös ilman avoimia vastauksia, joista saattaisi ilmetä joitain tunnistetietoja. Tietoarkisto luovuttaa aineistot niitä pyydettyäessä sekä tutkimus- että opetuskäyttöön. Systemaattinen tietojen arkistointi mahdollistaa kouluhyvinvoinnin tarkastelun pidemmälläkin aikajaksolla.

1.3.1 Yli 20 000 alakoululaista vastaajana

Kaikkien hyvinvointiprofiiliin vastanneiden alakoulujen aineistojen (N=20 464) lukuvuosilta 2004–2005, 2005–2006, 2006–2007, 2007–2008, 2008–2009 (Koulun hyvinvointiprofiili 2008 ja 2009) käytetään tässä antamaan yleiskuvaa alakoululaisten kokonaisvaltaisesta koulun liittyvästä hyvinvoinnista sekä siinä tapahtuneista mahdollisista muutoksista. Neljäs-, viides- ja kuudesluokkalaiset ovat osallistuneet kyselyihin. Joskus kolmasluokkalaisiakin on mukana lukutaidon sen salliessa. Kyselylomakkeen kysymykset on sovitettu alakoululaisten osaamistason mukaisiksi. Lomakkeeseen voi tutustua Internetissä (Hyvinvointiprofiili 2009). Aluksi alakoululaisten vastaajamäärät olivat pieniä. Lukuvuonna 2004–2005 vain noin 2400 vastaajaa, kun lukuvuonna 2008–2009 vastaajia oli jo noin 6250. Tyttöjä ja poikia on suunnilleen yhtä paljon. Iältään vastaajat ovat enimmäkseen 10–12-vuotiaita. Vastaajat jakautuvat suhteellisen tasaisesti luokka-asteille neljä, viisi ja kuusi. (ks. tarkemmin Taulukko 1.)

Taulukko 1. Perustietoja vastaajista

Perustiedot		2004-2005	2005-2006	2006-2007	2007-2008	2008-2009
vastaaaja yht.	20464	2381	2220	4605	5003	6255
		% osuudet	%	%	%	%
Sukupuoli	tyttö	49.0	49.2	48.9	48.8	49.0
	poika	51.0	50.8	51.1	51.2	51.0
ikä	9 v	4.5	5.3	5.5	3.4	4.1
	10 v	25.2	26.8	22.3	22.1	22.2
	11 v	24.2	26.1	33.0	33.8	31.1
	12 v	37.1	33.7	31.0	32.1	33.3
	13 v	9.0	8.0	8.3	8.5	9.3
Luokka-aste	neljäs	36.2	37.6	35.3	32.0	33.6
	viides	23.3	26.4	36.7	39.1	34.7
	kuudes	40.5	36.0	28.0	28.9	31.7

Vastauksia tarkastellaan neljänä keskiarvona (koulun olosuhteet, sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttamisen mahdollisuudet, terveydentila) ja yksittäisten kysymysten jakaumina. Tarkastelun kohteena ovat eri osa-alueiden ja yksittäisten kysymysten tasot sekä mahdolliset muutokset lukuvuosien välillä. Tulokset ovat kuitenkin kuvailevia eikä tilastollisia merkitsevyyksiä ole laskettu vuosien välillä, sillä suuri osa vastaajista tulee eri kouluista eri vuosina. Osa kouluista tekee hyvinvointiprofilin vain kerran, jotkut koulut vuoden tai kahden välein ja osa kouluista epämääräisin väliajoin. Suomessa koulut ovat kuitenkin suhteellisen homogeenisia, joten suurella vastaajamäärällä vuosien välisiä kuvailevia eroja on kuitenkin järkevää tarkastella. Tilastolliset analyysit on tehty SPSS 15.0 Windows -ohjelmalla.

