

**PSYKOLOGISEN JOUSTAMATTOMUUDEN YHTEYS NUORTEN
KOULUTUSPAIKKAAN TYYTYVÄISYYTEEN JA KOULUTUKSEN
KESKEYTTÄMISAJATUKSIIN TOISEN ASTEEN KOULUTUKSESSA**

Sara Liinamaa
Mira Taulavuori
Pro gradu -tutkielma
Psykologian laitos
Jyväskylän yliopisto
Toukokuu 2021

LIINAMAA, SARA & TAULAVUORI, MIRA: Psykologisen joustamattomuuden yhteys nuorten koulutuspaikkaan tyytyväisyyteen ja koulutuksen keskeyttämisajatuksiin toisen asteen koulutuksessa

Pro gradu -tutkielma, 34 s.

Ohjaaja: Noona Kiuru

Psykologia

Toukokuu 2021

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden yhteyksiä nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen ja sen muutoksiin koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana. Lisäksi selvitettiin ammatillisessa koulutuksessa ja lukiossa opiskelevien nuorten välisiä eroja psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisissä yhteyksissä. Tutkimuksen aineisto on osa TIKAPUU 2 – Yläkoulusta toisen asteen opintoihin -hanketta. Tämän tutkimuksen aineistoon kuului 885 nuorta kahdelta keskisuomalaiselta paikkakunnalta. Psykologista joustamattomuutta mitattiin Acceptance and Fusion Questionnaire for Youth -mittarin lyhyemmällä versiolla (AFQ-Y8) nuorten ollessa yhdeksännellä luokalla. Koulutukseen sitoutumista (koulutuspaikkaan tyytyväisyys, koulutuksen keskeyttämisajatuksiset) mitattiin nuorten siirryttyä toisen asteen koulutukseen, ensimmäisen vuoden syksyllä sekä keväällä. Analyysimenetelminä käytettiin Pearsonin korrelaatiokertoimia, lineaarista regressioanalyysiä sekä riippumattomien otosten t-testiä. Tulokset osoittivat, että psykologisen joustamattomuuden taso yhdeksännellä luokalla ennusti nuorten koulutukseen sitoutumista ja sen kehittymistä toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana. Mitä korkeampi psykologinen joustamattomuus nuorella oli, sitä tyytymättömämpi hän oli koulutuspaikkaansa ja sitä enemmän hänellä oli koulutuksen keskeyttämisajatuksia toisella asteella. Yhteydet olivat lukiossa ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla samanlaisia kaikkien muiden sitoutumismuuttujien, paitsi ensimmäisen vuoden kevään keskeyttämisajatuksien osalta. Lukiolaisilla korkea yhdeksännen luokan psykologinen joustamattomuus selitti keskeyttämisajatuksien lisääntymistä lukion ensimmäisen vuoden aikana, mutta ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla tätä yhteyttä ei havaittu. Koulutuksen keskeyttämisajatuksiset lisääntyivät toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana sekä lukiolaisilla että ammatillisilla opiskelijoilla. Koulutuspaikkaan tyytyväisyys heikkeni ainoastaan ammatillisilla opiskelijoilla. Ammatilliset opiskelijat ja lukiolaiset erosivat toisistaan eniten toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden kevään koulutuspaikkaan tyytyväisyydessä siten, että ammatillisilla opiskelijoilla tyytyväisyys oli heikompi. Nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen vaikuttavat monet yksilöön ja ympäristöön liittyvät tekijät. Tutkimuksemme tulosten perusteella voidaan kuitenkin päätellä, että psykologinen joustamattomuus olisi merkittävä tekijä nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutumisen sekä koulutuksen keskeyttämisriskin kannalta. Nuorten hyvinvointitaitojen harjaannuttaminen on tärkeää, sillä nuorten hyvinvointia lisäämällä voitaisiin edistää myös koulutukseen sitoutumista.

Avainsanat: psykologinen joustamattomuus, koulutukseen sitoutuminen, toisen asteen koulutus, koulupudokkuus

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	1
1.1. Nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutuminen ja koulutuksen keskeyttäminen	2
1.2. Psykologisen joustamattomuuden yhteys nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen ..	5
1.3. Tutkimuskysymykset ja hypoteesit	8
2. MENETELMÄT	9
2.1. Aineisto ja tutkittavat	9
2.2. Mittarit ja muuttujat	12
2.3. Analyysimenetelmät.....	13
3. TULOKSET	14
3.1. Kuvailevat tiedot ja ammatillisten opiskelijoiden ja lukiolaisten väliset erot psykologisessa joustamattomuudessa ja toisen asteen koulutuksen sitoutumisessa.....	14
3.2. Yhdeksännellä luokalla mitatun psykologisen joustamattomuuden yhteydet toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen	15
3.3. Toisen asteen koulutuspaikka psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen välisten yhteyksien muuntavana tekijänä	18
4. POHDINTA	21
4.1. Yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden koulutukseen sitoutumisen taso.....	21
4.2. Yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen yhteydet	23
4.3. Tutkimuksemme rajoitukset ja ansiot	25
4.4. Tulosten sovellusmahdollisuudet ja jatkotutkimushaasteet	26
LÄHTEET.....	29

