

**KOULUHYVINVOINNIN YHTEYS NUORTEN HUOLIIN SIIRRYTTÄESSÄ
ALAKOULUSTA YLÄKOULUUN – ITSETUNTO, SUKUPUOLI JA KOU-
LUTYYPPI YHTEYTTÄ MUUNTAVINA TEKIJÖINÄ**

Bettina Nissén
Pro gradu –tutkielma
Psykologian laitos
Jyväskylän yliopisto
Toukokuu 2017

NISSÉN, BETTINA: Kouluhyvinvoinnin yhteys nuorten huoliin siirryttäessä alakoulusta yläkouluun – Itsetunto, sukupuoli ja koulutyypin yhteys muuntavina tekijöinä

Pro gradu -tutkielma, 35 s.

Ohjaaja: Riikka Hirvonen

Psykologia

Toukokuu 2017

Tämä tutkimus on osa Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksella toteutettua TIKAPUU - tutkimushanketta, jonka tavoitteena on tunnistaa tekijöitä, jotka edistävät oppimista, kouluhyvinvointia sekä onnistunutta siirtymää alakoulusta yläkouluun. Tämän osatutkimuksen tavoitteena oli selvittää kouluhyvinvoinnin yhteyttä nuorten huoliin siirryttäessä alakoulusta yläkouluun. Kouluhyvinvointia tutkittiin nuorten kokemana kouluviihtyvyytenä sekä koulustressin puuttumisena. Yläkouluun liittyviä huoliaan nuoret saivat raportoida vapaasti, jonka jälkeen huolet luokiteltiin sisältöjen perusteella huoliluokkiin. Kouluviihtyvyyden ja koulustressin yhteyttä selvitettiin sekä huolten kokonaismäärään että erityyppisiin huoliin liittyen. Lisäksi haluttiin selvittää, muuntavatko itsetunto, sukupuoli ja koulutyypin kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä. Tutkimuksen aineisto kerättiin kyselylomakkeilla nuorilta (n=838) kuudennen luokan keväällä. Tällöin huolten yläkoulusta voi olettaa olevan ajankohtaisimmillaan yläkoulun alkaessa seuraavana syksynä. Tulokset osoittivat kouluviihtyvyyden olevan positiivisesti yhteydessä huolten kokonaismäärään, kavereihin liittyviin huoliin sekä koulumatkoihin ja myöhästymisiin liittyviin huoliin. Mitä paremmin nuori siis alakoulussa viihtyi, sitä enemmän hänellä oli huolia kokonaisuudessaan sekä huolia kavereista, koulumatkasta ja myöhästymisistä liittyen yläkouluun siirtymiseen. Koulustressillä havaittiin olevan positiivinen yhteys nuoreen itseensä liittyviin huoliin, kuten esimerkiksi huoliin omasta jaksamisestaan ja omista ominaisuuksistaan. Mitä enemmän nuori siis koki alakoulussa koulustressiä, sitä enemmän hän ilmaisi huolia itsestään siirryttäessä yläkouluun. Sukupuolen ja koulutyypin havaittiin myös muuntavan koulustressin ja itseen liittyvien huolten välistä yhteyttä. Tyttöillä runsaampi koulustressi oli vahvasti yhteydessä suurempaan määrään itseen liittyviä huolia, kun taas pojilla vastaava yhteyttä ei löytynyt. Niillä nuorilla, jotka siirtyivät alakoulusta yläkouluun saman koulun sisällä, runsaampi koulustressi oli vahvasti yhteydessä suurempaan määrään itseen liittyviä huolia. Myös koulua vaihtaneilla oppilailta näkyi vastaavanlainen yhteys, mutta heikompana. Tulokset viittaavat siihen, että kouluhyvinvointi on yhteydessä nuorten huoliin siirryttäessä alakoulusta yläkouluun. Lisäksi tulokset osoittavat, että sukupuoli ja koulutyypin voivat vaikuttaa siihen, missä määrin koulustressi aiheuttaa nuorelle häneen itseensä liittyviä huolia. Huolet yläkoulusta voivat pahimmillaan johtaa muun muassa sopeutumisvaikeuksiin yläkoulussa, alentuneeseen itsetuntoon sekä masennukseen. Jotta välttyttäisiin huolten negatiivisilta seurauksilta, ja jotta siirtymä alakoulusta yläkouluun olisi mahdollisimman sujuva, tulisi nuorten kouluhyvinvointiin ennen yläkouluun siirtymistä kiinnittää tarpeeksi huomiota.

Avainsanat: koulusiirtymä, kouluhyvinvointi, kouluviihtyvyys, koulustressi, huolet yläkoulusta, itsetunto, sukupuoli, koulutyypin.

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ
Department of Psychology

NISSÉN, BETTINA: Associations between school well-being and worries about the transition from primary school to lower secondary school – Self-esteem, gender, and school type as moderators

Master's thesis, 35 pgs.

Supervisor: Riikka Hirvonen

Psychology

May 2017

This study is a part of the STAIRWAY study carried out at the Department of Psychology at the University of Jyväskylä. The aim of the STAIRWAY study is to broaden our understanding of the factors that promote learning, school well-being, and successful transition from primary school to lower secondary school. The aim of the present study was to investigate the associations between preadolescents' school well-being and worries about the transition from primary school to lower secondary school. School well-being was measured with preadolescents' self-reports of their school satisfaction and lack of school-related stress. Preadolescents reported their worries about lower secondary school freely in writing. Worries were then categorized into different groups based on the content of the worries. The moderating role of self-esteem, gender, and school type in the associations between school well-being and worries was also examined. Questionnaire data were collected from the preadolescents (N=838) during the spring of 6th grade. At this time, worries about lower secondary school are topical with lower secondary school starting in the forthcoming fall. Results showed that school satisfaction was positively associated with the total amount of worries and with the amount of worries related to friends, journey to school, and being late from school. The higher the preadolescent's school satisfaction was in primary school, the more worries he or she reported in relation to lower secondary school in general and in the categories related to friends, journey to school, and being late from school. The findings further showed that school-related stress was positively associated with preadolescents' worries about themselves, such as worries about coping and one's own characteristics. The more school-related stress the preadolescents experienced in primary school, the more self-related worries they had before the transition to lower secondary school. Furthermore, gender and school type were found to moderate the associations between school-related stress and preadolescents' worries about themselves. Among girls higher level of school related stress was strongly associated with larger amount of self-related worries. Among boys the association was not found. Preadolescents who stayed in the same school during the transition from primary school to lower secondary school experienced larger amount of self-related worries if the level of school related stress was higher. The same effect was not as strong with preadolescents that changed school during the transition from primary to lower secondary school. The results indicate that preadolescents' school well-being is associated with preadolescents' worries about the upcoming transition from primary school to lower secondary school. The results also suggest that gender and school type can moderate the effect that school related-stress has on self-related worries. Worries about lower secondary school can at worst cause amongst other things poorer school adjustment, lower self-esteem and depression. In order to make transition from primary to lower secondary school as smooth as possible and to avoid the negative consequences of worries preadolescents' school well-being should be paid enough attention to prior the transition.

Keywords: school transition, school well-being, school satisfaction, school-related stress, worries about lower secondary school, self-esteem, gender, school type.

SISÄLTÖ

JOHDANTO	1
Koulusiirtymä ja nuorten huolet siihen liittyen	2
Nuorten kouluhyvinvointi	6
Kouluhyvinvoinnin yhteys koulusiirtymään liittyviin huoliin	8
Itsetunto, sukupuoli ja koulutyyppi kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä muuntavina tekijöinä.....	11
Tutkimuskysymykset ja hypoteesit	14
MENETELMÄT	15
Tutkittavat	15
Mittarit ja muuttujat.....	16
Analyysimenetelmät	18
TULOKSET	18
Kuvailevat tiedot	19
Kouluhyvinvoinnin yhteydet koulusiirtymään liittyviin huoliin.....	21
Itsetunto, sukupuoli ja koulutyyppi kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä muuntavina tekijöinä.....	22
POHDINTA	24
LÄHTEET.....	32

JOHDANTO

Nuoruus on ihmiselle monella tapaa merkityksellistä aikaa, jolloin tapahtuu lukuisia muutoksia niin nuorena itsessään, kuin hänen ympäristössäänkin. Puberteetin tuomien muutosten lisäksi suomalainen nuori siirtyy 12–13 -vuotiaana alakoulusta yläkouluun. Siirtymä yläkouluun voi tapahtua yhtenäiskouluissa saman koulun sisällä tai erilliskouluissa uuteen kouluun. Tapahtui siirtymä yläkouluun sitten yhtenäis- tai erilliskoulussa, tuo se mukanaan lukuisia muutoksia. Muun muassa opettajien määrä kasvaa, tulee uusia kouluaineita, pidempiä koulupäiviä, erilaisia odotuksia käytökselle sekä usein myös muutoksia kaverisuhteissa. Siinä missä siirtyminen yläkouluun voi olla odotettu ja positiivinen tapahtuma, voi se myös ymmärrettävästi herättää hetkellisesti huomattavankin määrän stressiä, huolta ja ahdistusta nuorena (Zeedyk ym., 2003).

Huolet siirtymästä voivat olla parhaimmillaan lyhytikäisiä (McGee, Ward, Gibbons, & Harlow, 2003). Pahimmillaan ne voivat kuitenkin aiheuttaa kauaskantoisia negatiivisia seurauksia niin nuoren opiskeluun kuin hyvinvointiin (West, Sweeting, & Young, 2010; Zeedyk ym., 2003). Koulusiirtymään liittyvien huolten on havaittu olevan yhteydessä muun muassa heikentyneeseen yläkouluun sopeutumiseen (Duchesne, Ratelle, & Roy, 2012), alentuneeseen itsetuntoon, masennuksen kokemiseen, antisosiaaliseen käytökseen, heikompaan koulumenestykseen (West ym., 2010) sekä siihen, kokeeko nuori siirtymän positiivisesti vai negatiivisesti (Waters, Lester, & Cross, 2014). Myös toiveet ja odotukset yläkoulusta voivat vaikuttaa samoihin asioihin ja esimerkiksi positiivisten odotusten onkin havaittu olevan yhteydessä positiivisempaan siirtymän kokemukseen (Waters ym., 2014). Koska siirtymä alakoulusta yläkouluun on yksi haastavimmista koulusiirtymistä nuoren elämässä (Zeedyk ym., 2003), halutaan tässä tutkimuksessa kuitenkin keskittyä toiveiden sijasta ainoastaan koulusiirtymään liittyviin huoliin, sillä ne tutkitusti vaikuttavat nuoriin lukuisin negatiivisin tavoin, muodostaen näin riskitekijän nuoren hyvinvoinnille ja onnistuneelle koulusiirtymälle.

Jotta nuoria voitaisiin suojella koulusiirtymään liittyviltä huolilta ja niiden negatiivisilta seurauksilta, täytyy selvittää, mitkä tekijät ovat yhteydessä huolten ilmenemiseen. Aiemmat tutkimukset, joissa on selvitetty yläkouluun siirtymiseen liittyviin huoliin yhteydessä olevia tekijöitä, ovat tarkastelleet muun muassa perhetekijöiden, henkilökohtaisten tekijöiden tai yksittäisten kouluun liittyvien tekijöiden yhteyttä huoliin (mm. West, Sweeting, & Young, 2010; Duchesne, Ratelle, & Roy, 2012). Kokonaisvaltaisempaa tutkimusta kouluhyvinvoinnin yhteydestä koulusiirtymään liittyviin huoliin ei ole löydettävissä. Tämä on selkeä puute, sillä kouluhyvinvoinnin on havaittu olevan yhteydessä samoihin tekijöihin kuin koulusiirtymään liittyvien huoltenkin, esimerkiksi masennusoireiluun ja itsetuntoon (Rask, Åstedt-Kurki, Tarkka, & Laippala, 2002). Kouluhyvinvointi myös koos-

tuu osin niistä samoista tekijöistä, joista nuoret ovat ennen yläkouluun siirtymistä huolissaan (Konu & Rimpelä, 2002; Janhunen, 2013; Zeedyk ym., 2003). Kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä muuntavista tekijöistä on sitäkin vähemmän aiempaa tutkimustietoa.

Tämän tutkimuksen ensimmäinen tavoite olikin selvittää alakoulun kuudesluokkalaisten kouluhyvinvoinnin yhteyttä heidän huoliinsa liittyen yläkouluun siirtymiseen. Koska nuoret saivat raportoida huoliaan vapaasti, tuli tässä tutkimuksessa tarkasteltua sekä huolten määrää että sitä, mihin asioihin nuorten huolet liittyivät. Aiemmissä tutkimuksissa tarkastelu on usein keskittynyt ainoastaan tutkijan ennalta määrittämiin huolikategorioihin nuorten raportoidessa, ovatko he kokeneet tietynlaisia huolia vai eivät (esim. Sirsch, 2003; Rice, Frederickson, & Seymour, 2011; Duchesne ym., 2012). Tällöin nuorten koulusiirtymään liittyvistä huolista saatu tieto on ollut jossain määrin rajallista eikä tietoa huolten absoluuttisesta määrästä ole myöskään saatu selville. Tämän tutkimuksen toisena tavoitteena oli tutkia, muuntavatko itsetunto, sukupuoli ja koulutyypin kouluyhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä. Koska itsetunnolla, sukupuolella ja koulutyypillä on havaittu aiemmissä tutkimuksissa suuntaa antavia yhteyksiä niin kouluhyvinvointiin kuin koulusiirtymään liittyviin huoliinkin (mm. Rask ym., 2002; West ym., 2010; Samdal, Dür, & Freeman, 2004; Rice ym., 2011; Konu & Rimpelä, 2002; Savolainen, 2005), oli tarpeen tutkia myös niiden mahdolliset muuntavat vaikutukset kouluhyvinvoinnin ja huolten välisessä yhteydessä.

Koulusiirtymä ja nuorten huolet siihen liittyen

Siirtymä alakoulusta yläkouluun on tärkeä elämäntapahtuma nuorille (Berndt & Mekos, 1995; Pratt & George, 2005). Tällöin heidän tuttu kouluympäristönsä muuttuu monin tavoin. Yläkoulussa opiskellaan uusia aineita, opiskelu voi muuttua kurssi- tai jaksomuotoiseksi, luokkakoot ovat todennäköisesti isompia, omaa kotiluokkaa ei ole, koulupäivät pitenevät, alakoulun tutun opettajan korvaa luokanvalvoja ja liuta uusia opettajia, vanhat luokkakaverit eivät välttämättä siirry samaan kouluun ja itse koulurakennuskin on todennäköisesti eri (Duchesne ym., 2012; Savolainen, 2005). Tämän lisäksi nuoren asema koulussa muuttuu. Alakoulun viimeisellä luokalla nuoret ovat koulun vanhimpia ja taitavimpia oppilaita omaten korkean aseman vertaisryhmässään, kun taas siirryttäessä yläkouluun, heistä tulee koulun nuorimpia ja matalamman aseman omaavia oppilaita (Hallinan & Hallinan, 1992). Vaikka tämä koulusiirtymä on isolle osalle nuorista positiivinen ja odotettu tapahtuma (Berndt & Mekos, 1995; Zeedyk ym., 2003), voi se myös herättää hetkellisesti stressiä, huolta ja jopa ahdistusta (Zeedyk ym., 2003). Siirtymää alakoulusta yläkouluun onkin pidetty yhtenä hanka-

limmista koulusiirtymistä nuoren elämässä (Zeedyk ym., 2003) ja siksi ei ole yllättävää, että osalla nuorista edessä siintävä koulusiirtymä aiheuttaa erinäisiä huolia.

Nuorten huolet liittyen alakoulusta yläkouluun siirtymiseen voidaan tutkimustiedon perusteella jaotella kolmeen luokkaan (Duchesne ym., 2012). Ensimmäiseen luokkaan kuuluvat huolet koulunkäynnistä, toiseen luokkaan huolet opettajista ja kolmanteen luokkaan huolet koskien ikätovereita. Näihin luokkiin kuuluvia huolia ovat esimerkiksi huolet kasvavasta työmäärästä (Zeedyk ym., 2003), uudesta koulurakennuksesta ja tiloista (Pratt & George, 2005), tunnilta myöhästymisestä (Akos & Galassi, 2004), suhteiden luomisesta opettajiin (Duchesne, Ratelle, Poitras, & Drouin, 2009), opettajien suuremmasta määrästä, uusien ystävyys-suhteiden löytämisestä ja vanhojen säilyttämisestä (Pratt & George, 2005) sekä kiusaamisesta (Zeedyk ym., 2003). Tutkimuksissa huolia on mainittu satunnaisesti myös näiden kolmen kategorian ulkopuolelta. Esimerkiksi koulumatkat, tavaroiden unohtelu, itsetunto sekä koulun ulkopuoliset tukiverkostot aiheuttavat nuorille myös huolta ennen yläkouluun siirtymistä (Zeedyk ym., 2003; Topping, 2011). Huomion arvoista on, että vaikka koulunkäyntiin liittyviä akateemisia huolia (esimerkiksi uudet oppiaineet ja koulussa suoriutuminen) mainitaan usein, kaikista yleisimmin nuorten huolet näyttävät liittyvän kiusaamiseen, kaverialuokkiin, koulussa eksymiseen sekä työmäärän hallintaan (Zeedyk ym., 2003).