1.3.2 Pieniä muutoksia ajassa, luokka-asteiden välillä eroja

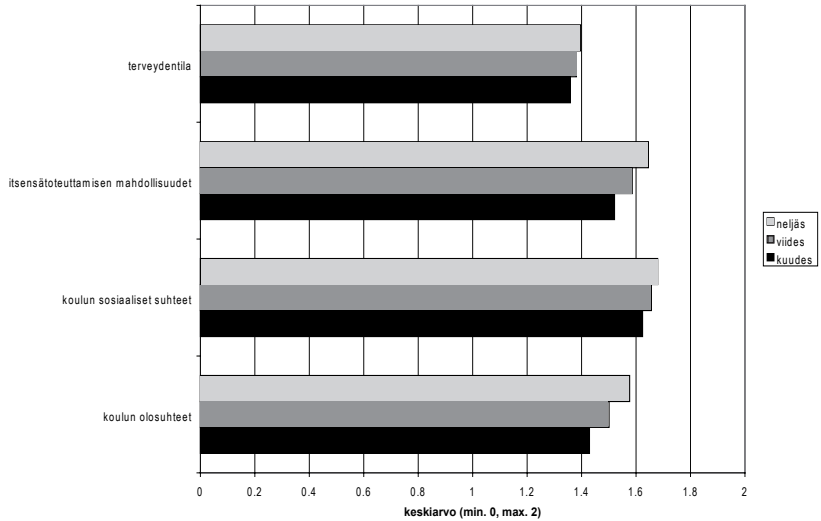
Hyvinvointi vaikuttaa heikkenevän kaikilla osa-alueilla neljänestä luokasta kuudenteen mentäessä. Suurimmat erot näyttävät olevan koulun olosuhteiden ja itsensä toteuttamisen mahdollisuuksien kokemisessa

(Kuvio 2). Yläkoulujen osalta kouluhyvinvoinnin tilaa on tarkasteltu aiemmissa julkaisuissa (Konu ym. 2006a, Konu ym. 2006b), joihin viitataan alaluvussa 1.3.

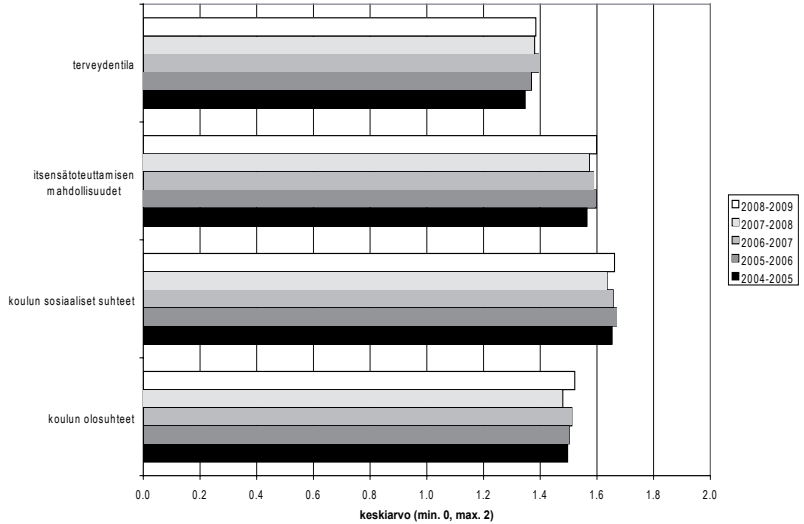
Muutokset koulun hyvinvoinnin osa-alueiden kokemisessa vaikuttavat olevan pieniä lukuvuodesta 2004–2005 lukuvuoteen 2008–2009. Toisaalta osa-alueet on mitattu useiden kysymysten keskiarvoina, jolloin erot osin tasoittuvat. Lukuvuodet 2004–2005 ja 2007–2008 vaikuttavat olevan tasoltaan alhaisimpia hyvinvoinnin kaikilla osa-alueilla. Koulun sosiaaliset suhteet koetaan parhaimpina, seuraavaksi itsensä toteuttamisen mahdollisuudet, jonka jälkeen koulun olosuhteet ja viimeisenä terveydentila. (Kuvio 3.) Terveydentilaa tarkasteltaessa paras väittämä ”ei ole ollut” kyseisiä oireita on toki tiukempi kuin muissa kysymyksissä, joissa ollaan ”samaa mieltä” tietyn väittämän kanssa.

Kuviossa 4 on esillä koulun olosuhteita koskevat kysymykset ja niiden oppilaiden prosenttiosuus, jotka ovat samaa mieltä esitetystä väittämästä. Eniten ollaan samaa mieltä sääntöjen selkeydestä, koulurakennuksen turvallisuudesta ja koulupihan sopivuudesta peleihin ja leikkeihin. Vähiten kannatusta saavat väittämät koulun ”wc-tilat ovat hyvät” ja ”oppitunneilla on hyvä työrauha”. Lukuvuosien välillä on selviä eroja ja ne vaihtelevat kysymyksittäin. Kohoava trendi näyttäisi olevan luokkahuonetiloissa ja pihan turvallisuudessa. (Kuvio 4.)