1. JOHDANTO

Nuoruus on monenlaisten fyysisten, kognitiivisten ja sosiaalisten muutosten aikaa, ja sitä onkin usein kutsuttu kuohuntavaiheeksi (Arnett, 1999). Yksi nuoruuteen liittyvistä tärkeistä kehitystehtävistä on oman uran suunnitseminen ja koulutusvalintojen tekeminen. Nuorten opintopolkujen kriittisimpiä vaiheita ovat siirtymät koulutusasteelta toiselle, joiden aikana tapahtuu muutoksia niin ympäristössä, opiskelukyvyssä, koulumotivaatiossa kuin kouluhyvinvoinnissakin (Eccles & Roeser, 2009). Erityisesti toisen asteen koulusiirtymän onnistuminen ja opintojen jatkuminen valmistumiseen asti on tärkeää nuoren tulevaisuuden kannalta, joten olisi tärkeää, että jokainen nuori löytäisi sellaisen opiskelupaikan, joka vastaa hänen tavoitteitaan ja toiveitaan. Pelkästään peruskoulun käyminen ja toisen asteen koulutuksen ulkopuolelle jääminen on merkittävä riski syrjäytymiselle (Pekkarinen & Myllyniemi, 2018) ja voi aiheuttaa kauaskantoisia seurauksia sekä yksilölle että yhteiskunnalle (Sipilä, Kestilä & Martikainen, 2011; Talala ym., 2014; Hilli, Ståhl, Merikukka & Ristikari, 2017). Suurin osa suomalaisnuorista hakeutuu peruskoulun jälkeen toisen asteen koulutukseen (Suomen virallinen tilasto, 2019a), mutta merkittävä osa keskeyttää opintonsa (Suomen virallinen tilasto, 2019b).

Koulutukseen sitoutuminen on tärkeä tekijä nuoren opintojen jatkumisen kannalta (Markussen, Frøseth & Sandberg, 2011). Koulutukseen sitoutumisella viitataan nuoren osallistumisen laatuun ja siihen, kuinka vahvaa yhteyttä hän kokee esimerkiksi koulun pyrkimyksiin, tavoitteisiin, arvoihin ja ihmisiin (Skinner, Kindermann & Furrer, 2009). Koulutukseen sitoutumisen on havaittu vähenevän nuoruudessa (Wang & Eccles, 2012), joten sen tukeminen nuoruusiässä ja etenkin toisen asteen koulusiirtymän aikana on erityisen tärkeää. Nuorten koulutuksen ja työn ulkopuolelle jäämisen sekä syrjäytymisen ehkäisemiseksi on tärkeää selvittää, mitkä tekijät ovat yhteydessä toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen ja sitä kautta koulutuksen keskeyttämisriskiin. Tässä tutkimuksessa koulutukseen sitoutumista tarkastellaan koulutuspaikkaan tyytyväisyyden ja koulutuksen keskeyttämisajatusten kautta.

Psykologisella joustavuudella tarkoitetaan kykyä olla läsnä nykyhetkessä sekä kykyä tiedostaa ja hyväksyä omia mielensisäisiä tapahtumia (Puolakanaho, Kiuru & Lappalainen, 2019). Se auttaa yksilöä vastaamaan ympäristön vaatimuksiin sekä sisäisiin kokemuksiin siten, että ne palvelevat yksilön tavoitteita (Williams, Ciarrochi & Heaven, 2012). Voidaan ajatella, että hyvä psykologinen joustavuus todennäköisesti auttaa nuorta kohtaamaan opintoihin liittyvät haasteet ja selviämään niistä paremmin. Nuorten psykologisen joustavuuden kuitenkin tiedetään vähenevän varhaisesta nuoruusiästä myöhäisnuoruuteen (Williams ym., 2012). Tässä tutkimuksessa

tarkastelemmekin psykologisen joustavuuden vastakohtaa, psykologista joustamattomuutta. Psykologinen joustamattomuus viittaa tilanteeseen, jossa psyykkiset reaktiot ohjaavat jäykästi yksilön toimintaa, eikä hän kykene toimimaan arvojensa mukaisesti tai muuttamaan toimintaansa niiden suuntaisesti (Hayes ym., 2006).