Koulusiirtymään liittyvissä huolissa on havaittu joitain sukupuolten välisiä eroja, vaikkakaan ei johdonmukaisesti (mm. Pratt & George, 2005; Akos & Galassi, 2004; West ym., 2010). Joissain tutkimuksissa on saatu viitteitä siitä, että tytöt murehtivat poikia enemmän (esim. Rice ym., 2011; Waters ym., 2014; Duchesne ym., 2009). Tytöt näyttävät olevan poikiin verrattuna hiukan enemmän huolissaan suhteiden luomisesta opettajiin, ystävyys-suhteiden muuttumisesta sekä siitä, kykenevätkö he täyttämään opintoihin liittyvät vaatimukset yläkoulussa (Duchesne ym., 2009; Berndt & Mekos, 1995). Pojat ovat puolestaan tyttöjä enemmän huolissaan siitä, joutuvatko he vanhempien oppilaiden kiusaamiksi (Berndt & Mekos, 1995).

Huolten syntymisen suhteen on tunnistettu joitain tekijöitä, jotka altistavat nuoria koulusiirtymään liittyville huolille, tai ainakin ovat yhteydessä huolten ilmenemiseen. Tutkimuksissa esiin nousseet tekijät ovat kuitenkin yksittäisiä, eikä kokonaisvaltaista ja tyhjentävää selitystä huolten synnylle ole löydettävissä nykyisestä tutkimuskirjallisuudesta. Muun muassa Westin ym. (2010) tutkimuksessa selvitettiin, mitkä tekijät selittivät huolten ilmenemistä koulusiirtymän yhteydessä. Mielenkiintoisinta Westin ym. (2010) tuloksissa oli se, että he havaitsivat nuoreen itseensä liittyvillä ominaisuuksilla ja piirteillä olevan enemmän vaikutusta huolten ilmenemiseen kuin esimerkiksi sosiodemografisilla, kouluun liittyvillä tai perheeseen liittyvillä tekijöillä. Nuoret, joiden koulumestys oli heikompaa, jotka olivat ahdistuneempia, joita oli kiusattu, joilla oli heikko itsetunto tai jotka olivat huonommin valmistautuneita yläkouluun, raportoivat enemmän kouluun ja kavereihin

liittyviä huolia. Myös Duchesne ym. (2012) päättelivät nuoreen itseensä liittyvien tekijöiden lisäävän nuorilla koulusiirtymään liittyviä huolia. He perustivat väitteensä aiempaan tutkimukseen, jonka mukaan sosiaalisiin tilanteisiin liittyvä stressi on selkeästi yhteydessä sosiaaliseen minäkäsitykseen sekä masennusoireisiin (Wenz-Gross, Siperstein, Untch, & Widaman, 1997). Siksi on Duchesnen ym. (2012) mielestä todennäköistä, että oppilaat, joiden ihmissuhteet ovat huonoja, jotka ovat surullisia tai jotka omaavat heikon minäkäsityksen, ilmaisevat eniten stressiä ja tätä kautta myös huolia siitä, kykenevätkö he selviytymään uudesta sosiaalisesta ympäristöstä yläkoulussa. Huolten kokemiseen voivat vaikuttaa siis esimerkiksi nuoren sosiaaliset suhteet kotona ja koulussa, koulumenestys, subjektiivinen hyvinvointi, itsetunto sekä käytös koulussa. Osaan näistä tekijöistä palataan tarkemmin johdannon kappaleessa, joka käsittelee kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä.

Huolten aiheuttajiin verrattuna hiukan enemmän tutkimustietoa on löydettävissä huolten seurauksista. Koulusiirtymään liittyvät huolet ovat jo itsessään yhteydessä lukuisiin negatiivisiin seurauksiin. Duchesne ym. (2012) havaitsivat koulusiirtymän aikana nuorten kokemien huolten olevan yhteydessä myöhempään koulusopeutumiseen. Oppilaat, joilla oli huolia yläkoulun opiskeluun ja oppimiseen liittyvistä vaatimuksista sekä suhteiden luomisesta opettajiin ja ikätovereihin, olivat todennäköisemmin heikommin sopeutuneita yläkouluun siirtymän jälkeen. Sopeutumista tarkasteltiin sosiaalisena ja emotionaalisena sopeutumisena sekä sopeutumisena kotiläksyihin, tuntityöskentelyyn sekä kokeisiin Kyseisen tutkimuksen mukaan alakoulussa raportoidut huolet yläkouluun siirtymisestä vaikuttivat koulusopeutumiseen vielä kahdenkin vuoden kuluttua yläkoulun aloittamisesta.

Yksi selitys huolten ja heikomman koulusopeutumisen väliselle yhteydelle on Duchesnen ym. (2012) sekä Duchesnen ja Ratellen (2010) mukaan oppilaiden motivaatio. Osaa oppilaista saattaa koulussa motivoida lähinnä epäonnistumisesta johtuvien seurausten välttäminen sekä suotavan sosiaalisen kuvan ylläpitäminen. Tällainen motivaatio johtaa usein huoliin omasta menestymisestä yläkoulussa. Tilanteissa, joissa nuori odottaa epäonnistuvansa, huolet ja ahdistus saattavat ajaa nuoren käyttämään välttämiskäyttäytymistä suojautuakseen epäonnistumiselta ja muiden negatiiviselta arvostelulta. Välttämiskäyttäytyminen voi puolestaan johtaa sopeutumisvaikeuksiin yläkoulussa. Sopeutumisvaikeudet sekä tunne siitä, ettei kuulu yläkouluun, voivat vuorostaan aiheuttaa seurauksia nuoren hyvinvoinnille. Näiden tuntemusten on havaittu olevan yhteydessä niin mielenterveyteen kuin emotionaaliseen hyvinvointiinkin. Tunne kouluun kuulumattomuudesta on positiivisesti yhteydessä muun muassa masennukseen, ahdistukseen, stressiin, emotionaalisiin ongelmiin, käytöshäiriöihin, hyperaktiivisuuteen, ongelmiin kavereiden kanssa, heikompiin kouluarvosanoihin, vähäisempään koulumotivaatioon, riskikäyttäytymiseen sekä epäsosiaaliseen käytökseen (Lester & Cross, 2015,

OECD, 2017). Sanomattakin on selvää, että nämä tekijät voivat puolestaan jatkaa negatiivisten seurausten sarjaa.

Huolet yläkouluun siirtymisestä ovat koulusopeutumisen lisäksi yläkoulussa yhteydessä myös nuoren itsetuntoon, masennuksen kokemiseen, antisosiaaliseen käytökseen sekä koulumenestykseen (West ym., 2010; Lord, Eccles, & McCarthy, 1994). Westin ym. (2010) laajassa (n > 2000) tutkimuksessa kouluun ja kavereihin liittyvät huolet yläkouluun siirtymiseen liittyen olivat yhteydessä alentuneeseen itsetuntoon sekä suurempaan masennusoireilun todennäköisyyteen yläkoulussa sekä 13- että 15-vuotiailla. Tämän lisäksi kouluun liittyvät huolet olivat yhteydessä heikompiin arvosanoihin yläkoulussa. Huolilla oli myös monimutkaisempi yhteys antisosiaaliseen käytökseen siten, että kouluun liittyvät huolet lisäsivät antisosiaalista käytöstä yläkoulussa, kun taas kaverihuolet puolestaan vähensivät antisosiaalista käytöstä. Westin ym. (2010) tuloksia tarkasteltaessa tulee kuitenkin ottaa huomioon, että nuorten huolia siirtymään liittyen selvitettiin retrospektiivisesti vasta siirtymän jälkeen, jolloin on mahdollista, ettei enää tavoitettu täysin totuudenmukaista kuvaa nuorten siirtymää edeltävistä tuntemuksista. Tutkimus osoittaa kuitenkin hyvin sen, etteivät koulusiirtymään liittyvien huolten aiheuttamat seuraukset aina hälväneet hetkessä, vaan voivat vaikuttaa pitkälläkin aikavälillä nuoren hyvinvointiin ja oppimiseen. Myös Lord ym. (1994) havaitsivat tutkimuksessaan, että nuorten huolet matematiikasta, koulutehtävistä sekä sosiaalisesta hyväksynnästä olivat yhteydessä alentuneeseen itsetuntoon yläkoulussa.

Huolilla siirtymästä on myös havaittu suora yhteys siirtymän kokemiseen negatiivisena tai positiivisena. Watersin ym. (2014) tutkimuksessa nuoret, jotka odottivat siirtymän yläkouluun olevan huono asia, nimesivät enemmän huolenaiheita. Nuoret, joilla oli lukumäärällisesti enemmän eri asioihin liittyviä huolia koskien koulusiirtymää, kokivatkin siirtymän huonona. Nuoret, jotka puolestaan odottivat helppoa siirtymää, nimesivät enemmän asioita, joita odottivat yläkoulussa. Nämä nuoret, joilla oli positiiviset odotukset siirtymästä, kokivat kolme kertaa todennäköisemmin positiivisen siirtymän. Myös Watersin ym. (2014) tutkimuksessa huolia ja toiveita siirtymään liittyen selvitettiin kuitenkin vasta siirtymän jälkeen. Waters ym. (2014) selittivät yhteyttä huolten ja siirtymän kokemisen välillä lyhyesti optimistisella ajattelulla, joka linkittää yhteen positiiviset ajatukset ja toivotummat seuraukset.

Tarkasteltaessa koulusiirtymään liittyvien huolten aiempaa tutkimusta nousee esille monia puutteita. Tutkimuksissa, joissa on ainoastaan selvitetty, millaisia huolia nuoret kokevat siirtymän aikana, ovat nuoret saaneet raportoida huoliaan vapaammin (esim. Zeedyk ym., 2003). Kun on puolestaan tutkittu, mitkä tekijät ovat yhteydessä koulusiirtymään liittyviin huoliin, on nuorten huolia selvitetty paljon rajatummin. Usein nuoria on pyydetty vastaamaan, onko heillä tutkijan kiinnostuksen kohteena olevia huolia vai ei (esim. Duchesne ym., 2009; Duchesne ym., 2012; Rice ym., 2011).

Tällöin kysytyt huolet ovat rajoittuneet ainoastaan tietynlaisiin huoliin, usein sosiaalisiin sekä koulussa pärjäämiseen liittyviin huoliin (esim. Pratt & George, 2005; Sirsch, 2003; Cillessen & Mayeux, 2007). Koska nuorten huolet siirtymästä liittyvät kuitenkin lukuisiin eri asioihin (Zeedyk ym., 2003), voi iso osa huolista jäädä tällöin pimentoon ja tuloksista tulla rajallisia. Lisäksi ongelman voi myös muodostaa jo aiemmin yllä kuvattu tilanne, jossa nuorten huolia koulusiirtymästä selvitetään vasta siirtymän jälkeen. Tällöin ollaan enemmänkin muistin kuin todellisen kokemuksen varassa. Tässä tutkimuksessa kyettiin välttymään kaikilta yllä mainituilta ongelmilta. Nuoret saivat itse kertoa huolistaan kuudennen luokan keväällä vain kuukausia ennen siirtymää, jolloin huolten yläkouluun siirtymisestä voidaan olettaa olevan ajankohtaisia. Tutkimuksessa nuorten huolia ei myöskään selvitetty ennalta määrättyjen huoliluokkien pohjalta, vaan nuoret saivat raportoida huoliaan vapaasti mihin tahansa koulusiirtymän aspektiin liittyen.

Nuorten kouluhyvinvointi

Nuoret viettävät koulussa huomattavan osan ajastaan monien vuosien ajan. Tänä aikana nuoret rakentavat merkityksellisiä ihmissuhteita sekä valmistautuvat yhteiskuntaa ja elämää varten lukuisin eri tavoin (Haapasalo, Välimaa, & Kannas, 2010). Koulu siis muodostaa nuorille tärkeän kasvuympäristön ja kehitysyhteisön (Kämppi ym., 2008), joka vaikuttaa laajalti myös nuorten hyvinvointiin. Koulu vaikuttaa niin nuoren itsetuntoon, käsityksiin itsestä kuin terveyskäyttäytymiseenkin, ja tätä kautta nuoren raportoimaan yleiseen terveyteen sekä elämään tyytyväisyyteen (Ravens-Sieberer, Kökönyei, & Thomas, 2004; Samdal, Nutbeam, Wold, & Kannas, 1998). Koulun merkitys nuorelle ja hänen hyvinvoinnilleen on siis huomattava. Kouluhyvinvointi selittääkin parhaimmillaan jopa noin neljänneksen nuoren yleisestä hyvinvoinnista (Konu, 2002).

Laajasti tarkasteltuna kouluhyvinvointiin voidaan katsoa kuuluvaksi esimerkiksi koulun olosuhteet, sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttamisen mahdollisuudet sekä oppilaan terveydentilan (Konu & Rimpelä, 2002). Tässä tutkimuksessa kouluhyvinvointia haluttiin kuitenkin lähestyä enemmän nuoren subjektiivisesta näkökulmasta käsin, sillä myös kokemus huolista on hyvin subjektiivinen. Näin ollen tärkeiksi tekijöiksi muodostuivat nuoren kokema *kouluviihtyvyys* sekä *koulustressi*. Molemmat näistä ovat olennaisia rakennuspalikoita nuoren kouluhyvinvoinnissa ja rakentuvat erilaisista yksittäisistä kouluhyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä (Janhunen, 2013; Ravens-Sieberer ym., 2004; Noble, Wyatt, McGrath, Roffey, & Rowling, 2008). Tässä tutkimuksessa sekä kouluviihtyvyyden että koulustressin ajatellaan ikään kuin tiivistävän nuoren tuntemuksia lukuisista eri kouluhyvin-

voinnin osatekijöistä luoden näin kokonaisvaltaisempaa tunnetta kouluhyvinvoinnista tai pahoinvoinnista. Näin saadaan tarkasteltua nuoren kouluhyvinvointia hänen yksilöllisenä kokemuksenaan siitä, kuinka hyvin hän kaiken huomioon ottaen koulussa viihtyy ja toisaalta siitä, kuinka paljon koulu aiheuttaa hänelle stressiä.

Kuten jo edellä todettiin, on *kouluviihtyvyys* useiden tekijöiden summa. Se on myös pysyvyyden sijaan altis vaihteluille, jonka vuoksi sitä on hankala tarkasti määrittää (Kämppe ym., 2008). Kouluviihtyvyys voidaan kuitenkin nähdä kouluhyvinvoinnin alakäsitteenä tai jopa rinnakkaiskäsitteenä (Janhunen, 2013) ja sen katsotaankin usein rakentuvan samoista palasista kouluhyvinvoinnin kanssa. Kouluhyvinvointi ja tätä kautta kouluviihtyvyys rakentuu muun muassa kaverisuhteista, vertaisryhmästä, opettajista, koulun ilmapiiristä, työrauhasta, koulumatkoista ja -kuljetuksista sekä kodin tuesta (Janhunen, 2013). Janhusen (2013) mukaan kouluviihtyvyyden toteutuessa kouluelämänlaatu paranee ja tällöin myös kokemus kouluhyvinvoinnista mahdollistuu. Samdal ym. (1998) havaitsivat tutkimuksessaan, että kouluviihtyvyyttä selittivät kaikista eniten oppilaan kokemus siitä, että häntä kohdellaan reilusti, että hän on koulussa turvassa ja että opettaja tukee häntä. Samdalin (1998) määritelmän mukaan voidaan tiivistäen sanoa, että kouluviihtyvyys on nuoren subjektiivista hyvinvointia, joka rakentuu onnellisuudesta, tyytyväisyydestä kouluun sekä hyvinvoinnista koulussa.