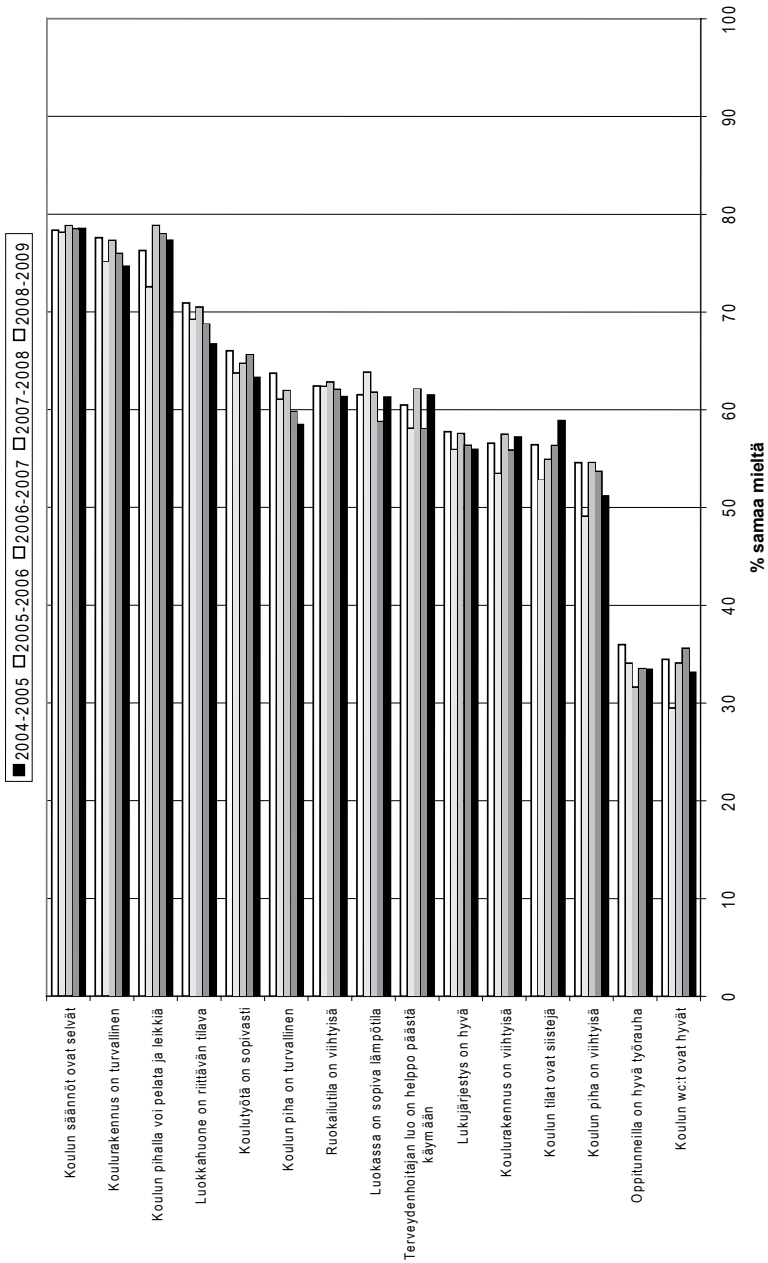
Sosiaalisten suhteiden alueen väittämistä oppilaat kokevat vanhempien avun ja tuen olevan korkealla tasolla. Yhdeksällä oppilaalla kymmenestä on ystäviä omassa koulussa. Noin kaksi kolmasosaa vastaajista on samaa mieltä opettajiin ja luokkatovereihin liittyvistä väittämistä. Heidän mielestään opettajien kanssa on helppo tulla toimeen ja opettajat kohtelevat oppilaita oikeudenmukaisesti ja ovat ystävällisiä. Luokkakaverien kanssa viihdytään ja heiltä saa myös apua. Vain kolmasosa oppilaista vastaa, että luokkakaverit tulevat väliin, jos jotain oppilasta kiusataan. Kiusaamista kokee noin kahdeksan prosenttia alakoulun oppilaista vähintään kerran lukukaudessa. Kiusaajana ilmoittaa toimineensa noin kolme prosenttia oppilaista. Lukuvuosien kuluessa muutosta parempaan on näyttänyt tapahtuvan lähinnä vanhempainil-



Kuvio 2. Hyvinvoinnin osa-alueet eri luokka-asteiden oppilaiden kokemina



Kuvio 3. Hyvinvoinnin osa-alueet lukuvuosittain eriteltyinä

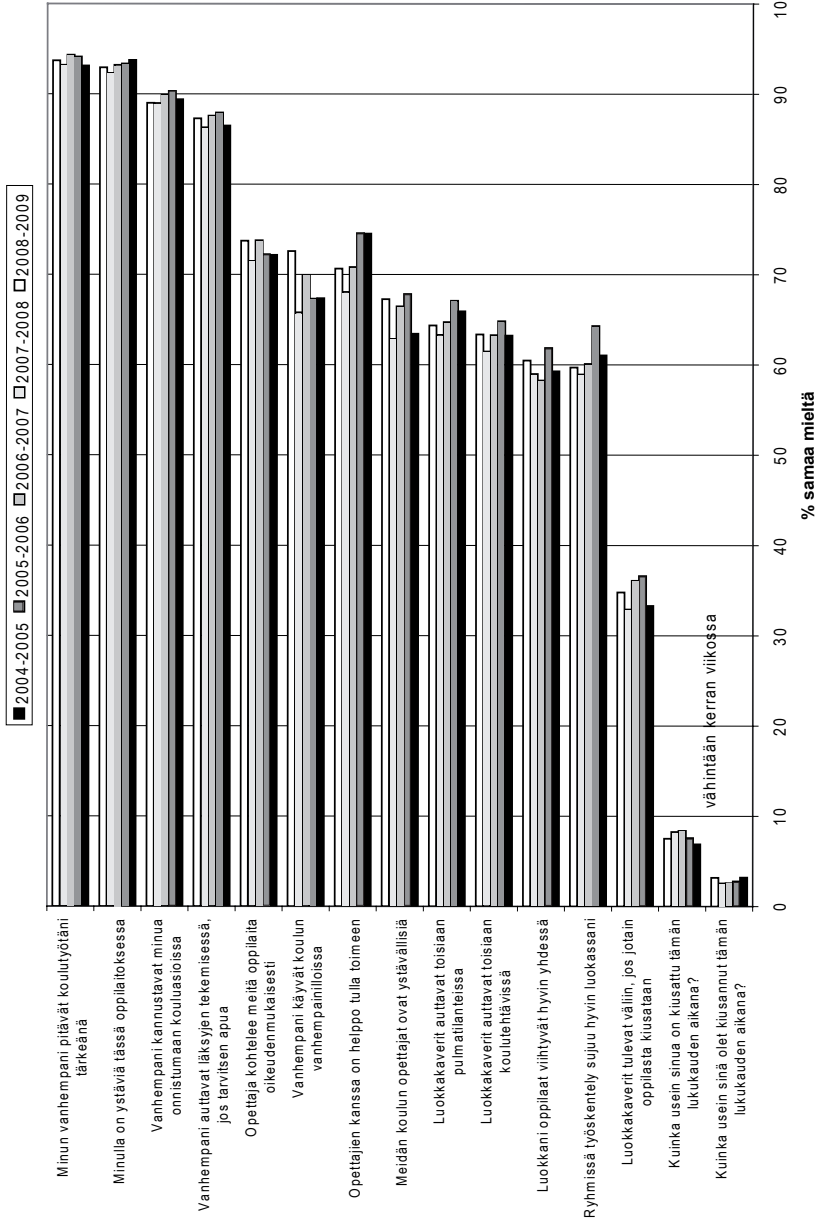


Kuvio 4. Koulun olosuhteet: prosenttiosuus niistä, jotka ovat samaa mieltä väittämistä