Myös *koulustressille* on hankalaa löytää tarkkaa määritelmää. Vaikka stressistä yleisesti ottaen on löydettävissä paljonkin tutkimustietoa, on nimenomaan koulukontekstiin liittyvää stressiä tutkittu sitä vastoin vain vähän. Koulustressiä voidaan kuitenkin lähestyä yleisemmistä stressin määritelmistä käsin. Esimerkiksi transaktionaalisen stressiteorian (Lazarus & Folkman, 1984) mukaan stressiä syntyy, kun yksilö ja ympäristö eivät sovi yhteen. Näin ollen koulustressiäkään ei luultavasti synny yksittäisistä kouluun tai oppilaaseen liittyvistä tekijöistä johtuen, vaan kouluympäristön ja oppilaan yhteensopimattomuudesta. Jos nuoret eivät sopeudu kouluun tai he kokevat koulun vaatimusten säännöllisesti ylittävän heidän kapasiteettinsa, voikin seurauksena olla somaattista stressioireilua, esimerkiksi päänsärkyä ja mahakipua (Torsheim & Wold, 2001). Stressi voi somaattisen oireilun lisäksi aiheuttaa myös psyykkisiä oireita, kuten esimerkiksi ärtyneisyyttä, ahdistuneisuutta ja muistiongelmia, sekä ongelmia sosiaalisissa suhteissa, esimerkiksi perheongelmia ja eristäytymistä (Mattila, 2010). Tutkimustiedon perusteella kouluun liittyvää stressiä aiheuttavat pääosin koulutyön määrä, pelko koulussa epäonnistumisesta sekä sosiaaliset suhteet opettajiin, muihin oppilaisiin ja vanhempiin (Ravens-Sieberer ym., 2004; Scrimin, Mason, & Moscardino, 2014; Torsheim, Aaroe, & Wold, 2003; Murberg & Bru, 2007). Peruskoulussa tapahtuva siirtymä alakoulusta yläkouluun on itsessään myös huomionarvoinen stressitekijä monelle nuorelle (Murberg & Bru, 2007).

Sen lisäksi, että kouluviihtyvyys ja koulustressi ovat osa nuoren kouluhyvinvointia, vaikuttavat ne myös laajasti nuoren yleiseen hyvinvointiin niin fyysisesti kuin psyykkisestikin. Kouluviihty-

vyys on yhteydessä muun muassa nuoren elämänasenteeseen, masennusoireiluun, elämäniloon, itse-tuntoon, onnellisuuteen sekä tupakan ja alkoholin käyttöön (Rask ym., 2002; Samdal, Wold, Klepp & Kannas, 2000). Koulustressi on tutkimuksissa yhdistetty puolestaan esimerkiksi pääkipuun, mahakipuun, alakuloisuuteen, hermostuneisuuteen sekä nukahtamisvaikeuksiin (Natvig, Albrektsen, Anderssen, & Qvarnstrom, 1999). Kouluviihtyvyys ja koulustressi ovat myös yhteydessä toisiinsa siten, että heikkoa kouluviihtyvyyttä kokevat oppilaat ovat alttiimpia kokemaan koulustressiä (Samdal ym., 2004). Kouluviihtyvyyden ja koulustressin yhteydet hyvinvointiin, elämänasenteeseen ja elämäntapoihin ovat tämän tutkimuksen kannalta oleellisia, sillä nämä tekijät voivat osaltaan vaikuttaa siihen, millaisia huolia nuori elämässään kokee. Kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä käsitellään tarkemmin johdannon seuraavassa kappaleessa.

Tämän tutkimuksen kannalta mielenkiintoista on myös se, että kouluviihtyvyyden ja koulustressin kokemisessa on havaittu sukupuolten välisiä eroja. Tytöt viihtyvät koulussa poikia paremmin ja heidän kouluviihtyvyytensä selittää heidän yleistä elämään tyytyväisyyttään enemmän kuin pojilla (Samdal ym., 1998; Rask ym., 2002). Koulustressin osalta taas on havaittu, että Suomessa pojat kokevat nuorempana koulun stressaavammaksi kuin tytöt, kun taas 15-vuotiaiksi tultaessa tilanne kääntyy toisin päin tyttöjen ollessa stressaantuneempia (Samdal ym., 2004). Poikien ja tyttöjen koulustressi myös aiheutuu osin eri asioista tyttöjen murehtiessa koulussa suoriutumista ja poikien murehtiessa konflikteja vanhempien ja/tai opettajien kanssa (Murberg & Bru, 2004). Koska kouluviihtyvyydessä sekä koulustressissä ja tätä kautta kouluhyvinvoinnissa on sukupuolten välisiä eroja, on mahdollista, että myös kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten väliset yhteydet ovat erilaisia sukupuolten välillä. Tähän palataan johdannon viimeisessä kappaleessa.

Kouluhyvinvoinnin yhteys koulusiirtymään liittyviin huoliin

Kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välisestä yhteydestä on haastavaa löytää aiempaa tutkimustietoa. Ei ole löydettävissä tutkimusta, jossa olisi kattavasti käsitelty kouluhyvinvoinnin yhteyttä huoliin, vaan tutkimukset keskittyvät lähinnä yksittäisiin tekijöihin, joiden voidaan katsoa kuuluvan kouluhyvinvoinnin käsitteen alle. Tämänkään tutkimustiedon löytäminen ei ole täysin ongelmaton, sillä kuten niin monissa muissakin tutkimusaiheissa, on koulusiirtymään liittyvistä huolista puhuttu useilla eri termeillä. Ongelma ratkaistiin sisällyttämällä tähän katsaukseen tutkimuksia, joissa negatiivisiin odotuksiin yläkoulusta on viitattu huolten (*worries*) lisäksi myös

termein *concerns, negative perceptions, negative expectations, stressful/unpleasant aspects of transition, dislikes about school ja transition perceived as a threat.*

Yksi tutkimuksista, joka avaa kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä, on Sirschin (2003) tutkimus. Tutkimus selvitti sitä, kokivatko nuoret koulusiirtymän haasteena vai uhkana, sekä sitä, mitkä asiat ennustivat siirtymän kokemista haasteena tai uhkana. Teoreettisena pohjana Sirsch (2003) käytti tutkimuksessaan transaktionaalista stressiteoriaa (Lazarus & Folkman, 1984), jonka mukaan tilanteen kokeminen uhkana saa aikaan kokemuksen stressistä. Tilanteen kokeminen haasteena ei sen sijaan aiheuta stressiä, sillä tällöin yksilö ajattelee kykenevänsä haastavuudesta huolimatta hallitsemaan tilannetta. Tutkimuksessa käytetyistä termeistä ”haaste” ja ”uhka” uhalla viitataan siis negatiivisempaan käsitykseen siirtymästä, jolloin se tulee käsitteenä lähemmäksi tässä tutkimuksessa tutkittuja nuorten huolia. Tästä syystä Sirschin (2003) tuloksia raportoidaan vain koetun uhan osalta. Sirschin (2003) saamien tulosten mukaan siirtymän kokemista uhkana niin koulumenestyksen kannalta kuin sosiaalisestikin ennustivat nuoren pelko siitä, kuinka muut häneen reagoivat, runsas ujous sekä vähäinen yleinen itsearvostus. Siirtymän kokemista uhkana koulumenestykselle ennustivat lisäksi ahdistuneisuus koetilanteissa, heikko minäkäsitys matemaattisista kyvyistä, heikko pätevyys urheilussa sekä heikko pätevyys kouluaineissa yleisesti ottaen. Hiukan ristiriitaisesti myös hyvät arvosanat matematiikasta ennustivat siirtymän kokemista akateemisena uhkana. Tätä selitettiin Berndt’n ja Mekosin (1995) tavoin sillä, että nuori pelkää hyvien arvosanojensa tippuvan yläkouluun siirryttäessä. Siirtymän kokemista sosiaalisena uhkana ennusti puolestaan vähäinen sosiaalinen hyväksyntä. Tutkimuksen mukaan siis siirtymän kokemista uhkana ennustivat erityisesti henkilökohtaiset tekijät (sosiaalinen itsevarmuus ja hyväksyntä, ujous, itsetunnon ja minäkäsityksen eri aspektit, akateeminen pätevyys ja ahdistuneisuus koetilanteissa), eikä niinkään ympäristöön tai tilanteeseen liittyvät tekijät, joita Sirsch (2003) tutkimuksessaan myös selvitti (koulun ilmapiiri, kavereiden määrä, uuden koulun tuttuus ja osallistuminen yläkoulun valintaan).

Sirschin (2003) tavoin myös Cillessen ja Mayeux (2007) havaitsivat tutkimuksessaan sosiaalisten tekijöiden tärkeyden. Heidän tutkimuksensa osoitti, että mitä korkeampi asema nuorella oli vertaisryhmässään alakoulussa, sitä positiivisemmat odotukset hänellä oli sosiaalisesta pärjäämisestään ja koulumenestyksestään yläkoulussa. Nuoren asemaa vertaisryhmässä tutkittiin selvittämällä, kuinka suosittu nuori on ja kuinka mielellään muut viettävät aikaa hänen kanssaan. Myös Rice ym. (2011) havaitsivat, että ongelmat kaverisuhteissa alakoulussa olivat yhteydessä huoliin yläkouluun siirtymisestä. Tutkimustiedon valossa näyttäisi siis siltä, että sosiaalisten suhteiden laadulla olisi yhteys huoliin ja odotuksiin liittyen yläkouluun siirtymiseen. Kavereiden ja sosiaalisen verkoston omaaminen voi aikaansaada, että koulusiirtymä nähdään positiivisemmin (Berndt, 1989).

Myös sisäänpäin suuntautuneella oireilulla, erityisesti ahdistuksella ja masennuksella, on havaittu yhteys siirtymään liittyviin huoliin. Esimerkiksi Ricen ym. (2011) tutkimuksessa alakoululaisten ilmaiset huolet yläkouluun siirtymisestä olivat erittäin merkitsevästi yhteydessä masennusoireisiin, kouluun liittyvään ahdistukseen, yleiseen ahdistukseen sekä emotionaalisiin ongelmiin. Mitä enemmän edellä mainittuja oireita nuorella oli, sitä enemmän hänellä oli myös huolia yläkouluun siirtymisestä. Vastaavan yhteyden nuoren ahdistuksen ja masennuksen sekä yläkouluun siirtymiseen liittyvien huolten väliltä löysivät myös Duchesne ym. (2009). Heidän tutkimuksessaan huolet oli rajattu koskemaan koulumenestystä ja suhteiden muodostamista opettajiin. Huolten ja emotionaalisten ongelmien välisen yhteyden suunnasta ei ole täyttä selvyyttä, mutta esimerkiksi Duchesne ym. (2009) ehdottavat, että emotionaalisten ongelmien vuoksi nuorilla on heikentynyt kapasiteetti sopeutua isoihin muutoksiin (esimerkiksi koulusiirtymään), jolloin isot muutokset voivat aiheuttaa huolta.

Sisäänpäin suuntautuneiden oireiden lisäksi myös ulospäin suuntautuneilla oireilla on havaittu yhteys huoliin. Berndt'n ja Mekosin (1995) tutkimuksen mukaan oppilaat, joilla esiintyi enemmän huonoa käytöstä alakoulun viimeisellä luokalla, olivat vähemmän huolissaan siirtymisestä yläkouluun. Huonolla käytöksellä tarkoitettiin muun muassa epäkunnioittavaa puhetyyliä opettajia kohtaan sekä huomion keskittämistä muuhun kuin opetukseen. Yllättävää tulosta selitettiin sillä, että jos oppilaalla esiintyy koulussa huonoa käytöstä ja ongelmia, hän ei luultavasti juurikaan pidä alakoulusta ja odottaa innolla yläkouluun siirtymistä kuvitellen, että siellä asiat muuttuvat paremmiksi.

Edellä käsiteltyihin tutkimuksiin viitaten voidaan tiivistää, että ainakin sosiaalisella itsevarmuudella ja hyväksynnällä, ujoudella, itsearvostuksella, pätevyydellä kouluaineissa, ahdistuksella, masennuksella, emotionaalisilla ongelmilla sekä käytöksellä koulussa on yhteys huoliin liittyen yläkouluun siirtymiseen, siirtymän kokemiseen uhkana ja/tai nuoren odotuksiin siitä, kuinka hän tulee pärjäämään yläkoulussa. Näiden tekijöiden merkitystä on selitetty muun muassa sillä, että siirtymän aikana sosiaaliset roolit muuttuvat, jolloin nuoren voi olla tärkeää toimia ”oikealla” tavalla. Ulkonäköön ja sosiaaliseen käytökseen aletaan kiinnittää enemmän huomiota ja uusi, yleensä paljon suurempi sosiaalinen ympäristö yläkoulussa korostaa itsetunnon tärkeyttä ikätovereiden kanssa (Lord ym., 1994). Myös suhteet opettajiin muuttuvat opettajien ollessa etäisempiä (Eccles ym., 1993). Samaan aikaan koulumenestykselle asetetaan entistä enemmän painoarvoa (Lord ym., 1994). On luonnollista, että uudessa ja tuntemattomassa ympäristössä selviäminen aiheuttaa nuorelle huolta, erityisesti jos pärjääminen vanhassakin ympäristössä on jo haastavaa. Sirschin (2003) sekä Berndt'n ja Mekosin (1995) tutkimuksiin nojaten, myös poikkeuksellisen hyvä pärjääminen vanhassa ympäristössä voi aiheuttaa huolia uudesta ympäristöstä, sillä tällöin pelkona voi olla hyvin pärjäämisen päättyminen.

Tässä tutkimuksessa kouluhyvinvointia tutkittiin kouluviihtyvyytenä ja koulustressinä. Vaikkei aiempia tutkimustuloksia nimenomaan kouluviihtyvyyden tai koulustressin ja huolten väliltä ole löydettävissä, antavat yllä kuvaillut tulokset viitteitä siitä, että jokin yhteys näiden tekijöiden välillä on olemassa. Yllä kuvatut muuttujat, joiden yhteyttä huoliin tai odotuksiin yläkoulu koskien on tarkasteltu aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa, voidaan luokitella esimerkiksi sosiaalisiin suhteisiin, koulumenestykseen, oppilaan subjektiiviseen hyvinvointiin sekä käytökseen koulussa. Kaikkien näiden tekijöiden voidaan katsoa kuuluvan kouluhyvinvoinnin käsitteen alle (Konu & Rimpelä, 2002). Kaikkien näistä tekijöistä voidaan myös ajatella osaltaan rakentavan nuoren kokemusta kouluviihtyvyydestä ja koulustressistä. Aiemman tutkimuksen pohjalta voidaan siis rakentaa varovainen ajatus siitä, että kouluhyvinvoinnilla, toisin sanoen kouluviihtyvyydellä ja koulustressillä, olisi jonkinlainen yhteys huoliin, joita nuori kokee yläkouluun siirtymiseen liittyen.

Itsetunto, sukupuoli ja koulutyyppi kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä muuntavina tekijöinä

Itsetunnolle ei ole olemassa tarkkaa ja universaalia määritelmää, mutta sen katsotaan usein olevan osa minäkuvaa tai yksi minäkäsityksen ulottuvuuksista (Wells & Marwell, 1976). Se voi olla esimerkiksi yksilön kielteinen tai positiivinen asenne itseään kohtaan (Rosenberg, 1965) tai kuvata yksilön itsearvostusta sekä positiivisia tunteita itsestään (Baumeister, 1998). Tässä tutkimuksessa itsetunnolla tarkoitettiin nuoren positiivisia tai negatiivisia ajatuksia itsestään sekä kunnioitusta itseään kohtaan. Aiempaa tutkimustietoa itsetunnon muuntavasta vaikutuksesta kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välisessä yhteydessä ei ole löydettävissä. On kuitenkin mahdollista, että itsetunnolla olisi muuntava vaikutus yhteyteen, sillä itsetunnon on havaittu olevan yhteydessä niin kouluhyvinvointiin (Rask ym., 2002; Samdal ym., 2004; Konu, Rimpelä, & Lintonen, 2002; Konu & Rimpelä, 2002) kuin koulusiirtymään liittyviin huoliinkin (West ym., 2010).