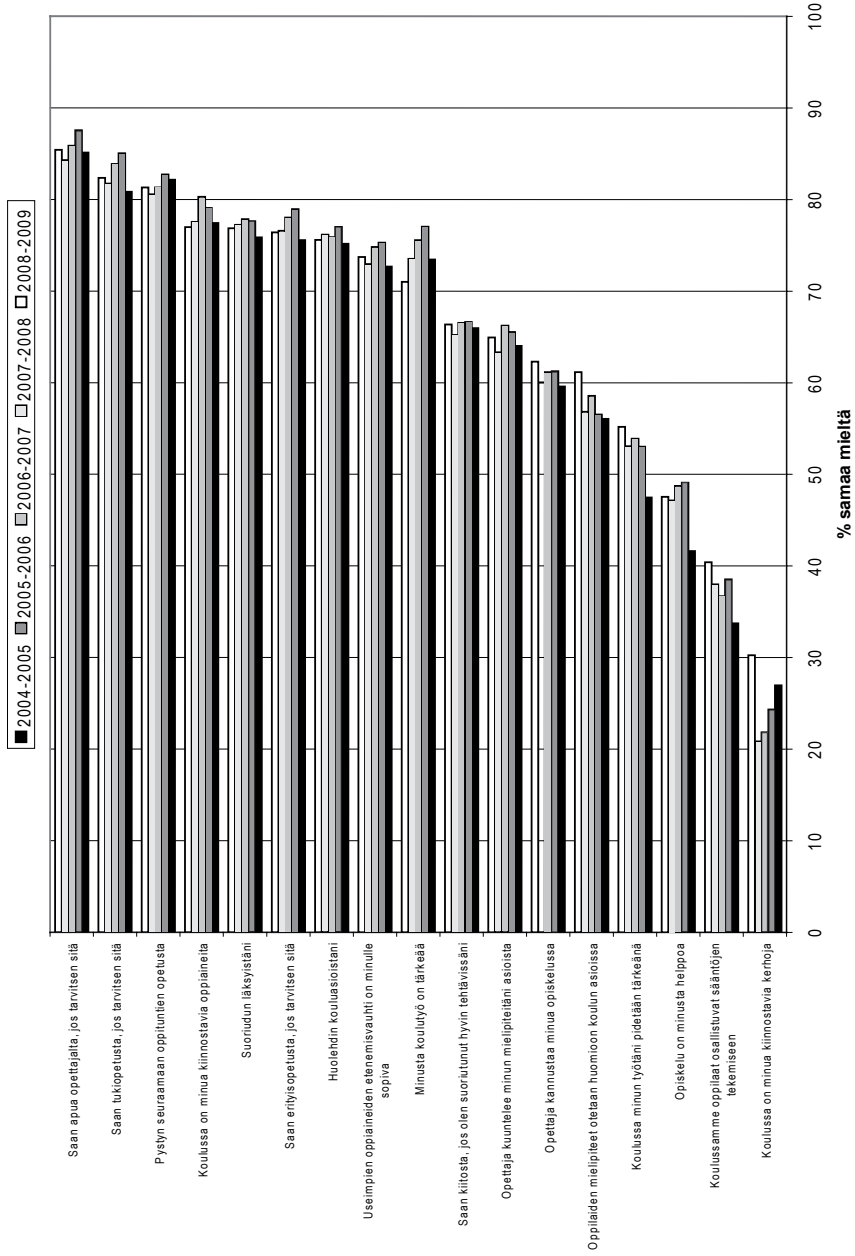
taan osallistumisaktiivisuudessa, paitsi lukuvuonna 2007–2008. Tuo lukuvuosi vaikuttaa olevan kauttaaltaan alhaisemmalla tasolla arvioissa, kun taas lukuvuonna 2005–2006 arviot ovat korkeammalla tasolla lähes kaikissa tämän alueen väittämässä. (Kuvio 5.)

Itsensä toteuttamisen alueella oppimiseen ja opettamiseen liittyvät asiat ja avun saanti näissä on koettu hyväksi. Kolme neljäsosaa oppilaista on näistä väittämistä samaa mieltä. Kiitos, kannustus, oppilaiden mielipiteiden huomioon ottaminen sekä opiskelun helppeus koettiin jo hiukan heikommiksi alueiksi; 50–65 % oppilaista oli samaa mieltä näistä väittämistä. Noin puolet oppilaista on sitä mieltä, että opiskelu on helppoa ja alle 40 % oppilaista kokee voivansa osallistua koulun sääntöjen tekemiseen. Vaikka kouluissa on viime aikoina ollut niukasti kerhoja, niin ilahduttavasti lukuvuonna 2008–2009 niiden määrän tai laadun koetaan kohonneen. Koulutyötä tärkeänä pitävien oppilaiden määrä vaikuttaa olevan laskusuunnassa, vaikka edelleen yli kaksi kolmasosaa kokee sen tärkeäksi. (Kuvio 6.)

Terveystilaa tarkasteltiin pääasiassa psykosomaattisina oireina. Vähiten oppilaat olivat kokeneet pelkoa ja alakuloisuutta. Myöskään erilaiset kivut (selkä-, niska-, vatsa-), jännittyneisyys, hermostuneisuus, heikotus, nukkumisvaikeudet tai nuhakuumeet eivät olleet yleisiä; yli 80–90 % oppilaista koki näitä harvoin tai ei lainkaan. Päänsärky oli eniten koettu oire. Useammin sitä koki reilu viidennes oppilaista. Lukuvuosien välillä ei ole eroja oireiden kokemisessa.