Itsetunnon yhteyttä kouluhyvinvointiin ei ole tutkittu kokonaisvaltaisesti, mutta kouluhyvinvoinnin osa-alueisiin itsetunnon on havaittu olevan yhteydessä. Esimerkiksi tässä tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena olevan muuttujan, kouluviihtyvyyden, on havaittu korreloivan positiivisesti itsetunnon kanssa (Rask ym., 2002): mitä parempi kouluviihtyvyys, sitä vahvempi itsetunto. Samdalin ym. (2004) mukaan kouluun liittyvät sosiaaliset suhteet sekä akateemiset saavutukset ovat myös tärkeitä rakennuspalikoita nuoren itsetunnolle. Lisäksi Konun, Rimpelän ja Lintosen (2002) tutkimuksessa koulukontekstilla oli merkittävä vaikutus oppilaiden subjektiiviseen hyvinvointiin,

jonka yksi osatekijä oli nuoren itsetunto. Koulukontekstilla he tarkoittivat muun muassa sosiaalisia suhteita koulussa, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia sekä arvosanoja. Koulustressin yhteydestä itsetuntoon ei ole löydettävissä aiempaa tutkimustietoa. Tiedetään kuitenkin, että hyvä itsetunto voi auttaa selviämään yleisestä stressin kokemuksesta (Thoits, 1995; Dumont & Provost, 1999). On siis mahdollista, että itsetunto voisi toimia suojaavana tekijänä myös koulustressin suhteen.

Itsetunnon yhteys koulusiirtymään liittyviin huoliin on sitä vastoin tullut selkeästi esille esimerkiksi Westin ym. (2010) tutkimuksessa. Heidän tulostensa mukaan nuorten itsetunto korreloi erittäin merkittävästi kouluun ja ikätovereihin liittyviin huoliin siirryttäessä yläkouluun. Jos nuoren itsetunto oli heikko, oli hänellä enemmän koulusiirtymään liittyviä huolia.

Itsetunnon tason on myös havaittu lukuisissa tutkimuksissa muuttuvan nuoruudessa niin suomalaisten nuorten keskuudessa kuin kansainvälisestikin, vaikkakin tieto muutoksen suunnasta on ollut osin ristiriitaista (Keltikangas-Järvinen, 1990; Twenge & Campbell, 2001; Erol & Orth, 2011; von Soest, Wichstrøm, & Kvaalem ym., 2016). Vaikka itsetunnon muutoksesta nuoruuden aikana on ristiriitaista tietoa, on itsetunnon kuitenkin havaittu heikentyvän nimenomaan siirryttäessä alakoulusta yläkouluun (Wigfield, Eccles, Mac Iver, Reuman, & Midgley, 1991). Itsetunto näyttäisi siis olevan yksi oleellinen tekijä niin nuoruudessa kuin koulusiirtymässäkin, jolloin on entistä tarpeellisempaa tutkia, voisiko itsetunto myös muuntaa nuorten kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä. Erityisesti, kun itsetunnon yhteys kouluhyvinvointiin ja siirtymään liittyviin huoliin on myös jo aiemmin löydetty.

Tietoa sukupuolesta kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä muuntavana tekijänä ei itsetunnon tavoin ole myöskään löydettävissä. Sukupuolen yhteys niin kouluhyvinvointiin (Samdal ym., 1998; Rask ym., 2002; Samdal ym., 2004; Murberg & Bru, 2004) kuin koulusiirtymään liittyviin huoliinkin (Rice ym., 2011; Duchesne ym., 2009; Berndt & Mekos, 1995) on kuitenkin hyvin dokumentoitu. Nämä yhteydet on käsitelty laajemmin jo johdannon muissa kappaleissa, joten niitä ei koko laajuudessaan käsitellä enää tässä uudestaan. Tiivistäen voidaan kuitenkin kouluhyvinvoinnin ja sukupuolen välisestä yhteydestä sanoa, että tytöt näyttävät kokevan alakoulussa enemmän kouluviihtyvyyttä ja vähemmän koulustressiä poikiin verrattuna ja että sukupuolten kokema koulustressi aiheutuu osin eri asioista (Samdal ym., 1998; Rask ym., 2002; Samdal ym., 2004; Murberg & Bru, 2004). Huolten ja itsetunnon välisestä yhteydestä voidaan puolestaan sanoa, että vaikkakin tulokset ovat olleet osin ristiriitaisia, näyttävät tytöt omaavan poikia enemmän huolia yläkouluun siirtymisestä ja heidän huolensa juontavat juurensa eri asioista kuin pojilla (Rice ym., 2011; Duchesne ym., 2009; Berndt & Mekos, 1995). Koska sukupuoli on siis yhteydessä sekä kouluhyvinvointiin että huoliin yläkoulusta, on syytä tutkia, muuntaako se myös näiden välistä yhteyttä.

Myöskään kolmannen muuntavan tekijän, koulutyypin, vaikutuksesta kouluhyvinvoinnin ja kou-lusiirtymään liittyvien huolten väliseen yhteyteen ei ole aiempaa tutkimustietoa. Koulutyypin yh-teydestä kouluhyvinvointiin (Konu, Lintonen, & Autio, 2002) ja koulusiirtymään liittyviin huoliin (Rautiainen & Rissanen, 2016; Kääriäinen & Rikkinen, 1988) on kuitenkin löydettävissä suuntaa antavaa tutkimustietoa, jonka vuoksi myös muuntavan vaikutuksen mahdollisuus tulisi tutkia. Kou-lutyypillä tarkoitetaan tässä tutkimuksessa sitä, vaihtaako nuori koulua siirtyessään alakoulusta ylä-kouluun vai ei.

Koulutyypin ja nimenomaan kouluhyvinvoinnin välisestä yhteydestä ei ole löydettävissä tutki-mustietoa Suomesta tai maista, joissa koulujärjestelmä olisi vastaavanlainen. Konu, Lintonen ja Autio (2002) ovat kuitenkin tutkineet suomalaisten nuorten yleistä hyvinvointia ja havainneet, että vain yksi prosentti hyvinvoinnin vaihtelusta selittyi koulujen välisillä eroilla. Suurimman osan vaih-telusta selittivät yksilöiden väliset erot. Suomessa, jossa peruskoulujen väliset erot ovat pieniä, on siis myös koulun vaikutus oppilaiden yleiseen hyvinvointiin pientä. Tämä ei toki automaattisesti tarkoita, etteikö kouluhyvinvoinnissa voisi olla eroja niiden oppilaiden kohdalla, jotka tietävät py-syvänsä samassa yhtenäiskoulussa myös yläkouluun siirtyessään ja niiden kohdalla, jotka tietävät vaihtavansa koulua yläkouluun siirtyessään. Alatuvan ja Keltikangas-Järvisen (2007) mukaan kou-lun vaihtaminen saattaa heikentää oppilaan kokemaa kouluhyvinvointia.

Koulutyypin on sen sijaan huomattu vaikuttavan nuorten huoliin liittyen yläkouluun siirtymiseen (Rautiainen & Rissanen, 2016; Savolainen, 2005). Tämän tutkimuksen kanssa samasta aineistosta tehdyn Rautiaisen ja Rissasen (2016) kandidaatintutkielman mukaan koulua siirtymän yhteydessä vaihtaneilla oppilailla ilmeni enemmän huolia liittyen kouluun sekä sen puitteisiin, kavereihin, kiu-saamiseen sekä koulumatkoihin. Oppilaat, jotka pysyivät samassa koulussa, olivat puolestaan enemmän huolissaan koulunkäynnistä. Myös toinen kotimainen tutkimus löysi eroja erillis- ja yhte-näiskoululaisten väliltä, erilliskoululaisten ollessa yhtenäiskoululaisia enemmän huolissaan kiusaa-misesta ja ympäristön muutoksesta siirryttäessä yläkouluun (Savolainen, 2005).

Kääriäisen ja Rikkisen (1988) hiukan vanhempi kotimainen tutkimus on myös osoittanut, että oppilaat, jotka kävivät kuudennen luokan yläkoulun tiloissa, kokivat siirtymän yläkouluun hel-pommaksi, kuin ne oppilaat, jotka kävivät kuudennen luokan tavanomaisesti alakoulun tiloissa. Yläkoulussa kuudennen luokan käyneet oppilaat omasivat selkeämmän käsityksen muutoksista, joita yläkoulussa odottaa, sekä omista selviytymismahdollisuuksistaan tässä uudessa ympäristössä. He olivat myös hiukan sosiaalisesti rohkeampia, vähemmän jännittyneitä sekä kestivät paremmin paineita. On luonnollista, että siirtyminen vieraaseen kouluun ja ympäristöön voi aiheuttaa enem-män huolta verrattuna tilanteeseen, jossa yläkoulu on jo jossain määrin tuttu.

Koulutyypillä ei välttämättä ole suurta vaikutusta oppilaiden yleiseen hyvinvointiin (Konu, Lintonen, & Autio, 2002). Silti ei ole pois suljettua, etteikö koulutyypillä olisi vaikutusta kouluhyvinvointiin. Koska koulutyypillä on kuitenkin tutkitusti yhteys koulusiirtymään liittyviin huoliin (Rautiainen & Rissanen, 2016; Savolainen, 2005), on tarpeen selvittää, muuntaako koulutyyppi kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä.

Tutkimuskysymykset ja hypoteesit

Tämän tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena on selvittää, onko kouluhyvinvoinnilla (kouluviihtyvyydellä ja koulustressillä) yhteyttä siihen, kuinka paljon alakoulusta yläkouluun siirtymiseen liittyviä huolia kuudesluokkalaiset nuoret mainitsevat ennen siirtymää kaiken kaikkiaan, sekä siihen, kuinka paljon erityyppisiä huolia nuoret mainitsevat. Aiempaan tutkimustietoon (mm. Sirsch, 2003; Rice ym., 2011; Duchesne ym., 2009; Cillessen & Mayeux, 2007) perustuen oletetaan, että yhteys kouluhyvinvoinnin ja huolten välillä löytyy niin suhteessa huolten kokonaislukumäärään kuin siihenkin, kuinka paljon erityyppisiä huolia nuoret mainitsevat. Kouluviihtyvyyden ollessa heikkoa ja koulustressin runsasta, nuorten oletetaan ilmaisevan määrällisesti enemmän huolia liittyen yläkouluun siirtymiseen (*hypoteesi 1a*). Hypoteesia ei aseteta sen suhteen, mihin tiettyihin huoliluokkiin kouluviihtyvyys tai koulustressi voisivat olla vahvimmin yhteydessä, sillä tässä tutkimuksessa huolia tarkasteltiin huomattavasti laajemmin kuin aiemmissa tutkimuksissa. Vaihtoehtoisena hypoteesinä esitetään kuitenkin, että yhteys olisikin täysin päinvastainen, ja heikko kouluviihtyvyys sekä runsas koulustressi olisivatkin yhteydessä vähäisempään huolten määrään (*hypoteesi 1b*). Osassa tutkimuksista on nimittäin saatu hiukan ristiriitaisia tuloksia, joita on selitetty sillä, että itseasiassa alakoulussa hyvin viihtyvä ja pärjäävä nuori voisikin olla heikommin pärjääviä enemmän huolissaan yläkouluun siirtymisestä (Sirsch, 2003; Berndt & Mekos, 1995). Siirtyminen uuteen ympäristöön saatetaan nähdä uhkana hyvälle nykyiselle tilanteelle (Berndt & Mekos, 1995).

Tutkimuksen toisena tavoitteena on selvittää, onko kouluhyvinvoinnin (kouluviihtyvyyden ja koulustressin) ja alakoulusta yläkouluun siirtymiseen liittyvien huolten välinen yhteys erilainen riippuen nuoren itsetunnosta, sukupuolesta tai koulutyypistä. Aiempaan tutkimustietoon (Rask ym., 2002; West ym., 2010; Thoits, 1995; Dumont & Provost, 1999) pohjaten oletetaan, että kouluviihtyvyyden ollessa heikkoa ja koulustressin runsasta, ilmaisevat nuoret, joilla on heikompi itsetunto, enemmän huolia verrattuna nuoriin, joilla on vahvempi itsetunto (*hypoteesi 2a*).

Sukupuolella on tutkitusti vahva yhteys niin kouluhyvinvointiin kuin siirtymään liittyviin huoliinkin (mm. Samdal ym., 1998; Samdal ym., 2004; Rask ym., 2002). Aiempiin tutkimuksiin pohjaten oletetaan, että itsetunto myös muuntaa kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä siten, että erityisesti tytöillä heikko kouluviihtyvyys tai runsas koulustressi ovat yhteydessä suurempaan määrään huolia (*hypoteesi 2b*).

Aiemman tutkimuksen mukaan siirtymän alakoulusta yläkouluun on havaittu olevan sujuvampaa (Kääriäinen & Rikkinen, 1988) ja nuorten ilmaisevan vähemmän huolia siirtymästä (Rautiainen & Rissanen, 2016; Savolainen, 2005), jos he siirtyvät alakoulusta yläkouluun saman koulun sisällä. Tästä syystä oletetaan, että koulutyypin myös muuntaa kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä. Erilliskoululaisilla heikon kouluviihtyvyyden tai runsaan koulustressin oletetaan olevan yhteydessä suurempaan määrään huolia kuin yhtenäiskoululaisilla (*hypoteesi 2c*).

MENETELMÄT

Tutkittavat

Tämä tutkimus on osa laajempaa Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen tutkijoiden toteuttamaa TIKAPUU – Alakoulusta yläkouluun –tutkimushanketta (Ahonen & Kiuru, 2014-). TIKAPUU –tutkimushankkeen tavoitteena on tunnistaa tekijöitä, jotka tukevat nuorten siirtymää alakoulusta yläkouluun. Mielenkiinnon kohteena ovat muun muassa koulumotivaatio, sosiaaliset suhteet sekä hyvinvointi koulussa. Tutkimukseen on osallistunut kaiken kaikkiaan noin 850 nuorta sekä heidän vanhempiaan ja opettajiaan. Tietoa on kerätty pitkittäistutkimuksena vuosina 2014–2016 neljältä erillisen mittapisteeltä alkaen 6. luokan syksystä päättyen 7. luokan kevääseen. Niin nuorilta kuin heidän opettajilta ja vanhemmiltaan on pyydetty kirjallinen suostumus tutkimukseen osallistumiseen. Jyväskylän yliopiston eettinen toimikunta on katsonut, ettei tutkimus sisällä eettisiä ongelmia. Tutkimusta on rahoittanut Suomen Akatemia.

Tämä osatutkimus keskittyy aineistoon, joka on kerätty nuorilta toisella mittapisteellä 6. luokan keväällä. Tällöin huolten yläkouluun siirtymisestä voidaan olettaa olevan ajankohtaisia yläkoulun alkaessa seuraavana syksynä. Nuoret täyttivät kyselylomakkeita, joissa kysyttiin muun muassa motivaatioon, sosiaalisiin suhteisiin sekä hyvinvointiin liittyviä asioita. Vastaaminen kyselylomakkeisiin tapahtui ryhmätilanteessa koulussa oppituntien aikana. Tiedon keräys kesti noin kaksi oppituntia ja sen toteuttivat koulutetut tutkijat.

Tutkimuksessa mukana olleista luokista osa oli yhdysluokkia, jonka vuoksi aineistoa oli kuudesluokkalaisten lisäksi myös 30 viidesluokkalaiselta. Heidät päätettiin jättää tämän tutkimuksen otoksen ulkopuolelle, sillä yläkouluun siirtymisen tapahtuessa heidän kohdallaan vasta seuraavana vuonna, he eivät luultavasti olleet pohtineet siirtymää yhtä aktiivisesti kuin kuudesluokkalaiset. Tutkimuksen otoskooksi muodostui 838. Nuoria osallistui tutkimukseen 30 eri koulusta ja 57 eri luokalta. Otoksessa oli tyttöjä 454 (54.2 %) ja poikia 384 (45.8 %). Nuorten iän keskiarvo oli 12.8 vuotta vaihteluvälin ollessa 12.0–14.3 vuotta. Nuorista suomea puhui äidinkielenään 96.2 % ja kaksikielisiä oli 1.9 %. Loput 1.7 % puhuivat äidinkielenään muuta kuin suomea. Tutkimukseen osallistuneista vanhemmista ammatillisen koulutuksen oli käynyt 35 % vanhemmista, opistotasaisen koulutuksen 20 % vanhemmista, ammattikorkeakoulun 14 % vanhemmista, yliopiston tai korkeakoulun 21 % vanhemmista ja yliopistollisen jatkotutkinnon oli suorittanut 3 % vanhemmista. Vanhemmista vain noin 3 % oli ilman ammatillista koulutusta, vastaavan luvun ollessa muun väestön keskuudessa 30–49 –vuotiailla noin 15 % (Suomen virallinen tilasto, 2015). Nuorten vanhemmilla siis oli muuta väestöä todennäköisemmin ammatillinen koulutus, mutta pääpiirteiltään vanhempien koulutustaustan voidaan katsoa olevan edustava otos koko väestöstä.