Kuvio 5. Sosiaaliset suhteet: prosenttiosuus niistä, jotka ovat samaa mieltä väittämistä, huom. poikkeuksena kiusaamis- kysymykset



Kuvio 6. Itsensäarvioitujen mahdollisuuksien mahdolliisuudet: prosenttiosuus niistä, jotka ovat samaa mieltä väittämistä

1.4 Tiedosta toimintaan

Koulun hyvinvointiprofilin tuottaman tiedon perusteella alakoulujen hyvinvointi on pysynyt aika tasaisena lukuvuodesta 2004–2005 lukuvuoteen 2008–2009. Tulokset eivät ole täysin vertailukelpoisia, sillä vastaajat vaihtelevat lukuvuosittain. Osa kouluista tekee hyvinvointiprofilin vain kerran, jotkut koulut joka vuosi tai kahden vuoden välein ja osa kouluista epämääräisin väliajoin. Tämä on toisaalta ymmärrettävää, sillä jotkut muutokset koulun hyvinvoinnin edistämiseksi näkyvät vasta pidemmällä aikavälillä, kun toiset edistämistoimenpiteet vaikuttavat välittömästi. Toisaalta jatkuva seuranta esimerkiksi kahden vuoden välein antaisi koululle systemaattisen tavan seurata hyvinvointia. Tässä selvityksessä heti näkyvä, ilahduttava muutos on kiinnostavien kerhojen lisääntyminen. Opetushallitus onkin lukuvuodesta 2008–2009 lähtien panostanut koulujen kerhotoimintaan ja se näkyy heti oppilaiden vastauksissa.

Alakoulujen oppilaat arvioivat itsensä toteuttamisen mahdollisuudet ja sosiaaliset suhteet hiukan paremmiksi kuin koulun olosuhteet tai terveydentilan. Toisaalta juuri sosiaaliset suhteet ja itsensä toteuttaminen ovat merkityksellisimmät oppilaan yleisessä hyvinvoinnissa, kun tarkastellaan kouluun liittyviä asioita (Konu ym. 2002a). Usein on kuitenkin paljon helpompi tarttua johonkin konkreettiseen olosuhteisiin liittyvään asiaan kuin lähteä kohentamaan sosiaalisia suhteita tai itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia. Positiivisia muutoksia voisi yrittää lähteä tekemään jokaiselle osa-alueelle. Koulun olosuhteista voisi etsiä kohdan, mikä kipeimmin kaipaa muutosta. Luokkakohteisesti kannattaisi tutkia, mitkä ovat ne asiat sosiaalisten suhteiden ja itsensä toteuttamisen alueella, joihin haluamme juuri nyt koulussamme panostaa. Terveydentila saattaa kohentua jo näillä toimilla.

Kuudesluokkalaiset arvioivat kaikki osa-alueet heikommiksi kuin viidesluokkalaiset ja he puolestaan huonommiksi kuin neljäsluokkalaiset. Ainoaksi selitykseksi tähän ei mielestäni riitä oppilaiden ikä ja puberteetin alku. Kasvava kriittisyys iän mukana on varmaankin osaselitys; arviot heikkenevät edelleen yläkouluun mentäessä (Konu

& Lintonen 2006b). Toisen asteen opiskelijoiden arviot ovat samoilla linjoilla yläkoulujen oppilaiden kanssa, vain sosiaaliset suhteet koetaan toisella asteella paremmiksi kuin yläkouluissa. Tässä on haaste meille kaikille kouluhyvinvoinnin ja koululaisten parissa työskenteleville – kuinka saada ylläpidettyä ja kehitettyä pienten oppilaiden sosiaalista yhteistyötä ja kokemuksia koulusta paikkana, joka tarjoaa paljon myönteisiä oppimiskokemuksia. Alakoulut ovat paikkoja, joissa näidenkin taitojen kehittäminen on aloitettava. Tämän kirjan jatkoluvut tarjoavat erilaisia keinoja nimenomaan näiden osa-alueiden kehittämiseen (ks. esim. Kampmanin artikkeli YHTEISPELI -hankkeesta).

Konkreettisista olosuhteista kipeimmin muutosta tunnutaan kaipaavan koulun wc-tiloihin. Usein ei ole välttämättä kysymys itse tilasta, vaan esimerkiksi toimimattomista lukoista ovissa tai siitä, että pienemmät oppilaat eivät uskalla sinne mennä, kun isommat oppilaat ovat ”vallanneet” tilan. Asiaan saattaa löytyä helppo ratkaisu, kun ensin kysytään oppilailta, mistä huonot kokemukset johtuvat. Paljon monipolisempi asia on oppituntien rauhattomuus. Kokemus rauhattomuudesta saattaa syntyä montaa kautta. Alakouluissa opetellaan keskittyntä työskentelyä ja siitä saatetaan muistuttaa oppilaita usein. Näin se on myös oppilaiden huomion kohteena. Alakoulujen oppilaat myös innostuvat helposti ja se saattaa vaikuttaa toisten työrauhaan. Isoissa luokissa työrauhaa on vaikeampi pitää yllä. Omatoimisessa työskentelyssä tarvitaan usein opettajan apua ja pyynnöt saattavat lisätä rauhattomuutta. Lisäksi on oppilaita, joiden on hyvin vaikea keskittyä tehtäviin. On myös opettajia, joiden on vaikea organisoida opetustaan niin, että se olisi työrauhaa ylläpitävä. Työrauha kannattaa ottaa tarkempaan pohdintaan erityisesti luokissa, joissa työrauha koetaan heikommaksi kuin koulussa yleensä.