Mittarit ja muuttujat

Kouluhuvinvointia mitattiin tässä tutkimuksessa kouluviihtyvyytenä ja koulustressinä nuoren kokemanä. Käytetty mittari pohjaa World Health Organization:n (WHO) toteuttamaan Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) -tutkimukseen (Currie ym., 2012). HBSC -tutkimuksen pohjalta muokattu itsearviointilomake sisälsi yhteensä kymmenen kysymystä, joista kuusi mittasi kouluvihtyvyyttä ja neljä koulustressiä. Koettua kouluvihtyvyyttä selvitettiin esimerkiksi väittämällä ”Pidän koulussa olemisesta” ja koulustressiä väittämällä ”Kouluasiat vaivaavat minua vapaa-ajallakin”. Nuoret arvioivat väittämien sopivuutta itseensä 5 -portaisella Likert-asteikolla, jossa 1 tarkoitti ”Täysin eri mieltä” ja 5 puolestaan ”Täysin samaa mieltä”. Keskiarvomuuttujien muodostamiseksi tarvittavat kysymykset käännettiin, jonka jälkeen sekä kouluvihtyvyydelle että koulustressille muodostettiin omat keskiarvomuuttujansa, joilla varsinaiset analyysit suoritettiin. Kouluvihtyvyyden keskiarvomuuttujan reliabiliteetti oli Cronbachin alfalla tarkasteltuna $\alpha = .88$. Koulustressin keskiarvomuuttujan reliabiliteetti oli vastaavasti $\alpha = .76$. Kouluvihtyvyyden kohdalla suurempi arvo kertoi paremmasta kouluvihtyvyydestä ja koulustressin kohdalla suuremmasta määrästä koulustressiä.

Siirtymään liittyviä huolia kysyttiin nuorilta avoimella kysymyksellä. Kysymys oli osa laajempaa kyselyä, jossa selvitettiin huolten lisäksi muun muassa koulumotivaatiota, sosiaalisia suhteita, yleistä hyvinvointia sekä toiveita koulusiirtymään liittyen. Edessä siintävään koulusiirtymään liittyviä huolia pyydettiin kirjoittamaan ohjeistuksella: “Huolet ja pelot yläkouluun siirtymisen suhteen: Kirjoita alla oleville riveille tärkeysjärjestyksessä enintään neljä huoltasi tai pelkoasi.” Lomakkeessa oli tilaa neljälle eri vastaukselle, mutta kolme nuorista oli maininnut useammankin huolen. Kysymys pohjaa Littlen (1983) kehittämään henkilökohtaisten tavoitteiden ja huolten kyselyyn, jota muokattiin koskemaan siirtymää alakoulusta yläkouluun.

Nuorten mainitsemat huolet luokiteltiin Rautiaisen ja Rissasen (2016) luomia kategorioita käyttäen pääluokkiin ja alaluokkiin. Pääluokkia oli yhteensä kymmenen: *koulu* (esim. koulun tilat ja koulussa liikkuminen), *koulunkäynti* (esim. oppiminen ja tietyt oppiaineet), *kaverit* (esim. uudet kaverit ja yksin jääminen), *muut sosiaaliset suhteet* (esim. koulun muut oppilaat ja opettajat), *kiusaamistilanteet* (esim. kiusaaminen ja ilkivalta), *koulumatka ja myöhästymisen* (esim. bussimatkat ja myöhästely), *itseensä liittyvät* (esim. oma hyvinvointi ja itsenäistyminen), *päihhteet* (päihhteiden käyttö ja niiden käyttäjät), *muut* (muut huolenaiheet, esim. luokkaretki ja mokupäivä) ja *ei ole* (nuori ilmaisi, ettei ole huolissaan, tai jätti kohdan tyhjäksi). Kun huolet olivat jaettu pääluokkiin, jaettiin ne tämän jälkeen isoimpien pääluokkien kohdalla vielä alaluokkiin. Esimerkiksi kouluun liittyvät huolet jakautuivat alaluokkiin koulun tilat ja puitteet, koulussa liikkuminen/eksyminen, tietty koulu/luokka, kouluruoka/ruokailu ja yleinen koulussa viihtyminen. Tässä tutkimuksessa käytettiin kuitenkin ainoastaan huolten pääluokkia, jonka vuoksi alaluokkia ei tämän tarkemmin kuvailla.

Huolten luokittelun jälkeen muodostettiin vielä muuttujat, jotka kertoivat, kuinka monta kuhunkin huoliluokkaan kuuluvaa huolta nuori oli maininnut. Huoliluokkiin perustuen muodostui siis kymmenen muuttujaa, joissa jokainen tutkittava sai arvon 0–4. Esimerkiksi kouluhuolet muuttujan arvo 2 kertoi nuoren maininneen kaksi huolta, jotka liittyivät pääluokkaan koulu. Lisäksi muodostettiin muuttuja, joka kertoi, kuinka monta huolta nuori oli maininnut kaiken kaikkiaan. Myös tämän muuttujan arvot vaihtelivat välillä 0–4. Muuttujan arvo 0 kertoi, ettei nuorella ollut koulusiirtymään liittyviä huolia, tai ettei hän ainakaan ollut raportoinut niitä. Muuttujan arvo 4 kertoi puolestaan, että nuori raportoi kokonaisuudessaan neljä koulusiirtymään liittyvää huolta. Aineistossa oli kolme nuorta, jotka mainitsivat useamman kuin neljä huolta, mutta tilastollisia analyyseja varten heidät sisällytettiin neljä huolta maininneiden ryhmään.

Itsetuntoa mitattiin Rosenbergin (1989) itsetuntomittarin lyhennetyllä versiolla (Rosenberg Self-Esteem Scale, RSES). Rosenbergin itsetuntomittari on käytetyin itsetunnon itsearviointi (Isomaa, Väänänen, Fröjd, Kaltiala-Heino & Marttunen, 2013). Itsetuntoa mittaavia väittämiä oli yhteensä viisi, esimerkiksi ”Minulla on myönteinen käsitys itsestäni”. Nuoret arvioivat väittämien sopivuutta

itseensä 5 -portaisella Likert-asteikolla, jossa 1 tarkoitti ”Täysin eri mieltä” ja 5 puolestaan ”Täysin samaa mieltä”. Itsetuntoa mittaavista väittämistä tarvittavat käännettiin, jonka jälkeen muodostettiin keskiarvomuuttuja, jolla suoritettiin varsinaiset analyysit. Itsetunnon keskiarvomuuttujan reliabiliteetti oli Cronbachin alfalla mitattuna $\alpha = .80$. Muuttujan suurempi arvo kertoi vahvemmassa itsetunnosta.

Koulutyyppejä tarkasteltiin sen perusteella, vaihtuiko nuoren koulu 6. ja 7. luokan välissä. Muuttuja ei siis perustunut nuoren oletukseen siitä, vaihtaako hän koulua vai ei, vaan tietoon siitä, oliko nuori 7. luokalla eri koulussa kuin 6. luokalla. Mahdolliset vaihtoehdot olivat, että nuori pysyi samassa yhtenäiskoulussa, siirtyi erilliskoulusta toiseen, erilliskoulusta yhtenäiskouluun, yhtenäiskoulusta erilliskouluun tai yhtenäiskoulusta toiseen yhtenäiskouluun. Näin muodostettiin muuttuja, jonka arvo 0 kertoi nuoren pysyneen samassa koulussa ja arvo 1 nuoren vaihtaneen koulua siirtymän aikana.

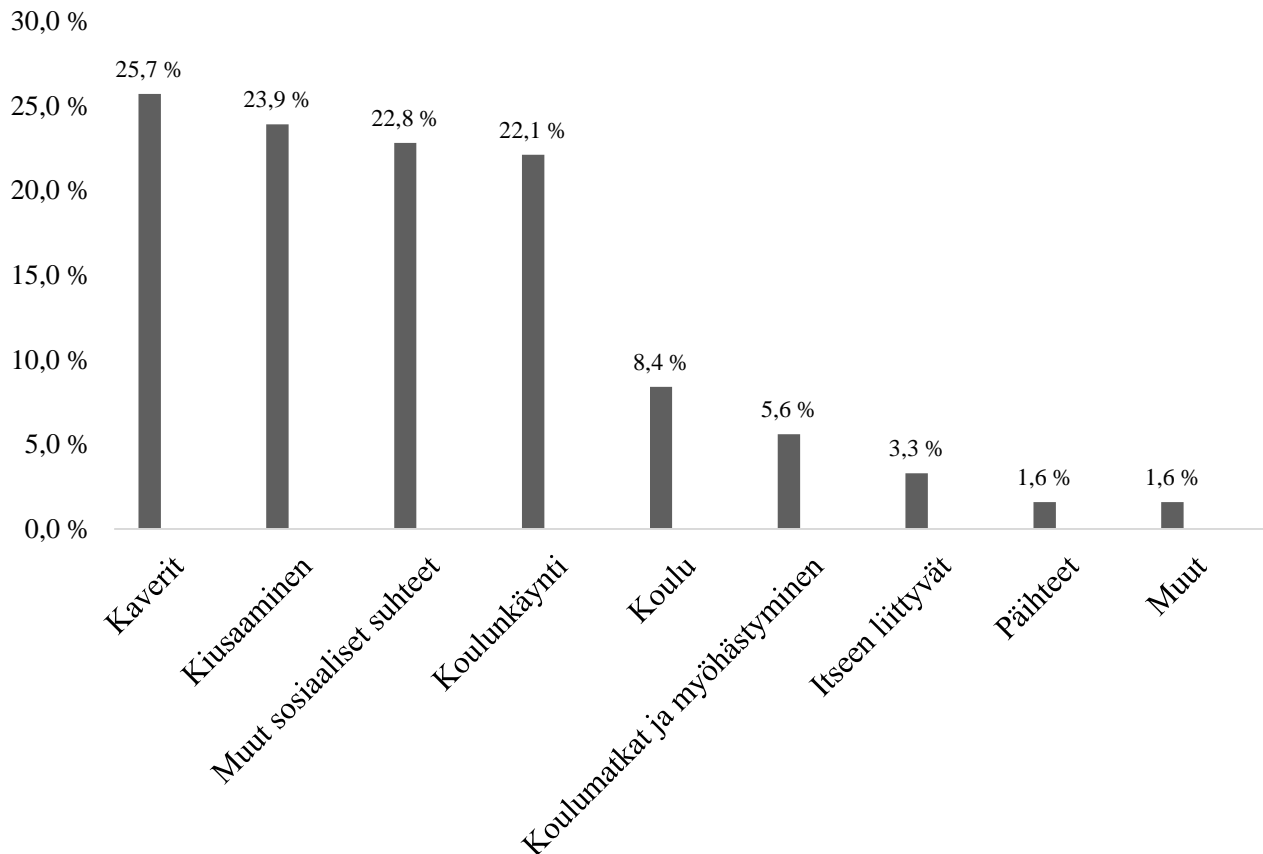
Analyysimenetelmät

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä oli tarkastella, onko kouluhyvinvoinnilla (kouluviihtyvyydellä ja koulustressillä) yhteyttä siihen, kuinka paljon huolia nuoret mainitsevat kokonaisuudessaan koskien yläkouluun siirtymistä, tai siihen, kuinka paljon erityyppisiä huolia nuoret mainitsevat. Koska huolten määrää kuvaavat muuttujat olivat järjestysasteikollisia, tutkittiin niiden yhteyttä kouluhyvinvointiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimella. Toisena tutkimuskysymyksenä oli selvittää, muuntavatko itsetunto, sukupuoli tai koulutyyppejä kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä. Koska vastemuuttujat eli nuorten huolten lukumäärät olivat järjestysasteikollisia, eikä oletus vastemuuttujien normaalijakautuneisuudesta täyttynyt, tarkasteltiin kysymystä Poisson-regressiolla. Selittäjinä regressiomalleissa olivat kouluhyvinvointimuuttujat (kouluviihtyvyys, koulustressi) sekä muuntavat tekijät (itsetunto, sukupuoli, koulutyyppejä) ja selitettävänä muuttujina huoliluokat. Kiinnostuksen kohteena olivat muuntavien tekijöiden yhdysvaikutukset kouluhyvinvointimuuttujien kanssa, kun vastemuuttujana olivat eri huoliluokat yksi kerrallaan. Jos yhdysvaikutuksia kouluhyvinvoinnin ja muuntavien muuttujien välillä löytyi, jaettiin aineisto mielenkiinnon kohteena olevan muuntavan muuttujan perusteella ryhmiin ja suoritettiin Poisson-regressioanalyysi uudestaan. Tutkimuksen aineisto analysoitiin käyttäen IBM SPSS Statistics 24 -ohjelmaa.

TULOKSET

Kuvailevat tiedot

Nuorista 34.5 % ei maininnut lainkaan huolia. Tähän sisältyvät sekä ne, jotka jättivät vastaamatta huolia koskevaan kysymykseen (27.5 %) että ne, jotka nimenomaan mainitsivat, etteivät omaa huolia (7 %). Huolia siis mainitsi 65.5 % nuorista ja yleisimmin huolet liittyivät kavereihin, kiusaamiseen, muihin sosiaalisiin suhteisiin sekä koulunkäyntiin. Muihin aiheisiin liittyvät huolet olivat harvinaisempia. Kuviosta 1 nähdään tarkemmin, kuinka suuri prosentuaalinen osuus kaikista tutkimuksen nuorista mainitsi olevansa huolissaan kuhunkin huoliluokkaan liittyvistä asioista. Kuviosta on jätetty pois huoliluokka ”ei ole huolia”, sillä se tuli jo käsiteltyä yllä.



KUVIO 1. Kuinka suuri prosentuaalinen osuus nuorista (n = 838) oli huolissaan kuhunkin huoliluokkaan liittyvistä asioista.

Tarkasteltaessa, kuinka monta huolta nuoret mainitsivat kuhunkin huoliluokkaan liittyen (arvot välillä 0–4), huomattiin, että arvot painottuivat vahvasti luokkiin 0 ja 1. Se, että nuori olisi maininnut kaksi huolta samaan kategoriaan liittyen, oli harvinaisempaa, ja kolmen tai neljän huolen mainitseminen samasta aiheesta oli todella harvinaista. Kolme tai neljä samaan kategoriaan liittyvää huolta oli mainittu ainoastaan huoliluokista ”koulunkäynti” ja ”kaverit”. Vastaavalla tavalla myös huolten kokonaismäärää kuvaavan muuttujan arvot painottuivat luokkiin 0, 1 ja 2.

Kouluviihtyvyyden, koulustressin ja itsetunnon keskiarvot, keskihajonnat sekä sukupuolten väliset erot on kuvattu taulukossa 1. Kaikkien muuttujien kohdalla arvot vaihtelivat välillä 1–5. Kaikkien näiden muuttujien kohdalla joukossa oli siis vastaajia, joilla keskiarvomuuttujan arvo oli tasan 1 tai 5. Kahden riippumattoman otoksen t-testi paljasti kaikissa näissä muuttujissa sukupuolieroja siten, että tytöt kokivat enemmän kouluviihtyvyyttä ja vähemmän koulustressiä, mutta toisaalta heidän itsetuntonsa oli heikompaa poikiin verrattuna. Kaikki sukupuolten väliset erot olivat tilastollisesti erittäin merkitseviä. Sukupuolierojen efektikoko oli kouluviihtyvyydessä keskimääräinen, koulustressissä ja itsetunnossa sen sijaan pieni.

TAULUKKO 1. Kouluviihtyvyyden, koulustressin ja itsetunnon keskiarvot ja keskihajonnat sekä sukupuolten välisten erojen merkitsevyydet.

Muuttuja	Kaikki (n = 838)		Tytöt (n = 454)		Pojat (n = 384)		t (df)	Cohen's d
	KA	KH	KA	KH	KA	KH		
Kouluviihtyvyys	3.72	0.78	3.92	0.68	3.48	0.81	8.45*** (741.48)	0.62
Koulustressi	2.43	0.76	2.33	0.73	2.56	0.77	-4.34*** (832)	0.30
Itsetunto	3.62	0.78	3.47	0.77	3.80	0.75	-6.26*** (827)	0.44

Huom. KA = keskiarvo; KH = keskihajonta

*** p < .001

Cohen's d = (2t) / (√df)

Koulutyypin jakaumatarkastelu osoitti, että 21.8 % nuorista siirtyi yläkouluun yhtenäiskoulussa pysyen näin samassa koulussa. Loput 78.2 % nuorista sitä vastoin vaihtoi koulua yläkouluun siirtyessään. Niiden nuorten välillä, jotka pysyivät samassa yhtenäiskoulussa ja jotka vaihtoivat uuteen kouluun yläkoulun aloittaessaan, ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja kouluviihtyvyydessä, koulustressissä tai itsetunnossa (p-arvot > .05).