Yläkouluissa olosuhteiden alueilla parhaimmiksi on koettu valaistus, opetustilat, ja kouluruokailu. Heikoimpina osa-alueina koettiin kiire, wc-tilat, lämpötila ja ilmanvaihto. (Konu & Lintonen 2006a.)

Koulukiusaaminen on asia, jota ei voi ohittaa koulun sosiaalisia suhteita käsitellessä. Christina Salmivalli kumppaneineen on tehnyt pitkäjänteistä työtä kiusaamisen ehkäisemiseksi. He ovat käynnistä-

neet KiVa Koulu -hankkeen (2009), joka on laaja kiusaamisen vastainen toimenpideohjelma ja johon ilahduttavan monet koulut ovat halunneet liittyä. Hyvinvointiprofilin tuloksissa erityistä huomiota herätti se, että oppilaat kokivat, että luokkatoverit eivät tule väliin, jos jotain oppilasta kiusataan. Toki opettajien vastuulla on huolehtia siitä, että kiusaamista ei koulussa ole, mutta myös toisten oppilaiden vastuullisuuden lisääminen kanssaoppilaista olisi erittäin toivottava asia. Tämän kirjan tulevissa luvuissa käsitellään tätä asiaa (esim. Junttilan artikkeli sosiaalisesta kompetensista). Kuten myös sitä, kuinka toisten oppilaiden kanssa yhteistoiminta sujui paremmin (ks. Kampmanin artikkeli YHTEISPELI -hankkeesta). Olisihan toivottavaa, jos enemmän kuin kaksi kolmasosaa oppilaista kokisi yhteistyön luokassa sujuvan hyvin.

Sosiaalisten suhteiden alueella yläkoululaiset ovat arvioineet korkeimmalle ystävien olemassaolon, vanhempien kannustuksen ja avun sekä luokkatovereiden hyväksynnän. Heikoimmiksi osa-alueiksi koettiin se, että kaverit eivät tule väliin kiusaamistilanteissa – aivan kuten alakouluissakin, opettajien kiinnostus oppilaan asioista ja oikeudenmukainen kohtelu. (Konu & Lintonen 2006a.)

Oppilaiden kokemukset omasta merkityksestään koulusta eivät ole kovin korkeita, eikä mielipiteitäkään oikein kuunnella ja kannustuskin on joskus niin ja näin. Moni kuitenkin muistanee omalta kouluajaltaan, kuinka pienikin kiitos tai rohkaisu sai yrittämään tehtävissä ja se jäi myös positiivisena asiana mieleen. Onnistumisen kokemuksia me kaikki tarvitsemme työstämme – ja koulu on oppilaiden työtä. Oppilaat haluaisivat myös osallistua koulua ja heitä itseään koskeviin päätöksiin. Sitä varten tulisi luoda järjestelmä, joka toimii systemaattisesti. Muuten osallistuminen saattaa olla hetkellistä, kuten esimerkiksi uudistetaan koulun säännöt, mutta jo seuraava kouluun tuleva sukupolvi ei edes tiedä, että ne on tehty yhdessä oppilaiden kanssa.

Itsensätoteuttamisen alueella yläkoululaiset ovat arvioineet korkeimmalle kiinnostavat valinnaisaineet, omien heikkouksien ja vahvuuksien tuntemisen, opetuksen seuraamisen ja kotitehtävien osaamisen. Heikkoina koettiin oppilaiden mielipiteiden huomioonottaminen,

opettajien liiat odotukset, oman merkityksen kokeminen koulussa, koulun kerhot ja oppilaiden osallistuminen sääntöjen tekemiseen. (Konu & Lintonen 2006a.) Asiat ovat osin samoja kuin alakoululaisilla. Positiivinen muutos kerhotilanteessa ei näy tässä, sillä yläkoulu-
laisten tiedot ovat ajalta ennen kuin Opetushallitus ryhtyi tukemaan kerhotoimintaa.