Kouluhyvinvoinnin yhteydet koulusiirtymään liittyviin huoliin

Tämän tutkimuksen ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä oli selvittää, onko kouluhyvinvointi, eli kouluviihtyvyys ja koulustressi, yhteydessä koulusiirtymään liittyvien huolten kokonaismäärään tai siihen, kuinka paljon erityyppisiä huolia nuoret mainitsevat. Asiaa tutkittiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimella. Kouluviihtyvyyden sekä koulustressin korrelaatiot huolten kokonaismäärään sekä kaikkien eri huolityyppien määrään löytyy taulukosta 2. Kouluviihtyvyydellä havaittiin olevan positiivinen yhteys huolten kokonaismäärään. Mitä parempi nuoren kouluviihtyvyys oli, sitä enemmän hänellä oli alakoulusta yläkouluun siirtymiseen liittyviä huolia. Koulustressillä ei sen sijaan ollut yhteyttä huolten kokonaismäärään. Tutkittaessa kouluviihtyvyyden ja koulustressin yhteyttä siihen, kuinka paljon erityyppisiä huolia nuoret mainitsevat, havaittiin, että kouluviihtyvyydellä oli positiivinen yhteys nuoren kavereihin liittyviin huoliin sekä koulumatkoihin ja myöhästymiseen liittyviin huoliin. Mitä parempi kouluviihtyvyys nuorella oli, sitä enemmän hän ilmaisi huolia kavereista sekä koulumatkoista ja myöhästymisistä ennen yläkouluun siirtymistä. Koulustressi oli puolestaan positiivisesti yhteydessä nuoren omaan itseensä liittyviin huoliin. Mitä enemmän nuori siis koki koulustressiä, sitä enemmän hän ilmaisi itseensä liittyviä huolia ennen yläkouluun siirtymistä. Yllä kuvattujen lisäksi muita merkitseviä yhteyksiä ei löytynyt.

TAULUKKO 2. Kouluviihtyvyyden ja koulustressin korrelaatiot huolten kokonaismäärään sekä eri huolityyppien määrään.

	Kouluviihtyvyys	Koulustressi
Huolten kokonaislukumäärä	.072*	.057
Kavereihin liittyvät huolet	.088*	.001
Kiusaamiseen liittyvät huolet	-.017	.049
Muihin sosiaalisiin suhteisiin liittyvät huolet	.007	.021
Koulunkäyntiin liittyvät huolet	.066	.058
Kouluun liittyvät huolet	.056	.024
Koulumatkoihin ja myöhästymisiin liittyvät huolet	.078*	-.040
Itseen liittyvät huolet	-.066	.122***
Päihteisiin liittyvät huolet	.029	-.030
Muut huolet	-.013	-.048
Ei ole huolia	-.064	.015

Huom. * $p < .05$, *** $p < .001$

Itsetunto, sukupuoli ja koulutyyppi kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä muuntavina tekijöinä

Toisena tutkimuskysymyksenä oli selvittää, muuntavatko itsetunto, sukupuoli tai koulutyyppi kouluhyvinvoinnin ja huolten lukumäärän välistä yhteyttä. Asiaa tutkittiin Poisson-regressiolla. Analyysi suoritettiin erikseen jokaiselle neljälle muuttujaparille, joiden kohdalla edeltävässä tarkastelussa havaittiin tilastollisesti merkitsevä korrelaatio. Nämä muuttujaparit olivat kouluviihtyvyys – huolten kokonaislukumäärä, kouluviihtyvyys – kavereihin liittyvät huolet, kouluviihtyvyys – koulumatkoihin ja myöhästymiseen liittyvät huolet sekä koulustressi – itseen liittyvät huolet. Myös jokainen muuntava tekijä tutkittiin yksittäin kunkin muuttujaparin suhteen. Näin ollen tehtiin siis

yhteensä kaksitoista analyysia, joissa kouluviihtyvyys tai koulustressi sekä itsetunto, sukupuoli ja koulutyypin olivat selittäviä muuttujia ja nuorten huolet vastemuuttujia.

Kiinnostuksen kohteena olivat itsetunnon, sukupuolen ja koulutyypin yhdysvaikutukset kouluviihtyvyyden tai koulustressin kanssa, kun vastemuuttujana olivat eri huoliluokat yksi kerrallaan. Merkitseviä yhdysvaikutuksia löytyi ainoastaan koulustressin ja sukupuolen sekä koulutyypin välillä, kun itseen liittyvät huolet olivat vastemuuttujia. Sukupuolella (Wald Chi-Square 4.65, $df = 1$, $p < .05$, $\text{Exp}(B) = 2.95$) sekä koulutyypillä (Wald Chi-Square 4.74, $df = 1$, $p < .05$, $\text{Exp}(B) = 2.77$) oli koulustressin kanssa merkitsevä yhdysvaikutus nuoreen itseensä liittyviin huoliin.

Sukupuolta koskevan yhdysvaikutuksen tarkempaa tarkastelua varten aineisto jaettiin sukupuolen perusteella tyttöihin ja poikiin ja suoritettiin uusi Poisson-regressio, jossa koulustressi oli selittävänä muuttujana ja nuoren itseen liittyvät huolet vastemuuttujana. Tulokset (taulukko 3) osoittivat, että koulustressi oli vahvemmin yhteydessä itseä koskeviin huoliin tytöillä kuin pojilla. Koulustressi selitti tytöillä erittäin merkitsevästi heidän itseen liittyviä huolia, kun taas pojilla tällaista yhteyttä ei ollut. Kun koulustressi kasvoi yhden arvon, lisääntyivät tyttöjen itseensä liittyvät huolet nelinkertaisesti. Pojilla koulustressin kasvaminen ei vaikuttanut heidän itseensä liittyviin huoliin.

TAULUKKO 3. Koulustressin ja nuoren itseen liittyvien huolten määrän välinen yhteys sukupuolitain Poisson-regressiolla tarkasteltuna.

Sukupuoli	Selittävä muuttuja	Vastemuuttuja	Wald Chi-Square	df	Exp(B)
Tyttö	Koulustressi	Itseen liittyvät huolet	20.38***	1	4.04
Poika	Koulustressi	Itseen liittyvät huolet	0.64	1	1.37

Huom. *** $p < .001$

Vastaavalla tavalla aineisto jaettiin koulutyypin perusteella kahtia tarkempia tarkasteluja varten. Toisessa ryhmässä olivat yhtenäiskoululaiset eli siis nuoret, jotka olivat siirtyneet alakoulusta yläkouluun saman koulun sisällä. Toisessa ryhmässä olivat puolestaan erilliskoululaiset eli siis nuoret, jotka olivat vaihtaneet koulua yläkouluun siirtyessään. Taulukosta 4 huomataan, että koulustressin yhteys itseen liittyvien huolten määrään oli tilastollisesti erittäin merkitsevä yhtenäiskoululaisilla ja melkein merkitsevä erilliskoululaisilla. Kun koulustressi kasvoi yhden arvon, lisääntyi yhtenäiskou-

lulaisten itseen liittyvien huolten määrä lähes viisinkertaisesti. Myös erilliskoululaisilla itseen liittyvien huolten määrä kasvoi koulustressin määrän lisääntyessä, mutta maltillisemmin, vajaaksi kaksinkertaiseksi.

TAULUKKO 4. Koulustressin ja nuoren itseen liittyvien huolten määrän välinen yhteys koulutyyppin mukaan Poisson-regressiolla tarkasteltuna.

Koulutyyppi	Selittävä muuttuja	Vastemuuttuja	Wald Chi-Square	df	Exp(B)
Yhtenäiskoulu	Koulustressi	Itseen liittyvät huolet	18.33***	1	4.90
Erilliskoulu	Koulustressi	Itseen liittyvät huolet	4.04*	1	1.77

Huom. * $p < .05$, *** $p < .001$

POHDINTA

Tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli selvittää kouluhyvinvoinnin ja yläkouluun siirtymiseen liittyvien huolten välistä yhteyttä. Toisena tavoitteena oli tarkastella, muuntavatko itsetunto, sukupuoli ja koulutyyppi tätä yhteyttä. Tulokset osoittivat kouluhyvinvoinnin, eli kouluviihtyvyyden ja koulustressin, olevan yhteydessä siirtymään liittyvien huolten määrään. Mitä parempi nuoren kouluviihtyvyys oli, sitä enemmän hän ilmaisi huolia yläkouluun siirtymiseen liittyen kaiken kaikkiaan, sekä huolia liittyen kavereihin, koulumatkoihin ja myöhästymisiin. Mitä enemmän nuori puolestaan koki koulustressiä, sitä enemmän hän ilmaisi huolia itseensä liittyen. Tarkasteltaessa muuntavia tekijöitä havaittiin sekä sukupuolen että koulutyyppin muuntavan koulustressin ja itseen liittyvien huolten välistä yhteyttä. Tyttöillä suurempi määrä koulustressiä oli selkeästi yhteydessä suurempaan määrään itseen liittyviä huolia, kun taas pojilla vastaavaa yhteyttä ei löytynyt. Sekä erilliskoululaisilla että yhtenäiskoululaisilla suurempi määrä koulustressiä oli yhteydessä suurempaan määrään itseen liittyviä huolia, mutta yhtenäiskoululaisilla yhteys oli selkeästi vahvempi. Itsetunto ei muuntanut kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä.

Ensimmäisenä tarkastelun kohteena oli siis kouluhyvinvoinnin, eli kouluviihtyvyyden ja koulustressin, ja yläkouluun siirtymiseen liittyvien huolten välinen yhteys. Tulos paremman kouluviihtyvyyden yhteydestä suurempaan määrään huolia kokonaisuudessaan sekä suurempaan määrään huolia kavereista, koulumatkoista ja myöhästymisistä, oli vastahypoteesin (*hypoteesi 1b*) mukainen tulos. Tulos runsaamman koulustressin kokemisen yhteydestä suurempaan määrään itseen liittyviä huolia oli sitä vastoin alkuperäisen hypoteesin mukainen (*hypoteesi 1a*). Ensimmäisenä oletuksena nimittäin oli, että heikko kouluviihtyvyys ja runsas koulustressi olisivat yhteydessä runsaampaan määrään koulusiirtymään liittyviä huolia. Vastahypoteesina oli kuitenkin päinvastainen oletus, jonka mukaan heikko kouluviihtyvyys ja runsas koulustressi olisivatkin yhteydessä vähäisempään huolten määrään (*hypoteesi 1b*). Vastahypoteesi asetettiin sen vuoksi, että myös osassa aiemmista tutkimuksista on ilmennyt oletusten vastaisia tuloksia, joissa huolia yläkouluun siirtymisestä onkin esiintynyt runsaammin niillä oppilailla, jotka ovat tavalla tai toisella pärjänneet hyvin alakoulussa sekä päinvastoin, huolia on ilmennyt vähiten niillä oppilailla, jotka ovat pärjänneet heikosti alakoulussa (esim. Sirsch, 2003; Berndt & Mekos, 1995). Tuloksia on selitetty sillä, että oppilaan viihtyessä ja pärjätessä alakoulussa hyvin, saatetaan siirtyminen yläkouluun uuteen ympäristöön nähdä uhkana hyvälle nykytilanteelle (Berndt & Mekos, 1995; Sirsch, 2003). Jos oppilaalla on puolestaan ongelmia alakoulussa, saatetaan siirtyminen yläkouluun nähdä mahdollisuutena uuteen alkuun tai pääsynä itselle suotuisampaan ympäristöön (Berndt & Mekos, 1995). Myös tämän tutkimuksen tulokset näyttävät kouluviihtyvyyden ja huolten välisen yhteyden osalta tukevan tätä selitystä.

Huomion arvoista on, että kouluviihtyvyys oli kaikista mahdollisista huolikategorioista yhteydessä ainoastaan kavereihin liittyviin huoliin sekä koulumatkoihin ja myöhästymisiin liittyviin huoliin. Yhteys kavereihin liittyviin huoliin voi selittyä sillä, että lähes aina puhuttaessa kouluhyvinvoinnista tai sen alakäsitteestä kouluviihtyvyydestä mainitaan yhdeksi tärkeäksi osatekijäksi koulun sosiaaliset suhteet (esim. Janhunen, 2013; Samdal ym., 2004; Konu, 2002). Erityisen tärkeitä nuorille ovat suhteet ikätovereihin (Topping, 2011; Demaray & Malecki, 2002). Tämänkin tutkimuksen kuvailevista tiedoista on nähtävissä, että huolet kavereista olivat nuorten yleisimpiä huolia. Voikin siis olla, että nuorten kokemus kouluviihtyvyydestä rakentuu paljolti ikätovereidensa ja kavereidensa varaan. Jos nuori viihtyy alakoulussa hyvin paljolti kavereidensa ansiosta, on ymmärrettävää, että yläkoulussa huolettavat nimenomaan kavereihin liittyvät asiat. Siirryttäessä yläkouluun ei aina ole varmuutta siitä, siirtyvätkö kaverit samaan kouluun tai samalle luokalle. Kouluviihtyvyyden yhteyttä koulumatkoihin ja myöhästymisiin liittyviin huoliin voidaan luultavasti selittää sillä, että nämä ovat asioita, joihin nuori ei pysty juurikaan itse vaikuttamaan. Koulumatkoihin ja myöhästymiseen liittyvistä huolista suurin osa oli nuorten huolia pidemmästä koulumatkasta tai siitä, että matkan joutuu kulkemaan linja-autolla. Kulkeminen aiempaa kauemmas kouluun voi tuntua pelottavalta tai

työläältä, eikä koulumatkaan ole odotettavissa helpotusta. Jos kokee viihtyvänsä hyvin lähellä sijaitsevassa koulussa, voi kulkeminen vieraaseen kouluun kauemmas kotoa tuntua aluksi ikävältä.

Jos palataan koulustressin ja itseen liittyvien huolten väliseen yhteyteen, on hypoteesin mukaiselle tulokselle selitys löydettävissä aiemmasta tutkimuksesta. Koulustressin tason ollessa runsaampi, ilmaisi nuori siis enemmän itseensä liittyviä huolia. Myös aiemmissa tutkimuksissa nuorten sisäänpäin suuntautuneen oireilun on havaittu olevan yhteydessä nuorten huoliin yläkouluun siirtymisestä (Rice ym., 2011; Duchesne ym., 2009). Vaikka stressi voi ilmetä monin eri tavoin ja oireilla myös ulospäin, on sen yksi yleinen oire ahdistus (Mattila, 2010), joka luetaan sisäänpäin suuntautuneeksi oireiluksi. Stressin myös aiheuttaa yksilön subjektiivinen kokemus siitä, ettei hän sovi yhteen ympäristönsä kanssa tai selviä ympäristön vaatimuksista (Lazarus & Folkman, 1984; Torsheim & Wold, 2001). Näin ollen myös koulustressin voi ajatella olevan hyvinkin subjektiivinen kokemus ja aiheuttavan esimerkiksi somaattisten oireiden ohella myös sisäänpäin suuntautunutta oireilua, jolloin huolten ilmaantuminen ei ole yllättävää. Koulustressin yhteys nimenomaan itseen liittyviin huoliin on luultavasti selitettävissä yleistietämyksellä, jota ihmisillä nykyään stressistä on. Stressin negatiiviset vaikutukset yksilön hyvinvointiin ovat olleet jo pitkään tiedossa ja valtavirtamediassa stressi, sen seuraukset ja liitännäissairaudet ovat säännöllisin väliajoin esillä. Tällöin on ymmärrettävää, että kokiessaan stressiä nuoren huolet liittyvät paljolti hänen omaan pärjäämiseensä ja jaksamiseensa. Nuori ei myöskään välttämättä osaa eritellä kokemansa stressin johtuvan nimenomaan koulusta, joka voisi selittää, miksi huolet eivät kohdistu niinkään kouluun liittyviin asioihin, vaan enemmän nuoreen itseensä. Tässä otoksessa nuorten itseen liittyviä huolia olivat huolet esimerkiksi fyysisestä ja psyykkisestä terveydestä, jaksamisesta, jännittämisestä, maineesta, käytöksen muuttamisesta sekä oikeudesta tehdä tai olla tekemättä yläkoulussa erinäisiä asioita. Toki on myös mahdollista, että jokin kolmas tekijä, esimerkiksi nuoren temperamentti, selittäisi sekä nuoren taipumusta kokea stressiä että taipumusta murehtia itseen liittyviä asioita.