Yleisellä tasolla koulussa voi olla vaikea puuttua yksittäisen oppilaan tai kaikkien koulun oppilaiden psykosomaattisiin oireisiin. Jälleen on hyvä tarkastella tietyn luokan tuloksia suhteessa muihin. Onko tässä luokassa jotain oireita enemmän kuin muilla? Jännitetäänkö tässä luokassa? Onko pelkoa? Onko enemmän päänsärkyä kuin keskimäärin? Syitä voi lähteä etsimään aivan konkreettisista asioista, kuten ilmanvaihdosta tai jopa homeesta. Syitä voi löytyä myös siitä, että jännitetään tai pelätään jotain luokkakaveria tai kenties opettajaa. Mikäli tällä osaluueella on selviä poikkeamia muuhun kouluun nähden, asia kannattaa selvittää huolella, sillä oireilu osoittaa jonkin asian olevan pielessä. On etsittävä oireilun syyt ja pyrittävä vaikuttamaan niihin.

Alakouluissa voidaan suhteellisen hyvin tarkasteltaessa kaikkia vastanneita oppilaita. Arvokkaan tiedon lähteillä ollaan silloin, kun tarkastellaan oman koulun ja siellä kunkin luokan vastauksia. Yksittäisten luokkien vastauksia tulisikin tarkastella suhteessa omaan kouluun ja koulun vastauksia suhteessa kaikkien muiden koulujen vastauksiin. Poikkeamat kertovat asioista, joista voidaan iloita ja asioista, joihin on syytä kiinnittää erityistä huomiota. Lisätietoa asioiden tilasta saa Hyvinvointiprofiilin kahdesta avoimesta kysymyksestä, joissa oppilaat kertovat, mikä koulussa on parasta ja mitä siellä olisi syytä parantaa. Kehitettäviä asioita on hyvä lähteä pohtimaan laaja-alaisesti kaikkien koulun aikuistoimijoiden, mutta myös oppilaiden ja vanhempien kanssa.

Lähteet

- Huebner ES. 1991. Further validation of the Students' Life Satisfaction Scale: The independence of satisfaction and affect ratings. *Journal of Psychoeducational Assessment* 94, 363–368.
- Hyvinvointiprofili. (2009). Saatavissa <http://www2.edu.fi/hyvinvointiprofili>. Luettu 14.9.2009.
- Konu A. 2002. *Oppilaiden hyvinvointi koulussa*. Acta Universitatis Tampereensis 887. Tampereen yliopisto. Saatavissa <http://acta.uta.fi/teos.php?id=7159>. Luettu 20.1.2010.
- Konu AI & Rimpelä M. 2002. Well-being in Schools – a conceptual model, *Health Promotion International* 17, 79–87.
- Konu AI, Lintonen TP & Rimpelä M. 2002a. Factors associated with schoolchildren's general subjective well-being. *Health Education Research* 17, 155–165.
- Konu AI, Alanen E, Lintonen TP & Rimpelä M. 2002b. Factor structure of the School Well-being Model, *Health Education Research* 17, 732–742.
- Konu A & Lintonen T. 2006a. "Theory-based survey analysis of well-being in secondary schools in Finland", *Health Promotion International* 21, 27–36.
- Konu A & Lintonen T. 2006b. "School well-being in Grades 4-12", *Health Education Research*, 21(5), 633–642.
- Lintonen T & Konu A. 2006. "The Well-being Profile – An Internet tool for school health promotion", *Promotion & Education* 8, 230–235.
- Kiva Koulu hanke*. 2009. Saatavissa <http://www.kivakoulu.fi>. Luettu 14.9.2009.
- Koulun hyvinvointiprofili 2004–2005, 2005–2006, 2006–2007, 2007–2008, 2008–2009 : alaluokat 4–6* [koodikirja]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [tuottaja ja jakaja], 2008 ja 2009.
- Raphael D, Rukholm E, Brown, Hill-Bailey P & Donato E. 1996. The Quality of Life Profile - Adolescent Version: Background, Description, and Initial Validation. *Journal of Adolescent Health* 19, 366–375.
- Seligson JL, Huebner ES & Valois RF. 2005. An investigation of a brief life satisfaction scale with elementary school children. *Social Indicators Research* 73, 355–374
- Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. 2009. Saatavissa <http://www.fsd.uta.fi/>. Luettu 26.8.2009.
- WHO. 2003. *Creating an Environment for Emotional and Social Well-Being. An important responsibility of a Health-Promoting and Child Friendly School*. Information Series on School Health. Document 10. Geneva.
- WHO. 2009. Global school-based student health survey (GSHS). Saatavissa <http://www.who.int/chp/gshs/en/index.html>. Luettu 28.8.2009.