Tutkimuksen toisena tavoitteena oli selvittää, muuntavatko itsetunto, sukupuoli ja koulutyyppi kouluhyvinvoinnin ja koulusiirtymään liittyvien huolten välistä yhteyttä. Itsetunnon ei havaittu muuntavan kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyttä, mikä oli hypoteesin vastainen tulos. Oletuksena nimittäin oli, että tilanteessa, jossa kouluviihtyvyys on heikkoa ja koulustressi runsasta, ilmaisisivat nuoret, joiden itsetunto on heikompaa, enemmän huolia verrattuna nuoriin, joiden itsetunto on vahvempi (*hypoteesi 2a*). Itsetunnon oletettiin siis toimivan suojaavana tekijänä tilanteessa, jossa kouluhyvinvointi on vaakalaudalla. Hypoteesin vastaisen tuloksen ei voida sanoa olevan ristiriidassa aiemman tutkimuksen kanssa, sillä aiempaa tutkimusta itsetunnon muuntavasta roolista ei ole. Tulos on silti yllättävä kaiken sen tiedon valossa, mitä itsetunnosta tiedetään. Itsetunnon on nimittäin havaittu olevan selkeästi yhteydessä niin kouluhyvinvoinnin osa-alueisiin kuin koulusiir-

tymään liittyviin huoliinkin (Rask ym., 2002; Samdal ym., 2004; Konu ym., 2002; Konu & Rimpe-
lä, 2002; West ym., 2010). Hyvän itsetunnon tiedetään myös helpottavan selviämistä stressin ko-
kemuksesta (Thoits, 1995; Dumont & Provost, 1999), eli toimivan ikään kuin suojaavana tekijänä.
Yksi mahdollinen selitys sille, ettei itsetunto muuttanut kouluhyvinvoinnin ja huolten välistä yhteyt-
tä voi olla se, että kouluhyvinvoinnin yhteys koulusiirtymään liittyviin huoliin on sen verran suora-
linjainen, ettei itsetunnolla ole asiaan juurikaan merkitystä. Jos koulussa viihtyy todella hyvin, voi
muutos uuteen ympäristöön herättää huolia siitä huolimatta, kuinka vahva tai heikko nuoren itsetun-
to on. Vaikka itsetunto voi helpottaa eteen tulevien haasteiden kohtaamista, ei se silti poista niitä
kokonaan. Vastaavalla tavalla voidaan koulustressin ajatella aiheuttavan nuorelle itseen liittyviä
huolia vahvasta itsetunnosta huolimatta. Tässä tutkimuksessa nuoren vahvalla itsetunnolla tarkoiteti-
ttiin nuoren positiivisia ajatuksia itsestään sekä itsensä kunnioitusta. Vaikka nuori ajattelisikin itses-
tään positiivisesti ja kunnioittaisi itseään, ei se välttämättä estä häntä murehtimasta stressin itselle
aiheuttamia seurauksia. Huomioon tulee ottaa myös se, että tässä tutkimuksessa tutkittiin ainoastaan
nuorten yleistä itsetuntoa. Jos olisi tutkittu itsetunnon eri osa-alueita, esimerkiksi kouluun liittyvää
itsetuntoa tai sosiaalista itsetuntoa, olisi tulokset voineen näyttäytyä jossain määrin erilaisina.

Toisen muuntavan tekijän, sukupuolen, havaittiin osittain muuntavan kouluhyvinvoinnin ja ylä-
kouluun siirtymiseen liittyvien huolten välistä yhteyttä. Sukupuoli ei muuntanut kouluviihtyvyyden
ja huolten välistä yhteyttä, mutta koulustressin ja huolten välistä yhteyttä se sitä vastoin muunsi.
Tytöillä runsaan koulustressin havaittiin olevan yhteydessä suurempaan määrään itseä koskevia
huolia, kun taas pojilla tällaista yhteyttä ei havaittu. Kun koulustressi kasvoi yhden arvon, lisääntyi-
vät tyttöjen itseensä liittyvät huolet nelinkertaisesti, pojilla taas ei oikeastaan ollenkaan. Tulos oli
hypoteesin mukainen, sillä erityisesti tytöillä heikomman kouluviihtyvyyden tai runsaamman kou-
lustressin oletettiin olevan yhteydessä suurempaan määrään huolia (*hypoteesi 2b*). Tulos ei siis ollut
yllättävä. Koska tyttöjen havaittiin aiempien tutkimusten (Samdal ym., 1998; Rask ym., 2002;
Samdal ym., 2004) tavoin myös tässä tutkimuksessa viihtyvän alakoulussa poikia paremmin ja ko-
kevan vähemmän koulustressiä verrattuna poikiin, voi olla, että koulustressin kokeminen saa heidät
huolestumaan poikia herkemmin. On myös mahdollista, että tytöt ovat poikia paremmin perillä
stressin mahdollisista negatiivisista seurauksista, jolloin he myös ilmaisevat enemmän huolia itses-
tään. Huomiotta ei kuitenkaan voi jättää sitäkään mahdollisuutta, että tytöt voivat olla yksinkertai-
sesti poikia halukkaampia kertomaan huolensa ääneen. Niistä nuorista, jotka eivät raportoineet tässä
tutkimuksessa mitään koulusiirtymään liittyviä huolia, oli noin kaksi kolmasosaa poikia, vaikka
otoksessa kokonaisuudessaan oli tyttöjä hiukan poikia enemmän. Tytöt siis saattavat murehtia ylä-
kouluun siirtymiseen liittyviä asioita poikia enemmän, mutta olla myös tunnollisempia tai haluk-
kaampia vastaamaan totuudenmukaisesti, kun asiaa heiltä kysytään.

Kolmannen muuntavan tekijän, koulutyypin, havaittiin myös osittain muuntavan kouluhyvinvoinnin ja yläkouluun siirtymiseen liittyvien huolten välistä yhteyttä. Sekään ei muuntanut kouluviihtyvyyden ja huolten välistä yhteyttä, mutta sitä vastoin muunsi koulustressin ja huolten välistä yhteyttä. Koulustressin runsaampi määrä oli yhtenäiskoululaisilla erilliskoululaisia vahvemmin yhteydessä suurempaan määrään itseen liittyviä huolia. Tulos oli hypoteesin vastainen, sillä erilliskoululaisilla heikon kouluviihtyvyyden tai runsaan koulustressin oletettiin olevan yhteydessä suurempaan määrään huolia kuin yhtenäiskoululaisilla (*hypoteesi 2c*). Oletus pohjautui aiempaan tutkimustietoon, jonka mukaan siirtymä alakoulusta yläkouluun on sujuvampi (Kääriäinen & Rikkinen, 1988) ja aiheuttaa vähemmän huolia (Rautiainen & Rissanen, 2016; Savolainen, 2005), jos nuori siirtyy alakoulusta yläkouluun saman koulun sisällä. Näin ollen heikon kouluhyvinvoinnin oletettiin lisäävän riskiä kokea huolia erityisesti erilliskoululaisilla, joille siirtymä näyttää muutenkin olevan haastavampi (Kääriäinen & Rikkinen, 1988; Rautiainen & Rissanen, 2016; Savolainen, 2005).

Etsiessä selitystä sille, miksi koulustressin yhteys itseen liittyviin huoliin oli voimakkaampi yhtenäiskoululaisilla, on hyvä ottaa huomioon Rautiaisen ja Rissanen (2016) sekä Savolaisen (2005) tulokset. Heidän tulostensa mukaan erilliskoululaiset olivat yhtenäiskoululaisia enemmän huolissaan koulusta, kavereista, kiusaamisesta, koulumatkoista ja uudesta ympäristöstä. Yhtenäiskoululaiset olivat erilliskoululaisia enemmän huolissaan ainoastaan koulunkäynnistä. Siinä missä kouluun liittyvät huolet tarkoittivat konkreettisemmin koulurakennukseen ja sen puitteisiin liittyviä huolia, tarkoittivat koulunkäyntiin liittyvät huolet esimerkiksi huolia oppimisesta, opetuksen haastavuudesta sekä omasta koulumenestyksestä ja pärjäämisestä. Erilliskoululaiset joutuvat yläkoulun alkaessa kohtaamaan täysin uuden ympäristön, jolloin huolet voivat ymmärrettävästi keskittyä ensisijaisesti uusiin ihmisiin sekä uuden ympäristön hahmottamiseen ja vasta toissijaisesti omaan toimintaan tai itseen liittyviin asioihin. Koska yhtenäiskoululaisten ei tarvitse olla samalla tavalla huolissaan ympäristöstään, jää heille ehkä enemmän voimavaroja murehtia sen sijaan itseensä liittyviä asioita, esimerkiksi omaa jaksamistaan tai koulunkäyntiään. Tämän tutkimuksen aineistossa koulunkäyntiin liittyvien huolten määrä oli yhteydessä itseen liittyvien huolten määrään yhtenäiskoululaisilla, mutta ei erilliskoululaisilla. Yhtenäiskoululaisilla huolet omasta koulunkäynnistä sekä itsestä muutoin, esimerkiksi omasta jaksamisesta ja omista ominaisuuksista, näyttävät siis kulkevan käsi kädessä. Aiemmin pohdinnassa esitettiin, että koulustressi oli yhteydessä itseen liittyviin huoliin luultavasti siksi, että stressin negatiiviset seuraukset ovat nykyään yleisesti tunnettuja. Siksi ei ole yllättävää, että myös erilliskoululaisilla isompi määrä koulustressiä oli yhteydessä isompaan määrään itseen liittyviä huolia. Se, että yhtenäiskoululaisilla koulustressin ja itseen liittyvien huolten välinen yhteys oli niin paljon vahvempi, voi selittyä sillä, että heidän huolensa liittyivät mahdollisesti alun perinkin enemmän heihin itseensä liittyviin asioihin. Koulustressin lisääntyessä nämä asiat huolettavat entis-

täkin enemmän. Koska erilliskoululaisilla on sitä vastoin todennäköisesti useampia huolenaiheita, saattaa heillä koulustressin vaikutukset näkyä itseen liittyvien huolten lisäksi myös muihin aiheisiin liittyvissä huolissa.

Tarkasteltaessa tuloksia tulee kuitenkin ottaa huomioon tämän tutkimuksen rajoitukset. Yhtenä rajoituksena voidaan pitää sitä, että kouluhyvinvointia tarkasteltiin nuoren kokemana kouluviihtyvyytenä ja koulustressinä. Vaikka tällöin saadaan tärkeää tietoa nuoren omasta kokemusmaailmasta, jää tutkimuksen ulkopuolelle vääjäämättä muita kouluhyvinvoinnin аспекteja (ks. esim. Konu & Rimpelä, 2002). Koska kouluhyvinvoinnin lisäksi myös itsetuntoa ja huolia yläkoulusta kysyttiin nuorelta itseltään, on myös mahdollista, että esimerkiksi nuoren temperamentti tai vastaustyyli on osittain vaikuttanut saatuihin vastauksiin. Huoliin liittyen voidaan rajoituksena pitää sitä, että nuorille oli annettu vastaustilaa neljän tyhjän viivan verran, jolloin nuori on saattanut jättää raportoimatta osan huolistaan vastaustilan loppuessa. Tämä on kuitenkin epätodennäköistä, sillä huolten kokonaismäärä ylsi harvoin neljäänkään huoleen. Toinen rajoitus huolten suhteen on se, ettei voida tietää, kenellä nuorella ei oikeasti ollut koulusiirtymään liittyviä huolia, ja kuka ei vain halunnut kertoa niitä. Kuva nuorten huolista yläkouluun siirryttäessä on hyvin erilainen riippuen siitä, onko se kolmasosa nuorista, joka ei huolia maininnut, täysin vailla huolia, vai onko näilläkin nuorilla huolia, joita he eivät vain halua tuoda ilmi. Rajoitukseksi voi nousta myös huolten kategorisointi. Huoliluokat ovat Rautiaisen ja Rissasen (2016) luomia ja käsillä olevassa tutkimuksessa hyväksi todettuja. On kuitenkin mahdollista, että muiden tutkijoiden toimesta huolten luokittelu olisi tapahtunut erilaisilla, tai että luokat itsessään olisivat olleet erilaisia. Näiden lisäksi huomioon tulee ottaa se, että nuorten koulutyyppejä selvitettiin tarkastelemalla, oliko heidän koulunsa vaihtunut kuudennen ja seitsemännen luokan välissä. Vaikka nuoret todennäköisesti tiesivät kuudennen luokan keväällä, mihin kouluun siirtyvät seuraavana syksynä, ei tästä voida kuitenkaan olla täysin varmoja. Tiedolla siitä, vaihtuuko koulu yläkoulun alkaessa vai ei, voi olla vaikutusta nuoren huoliin. Jos nuorilla tieto tulevasta koulusta olikin, eivät he olleet vielä tutkimuksen aikaan välttämättä päässeet tutustumaan tulevaan kouluun, joka osaltaan saattaa myös näkyä ilmaistuissa huolissa. Viimeisenä rajoituksena mainittakoon, että tutkimus toteutettiin poikittaistutkimuksena. Tutkimusasetelma on ymmärrettävä, kun halutaan selvittää ennen koulusiirtymää koetun kouluhyvinvoinnin yhteydet yläkouluun siirtymiseen liittyviin huoliin. Poikittaistutkimuksena tämä tutkimus ei kuitenkaan tarjoa tietoa siitä, voisiko jo alempien luokkien kouluhyvinvointi vaikuttaa yläkouluun siirtymiseen liittyviin huoliin, eikä myöskään siitä, voisivatko koetut huolet puolestaan vaikuttaa kouluhyvinvointiin yläkoulussa. Varsinaisena rajoituksena ei tätä voida enää pitää, mutta tutkimusta yleistettäessä tulee ottaa huomioon, että otos koostui kokonaan suomalaisista kouluista. Suomalaisten nuorten yläkouluun siirtymisen ymmärtämiseksi ja sitä helpottamiseksi on ensiarvoisen tärkeää saada

tietoa nimenomaan Suomesta. Tutkimuksen otos edusti hyvin suomalaisia kuudesluokkalaisia, jolloin tuloksilla on painoarvoa koko Suomen mittakaavassa. Tuloksia ei kuitenkaan tule yleistää maihin, joissa koulujärjestelmä poikkeaa suomalaisesta.

Tämän tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää koulusiirtymään liittyvien huolten laajaa selvittämistä ennen koulusiirtymää. Koska nuoret saivat raportoida huoliaan vapaasti, pystyttiin selvittämään kouluhyvinvoinnin yhteyttä huoliin laajasti, eikä vain tietynlaisia huolia koskien. Koska huolia kysyttiin ennen siirtymää, eikä retrospektiivisesti, kuten osassa aiemmista tutkimuksista, oli saatu tietoa huolista myös totuudenmukaisempaa. Huolia tarkasteltaessa huomiota kiinnitettiin myös huolten absoluuttiseen määrään, eikä ainoastaan siihen, ilmenikö tietynlaisia huolia vai ei. Tämä on tietoa, joka on jäänyt aiemmasta tutkimuksesta usein puuttumaan. Jatkotutkimuksissa voitaisiin yhdistää nämä kaksi tapaa tarkastella asiaa, eli siis ottaa samaan aikaan huomioon se, ilmeneekö nuorella tietynlaisia huolia vai ei, ja jos ilmenee, niin kuinka paljon. Voitaisiin myös harkita, tulisiko huolia tarkastella laadullisesti. Nuoret poikkeavat toisistaan suuresti siinä, millä tavoin he ilmaisevat itseään. Siinä missä toinen saattaa tiivistää isonkin määrän huolia yhteen sanaan, saattaa toinen taas kirjoittaa yhdestä huolesta useamman lauseen. Tutkimuksen suurimpana vahvuutena voidaan kuitenkin pitää sitä, että se tutki aihetta, josta on hyvin vähän, jos laisinkaan, aiempaa tutkimusta.

Tulevaisuudessa kouluhyvinvoinnin sekä huolten välistä yhteyttä olisikin tärkeää selvittää laajemmin. Kouluhyvinvointia voi mitata useilla eri tavoilla ja mahdollisia muuntavia tekijöitäkin löytyy lukuisia, joten olisi hyvä selvittää, mitkä kaikki kouluun ja nuoreen liittyvät tekijät ovat yhteydessä yläkouluun siirtymiseen liittyviin huoliin. Olisi myös erityisen tärkeää selvittää, onko Suomessakin koulusiirtymään liittyvillä huolilla yhteys yläkoulussa nuoren heikompaan koulusopeutumiseen, koulumenestykseen ja itsetuntoon sekä runsaampaan masennusoireiluun ja antisosiaaliseen käytökseen, kuten kansainvälisissä tutkimuksissa on todettu (West ym., 2010; Lord ym., 1994; Duchesne ym., 2012; Duchesne & Ratelle, 2010). Jos yhteys näihin negatiivisiin seurauksiin löytyy, tulee nuorten huolia yläkoulusta pyrkiä ennaltaehkäisemään sitäkin tehokkaammin.

Tutkimus tarjosikin arvokasta tietoa siitä, että kouluhyvinvoinnilla ja yläkouluun siirtymiseen liittyvillä huolilla on yhteys. Tutkimus myös valaisi yhteyden monimuotoisuutta. Siinä missä iso osa aiemmasta tutkimuksesta on havainnut nuorten murehtivan yläkouluun siirtymistä vähemmän, jos he pärjäävät alakoulussa hyvin (mm. Sirsch, 2003; Cillessen & Mayeux, 2007; Rice ym., 2011), tuki tämä tutkimus kouluviihtyvyyden osalta niitä tuloksia (Sirsch, 2003; Berndt & Mekos, 1995), joiden mukaan hyvin pärjääminen ja viihtyminen alakoulussa saattaakin olla aiheuttamassa yläkouluun siirtymiseen liittyviä huolia. Tukea koulusiirtymän aikana tulisi tuki tarjota kaikille oppilaille, mutta erityistä huomiota tulisi tutkimuksen tulosten valossa kiinnittää runsaan koulustressin kokioiden lisäksi myös niihin nuoriin, jotka viihtyvät koulussa erityisen hyvin. Nuoren kouluviihty-

vyyttä ei toki tule pyrkiä heikentämään huolten pelossa. Hyödyllisempää olisi keskittyä siihen, ettei alakoulussa hyvin viihtyville oppilaille yläkoulu näyttäytyisi kouluviihtymisen riskitekijänä. Oleellista olisi tutustuttaa nuoria uuteen yläkouluun mahdollisimman laajasti. Tämä voisi tarkoittaa pelkän koulurakennuksen näkemisen lisäksi esimerkiksi tutustumista opettajiin, vanhempiin oppilaisiin, tietoa uusista säännöistä ja tavoista sekä hyvissä ajoin tietoa siitä, pääseekö samaan kouluun tai samalle luokalle alakoulun kavereiden kanssa. Myös avoin keskustelu siitä, kuinka yläkoulun uusia ja mahdollisesti hankaliakin asioita voi kohdata, voisi olla hyödyksi. Se, että koulustressi oli vahvasti yhteydessä itseen liittyviin huoliin, tulisi myös ottaa kouluympäristössä huomioon. Koulustressin ollessa runsasta, ei siis välttämättä tulisikaan keskittyä helpottamaan pelkästään nuoren huolia uudesta yläkoulusta, vaan myös antaa opastusta stressin hallinnasta.

Tulokset sukupuolen ja koulutyypin muuntavasta vaikutuksesta tulisi myös ottaa huomioon. Eriytyisesti tytöt näyttävät olevan herkkiä kantamaan huolta itsestään kokiessaan runsasta koulustressiä, jolloin voisi harkita, tulisiko interventioita suunnata erityisesti tytöille. Koska aiemman tutkimustiedon mukaan erilliskoululaiset näyttävät olevan huolissaan useammasta koulusiirtymän eri aspektista (Rautiainen & Rissanen, 2016; Savolainen, 2005) ja koska tämän tutkimuksen mukaan puolestaan yhtenäiskoululaisilla koulustressi aiheuttaa erilliskoululaisia runsaammin itseen liittyviä huolia, tulisi interventioita mahdollisesti myös räätälöidä hiukan eri tavalla yhtenäis- ja erilliskouluihin. Erilliskouluissa voisi olla tarpeen tutustuttaa oppilaita uuteen yläkouluun mahdollisimman laajasti, jolloin huolet eri aiheista vähenisivät ja näin ollen mitä ilmeisemmin myös huolten määrä. Koska yhtenäiskouluissa siirtyminen yläkouluun tapahtuu kohtuullisen tutussa ympäristössä eikä varsinaiselle tutustuttamiselle ole yhtä laajaa tarvetta, voisi keskustelua käydä ennemminkin nuorten henkilökohtaisesta jaksamisesta ja ajatuksista opiskelun suhteen siirryttäessä yläkouluun.

Kaiken kaikkiaan tutkimus valaisi kouluhyvinvoinnin ja yläkouluun siirtymiseen liittyvien huolten välistä yhteyttä kotimaisessa kontekstissa, tuoden näin tietoa tärkeästä asiasta, joka on jäänyt liian vähälle huomiolle. Hiukan yllättäen sekä hyvän kouluviihtyvyyden että runsaan koulustressin havaittiin olevan yhteydessä suurempaan määrään koulusiirtymään liittyviä huolia. Kun sukupuolen ja koulutyypin havaittiin lisäksi muuntavan koulustressin ja huolten välistä yhteyttä, näyttäytyy kouluhyvinvoinnin ja huolten välinen yhteys monimutkaisempana ja monisävyisempänä asiana, kuin on ehkä tähän saakka ajateltu. Tämä olisi hyvä ottaa tulevaisuudessa huomioon, kun pyritään helpottamaan nuorten siirtymää alakoulusta yläkouluun sekä välttymään huolten negatiivisilta seurauksilta.

LÄHTEET

- Akos, P., & Galassi, J. (2004). Gender and race as variables in psychosocial adjustment to middle and high school. *The Journal of Educational Research*, 98(2), 102–108.
- Alatupa, S., & Keltikangas-Järvinen, L. (2007). Tutkimuksen osa 1. Koulu ja sosiaalinen pääoma. Teoksessa S. Alatupa, K. Karppinen, L. Keltikangas-Järvinen, & H. Savioja (toim.), *Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma – Löytyykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta?* Sitran raportteja 75, 23–114. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Baumeister, R. F. (1998). The self. Teoksessa D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (toim.) *Handbook of social psychology*, 4. painos, 680–740. New York: McGraw-Hill.
- Berndt, T. J. (1989). Obtaining support from friends during childhood and adolescence. Teoksessa D. Belle (toim.), *Children's social networks and social supports*, 308–331. New York: Wiley.
- Berndt, T. J., & Mekos, D. (1995). Adolescents' perceptions of the stressful and desirable aspects of the transition to junior high school. *Journal of Research on Adolescence*, 5(1), 123–142.
- Cillessen, A. H. N., & Mayeux, L. (2007). Expectations and perceptions at school transitions: The role of peer status and aggression. *Journal of School Psychology*, 45(5), 567–586.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C., & Barnekow, V. (toim.). (2012). *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. Health Policy for Children and Adolescents, 6.
- Demaray, M. K., & Malecki, C. K. (2002). The relationship between perceived social support and maladjustment for students at risk. *Psychology in the Schools*, 39, 305–316.
- Duchesne, S., & Ratelle, C. F. (2010). Parental behaviors and adolescents' achievement goals at the beginning of middle school: Emotional problems as potential mediators. *Journal of Educational Psychology*, 102, 497–507.
- Duchesne, S., Ratelle, C. F., Poitras, C-S., & Drouin, E. (2009). Early adolescent attachment to parents, emotional problems, and teacher-academic worries about the middle school transition. *The Journal of Early Adolescence*, 29(5), 743–766.
- Duchesne, S., Ratelle, C. F., & Roy, A. (2012). Worries about middle school transition and subsequent adjustment: The moderating role of classroom goal structure. *Journal of Early Adolescence*, 32(5), 681–710.
- Dumont, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343–363.
- Eccles, J. S., Midgley, C., Wigfield, A., Buchanan, C. M., Reuman, D., Flanagan, C., & Mac Iver, D. (1993). The impact of stage-environment fit on young adolescents' experiences in schools and in families. *American Psychologist*, 48, 90–101.
- Erol, R. Y., & Orth, U. (2011). Self-esteem development from age 14 to 30 years: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 607–619.

- Haapasalo, I., Välimaa, R., & Kannas, L. (2010). How comprehensive school students perceive their psychosocial school environment. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 54(2), 133–150.
- Hallinan, P., & Hallinan, P. (1992) Seven into eight will go: transition from primary to secondary school. *Australian Educational and Developmental Psychologist*, 9(2), 30–8.
- Isomaa, R., Väänänen, J., Fröjd, S., Kaltiala-Heino, R., & Marttunen, M. (2013). How low is low? Low self-esteem as an indicator of internalizing psychopathology in adolescence. *Health Education & Behavior*, 40(4), 392–399.
- Janhunen, K-M. (2013). *Kouluhyvinvointi nuorten tulkitsemana*. Publications of the University of Eastern Finland. Dissertations in Social Sciences and Business Studies, 52. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Keltikangas-Järvinen, L. (1990). *The stability of self-concept during adolescence and early adulthood: A six-year follow-up study*. *Journal of General Psychology*, 117(4), 361–368.
- Konu, A. (2002). *Oppilaiden hyvinvointi koulussa*. Acta Universitatis Tamperensis, 887. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print.
- Konu, A., Lintonen, T., & Autio, V. (2002). Evaluation of well-being in schools – a multilevel analysis of general subjective well-being. *School Effectiveness and School Improvement*, 13(2), 187–200.
- Konu, A., & Rimpelä, M. (2002). Well-being in schools: a conceptual model. *Health Promotion International*, 17(1), 79–87.
- Konu, A., Rimpelä, M., & Lintonen, T. (2002). Factors associated with schoolchildren's general subjective well-being. *Health Education Research*, 17(2), 155–165.
- Kämppe, K., Välimaa, R., Tynjälä, J., Haapasalo, I., Villberg, J., & Kannas, L. (2008). *Peruskoulun 5., 7. ja 9. luokan oppilaiden koulukokemukset ja koettu terveys: WHO-Koululaistutkimuksen trendejä vuosina 1994–2006*. Jyväskylän yliopisto ja Opetushallitus. Tampere: Juvenes Print – Tampereen yliopistopaino Oy.
- Kääriäinen, H., & Rikkinen, H. (1988). *Siirtyminen peruskoulun ala-asteelta yläasteelle oppilaiden kokemana*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Lester, L., & Cross, D. (2015). The relationship between school climate and mental and emotional wellbeing over the transition from primary to secondary school. *Psychology of Well-Being*, 5(1), 1–15.
- Little, B. R. (1983). Personal projects: A rationale and method for investigation. *Environment and Behavior*, 15, 273–309.
- Lord, S. E., Eccles, J., & McCarthy, K. (1994). Surviving the junior high school transition: family processes and self-perceptions as protective and risk factors. *Journal of Early Adolescence*, 14(2), 162–99.
- Mattila, A. S. (2010). Stressi. *Lääkärikirja Duodecim* [Viitattu 10.4.2017] Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00976
- McGee, C., Ward, R., Gibbons, J., & Harlow, A. (2003). *Transition to secondary school: A literature review*. A Report to the Ministry of Education. Hamilton: University of Waikato, New Zealand.

- Murberg, T. A., & Bru, E. (2004). School-related stress and psychosomatic symptoms among norwegian adolescents. *School Psychology International*, 25(3), 317–332.
- Murberg, T. A., & Bru, E. (2007). The role of neuroticism and perceived school-related stress in somatic symptoms among students in norwegian junior high schools. *Journal of Adolescence*, 30(2), 203–212.
- Natvig, G. K., Albrektsen, G., Anderssen, N., & Qvarnstrom, U. (1999). School-related stress and psychosomatic symptoms among school adolescents. *Journal of School Health*, 69(9), 362–368.
- Noble, T., Wyatt, T., McGrath, H., Roffey, S., & Rowling, L. (2008). Scoping study into approaches to student wellbeing: Final report. Brisbane, Qld.: Australian Catholic University and Erebus International.
- OECD. (2017). PISA 2015 Results (Volume III): Students' Well-Being. OECD Publishing, Pariisi.
- Pratt, S., & George, R. (2005). Transferring friendships: Girls' and boys' friendships in the transition from primary to secondary school. *Children & Society*, 19(1), 16–26.
- Rask, K., Åstedt-Kurki, P., Tarkka, M-T., & Laippala, P. (2002). Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health*, 72(6), 243–249.
- Rautiainen, O., & Rissanen, L. (2016). Siirtymä alakoulusta yläkouluun yhtenäis- ja erilliskouluissa – Nuorten huolet siirtymään liittyen.
- Ravens-Sieberer, U., Kökönyei, G., & Thomas, C. (2004). School and health. Teoksessa C. Currie, C. Roberts, A. Morgan, R. Smith, W. Settertobulte, O. Samdal, & V. Barnekow Rasmussen (toim.) *Young people's health in context. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey. Health policy for children and adolescents*, 4, 184–195. Tanska: World Health Organization.
- Rice, F., Frederickson, N., & Seymour, J. (2011). Assessing pupil concerns about transition to secondary school. *British Journal of Educational Psychology*, 81(2), 244–263.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1989). *Society and the adolescent self-image* (rev. ed.). Middletown, CT, England: Wesleyan University Press.
- Samdal, O. (1998). The school environment as a risk or resource for students' health-related behaviours and subjective well-being. Bergen, Norja: Research Centre for Health Promotion, Faculty of Psychology, University of Bergen.
- Samdal, O., Dür, W., & Freeman, J. (2004). School. Teoksessa C. Currie, C. Roberts, A. Morgan, R. Smith, W. Settertobulte, O. Samdal, & V. Barnekow Rasmussen (toim.) *Young people's health in context. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey. Health policy for children and adolescents*, 4, 42–51. Tanska: World Health Organization.
- Samdal, O., Nutbeam, D., Wold, B., & Kannas, L. (1998). Achieving health and educational goals through schools - a study of the importance of the school climate and the students' satisfaction with school. *Health Education Research*, 13(3), 383–397.
- Samdal, O., Wold, B., Klepp, K. I., & Kannas, L. (2000). Students' perception of school and their smoking and alcohol use: A cross-national study. *Addiction Research*, 8(2), 141–167.

- Savolainen, T. (2005). *Alakoulusta yläkouluun. Kuudesluokkalaisten pelkoja, toiveita ja odotuksia seitsemännelle luokalle siirtymisestä*. Ohjauksen kehittämishankkeita ja käytänteitä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Scrimin, S., Mason, L., & Moscardino, U. (2014). School-related stress and cognitive performance: A mood-induction study. *Contemporary Educational Psychology*, 39(4), 359–368.
- Sirsch, U. (2003). The impending transition from primary to secondary school: Challenge or threat? *International Journal of Behavioral Development*, 27(5), 385–395.
- von Soest, T., Wichstrøm, L., & Kvalem I. L. (2016). The development of global and domain-specific self-esteem from age 13 to 31. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(4), 592–608.
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2015). *Väestön koulutus rakenne*. [Viitattu 1.3.2017] Saatavissa: <http://www.stat.fi/til/vkour/>
- Thoits, P. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, (53).
- Topping, K. (2011). Primary–secondary transition: Differences between teachers’ and children’s perceptions’. *Improving Schools*, 14(3), 268–285.
- Torsheim, T., Aaroe, L., & Wold, B. (2003). School-related stress, social support, and distress: Prospective analysis of reciprocal and multilevel relationships. *Scandinavian Journal of Psychology*, 44(2), 153–159.
- Torsheim, T., & Wold, B. (2001). School-related stress, school support, and somatic complaints: A general population study. *Journal of Adolescent Research*, 16(3), 293–303.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2001). Age and birth cohort differences in self-esteem: a cross-temporal meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 5(4), 321–344.
- Waters, S. K., Lester, L., & Cross, D. (2014). Transition to secondary school: Expectation versus experience. *Australian Journal of Education*, 58(2), 153–166.
- Wells, L. E., & Marwell, G. (1976). *Self-esteem: Its conceptualization and measurement*, (2. painos). Beverly Hills, California: Sage.
- Wenz-Gross, M., Siperstein, G. N., Untch, A. S., & Widaman, K. F. (1997). Stress, social support, and adjustment of adolescents in middle school. *Journal of Early Adolescence*, 17, 129–151.
- West, P., Sweeting, H., & Young, R. (2010). Transition matters: pupils' experiences of the primary-secondary school transition in the west of Scotland and consequences for well-being and attainment. *Research Papers in Education*, 25(1), 21–50.
- Wigfield, A., Eccles, J. S., Mac Iver, D., Reuman, D. A., & Midgley, C. (1991). Transitions during early adolescence: Changes in children's domain-specific self-perceptions and general self-esteem across the transition to junior high school. *Developmental Psychology*, 27(4), 552–565.
- Zeedyk, M. S., Gallacher, J., Henderson, M., Hope, G., Husband, B., & Lindsay, K. (2003). Negotiating the transition from primary to secondary school. *School Psychology International*, 24(1), 67–79.