Psykologisella joustavuudella on tärkeä merkitys erilaisissa elämänhaasteissa (esim. Biron & van Veldhoven, 2012; Hoare, McIlveen & Hamilton, 2012; Mcracken, Williams & Tang, 2011), joten voidaan olettaa, että psykologinen joustamattomuus puolestaan vaikuttaisi negatiivisesti toisen asteen koulusiirtymän onnistumiseen ja nuorten koulupolulla pysymiseen. Psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen liittyvien teemojen yhteyksiä ei kuitenkaan ole aikaisemmin juurikaan tutkittu. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää nuorten yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden yhteyksiä koulutukseen sitoutumiseen toisen asteen koulutuksessa. Lisäksi selvitämme lukiossa opiskelevien ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien nuorten eroja psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen suhteen.

1.1. Nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutuminen ja koulutuksen keskeyttäminen

Suomessa nuoret voivat peruskoulun suorittamisen jälkeen valita kahdesta toisen asteen koulutusvaihtoehdosta, jotka ovat lukio ja ammatillinen koulutus (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2021a). Lukio tarjoaa yleissivistävän koulutuksen eikä anna ammatillista pätevyyttä. Ammatillinen koulutus puolestaan antaa ammattipätevyyden sekä tietyllä alalla tarvittavat taidot. Lisäksi peruskoulun päättävä voi ennen näihin siirtymistä saada joko lisäopetusta kymmenennellä luokalla tai suorittaa lukioon tai ammatilliseen koulutukseen valmentavan koulutuksen (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2021a). Suurin osa suomalaisista nuorista jatkaa peruskoulun jälkeen opintoja jossakin toisen asteen oppilaitoksessa. Esimerkiksi vuonna 2019 93 % nuorista jatkoi suoraan peruskoulun yhdeksännen luokan jälkeen toisen asteen opintoihin (Suomen virallinen tilasto, 2019a). Kuitenkin esimerkiksi lukuvuonna 2018–2019 lukiokoulutuksessa olevista nuorista kolme prosenttia ja ammatillisessa koulutuksessa olevista nuorista 9,4 % keskeytti opintonsa (Suomen virallinen tilasto, 2019b). Opintonsa keskeyttäneiden nuorten määrä kasvoi hieman edelliseen lukuvuoteen verrattuna. Joka ikäluokasta jopa noin 15 % jää pelkästään perusasteen koulutuksen varaan (Suomen virallinen tilasto, 2019c).

Toisen asteen koulutuksen keskeyttämisen taustalta on löydetty useita tekijöitä, kuten aiempi heikko koulumenestys (Dæhlen, 2017; Haapakorva ym., 2018; Markussen ym., 2011) sekä nuoren

akateemiset oppimisvaikeudet (Hakkarainen, Holopainen & Savolainen 2013). Opintojen keskeyttämisen riskiä lisää myös vanhempien alhainen koulutustaso (Haapakorva ym., 2018) ja perheen heikko taloudellinen tilanne (Pekkarinen & Myllyniemi, 2018). Lisäksi pojilla on tyttöihin verrattuna suurempi todennäköisyys keskeyttää toisen asteen opinnot (Markussen ym., 2011; Sagatun, Heyerdahl, Wentzel-Larsen & Lien, 2014), ja maahanmuuttajataustaiset nuoret keskeyttävät opintonsa useammin kuin ei-maahanmuuttajataustaiset (Markussen ym., 2011). Myös nuorten mielenterveyden ongelmat ovat keskeinen tekijä toisen asteen koulutuksen keskeyttämisen taustalla (Dupéré ym., 2018; Haapakorva ym., 2018; Hjorth ym., 2016; Lee ym., 2009; Sagatun ym., 2014). Psykologisen joustamattomuuden ja koulutuksen keskeyttämisen välisiä yhteyksiä ei kuitenkaan ole aiemmin tutkittu.

Opintojen keskeyttäminen on ammatillisessa koulutuksessa yleisempää kuin lukiossa (Dæhlen, 2017; Hakkarainen ym., 2013; Sagatun ym., 2014; Suomen virallinen tilasto, 2019b). Eron taustalla voidaan nähdä monia mahdollisia syitä. Ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla nuorilla on havaittu olevan muun muassa alhaisempi koulumotivaatio ja koettu minäpystyvyyttä (Dæhlen, 2017), lukiolaisia enemmän matematiikan ja sanan lukemisen vaikeuksia (Hakkarainen ym., 2013) sekä lukiolaisia heikompi koulusuoriutuminen peruskoulussa (Dæhlen, 2017; Hakkarainen ym., 2013). Ammatillisessa koulutuksessa opiskelevat ovat myös useammin poikia kuin tyttöjä (Dæhlen, 2017; Suomen virallinen tilasto, 2019a). Lisäksi ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien nuorten vanhempien koulutustason on havaittu olevan alhaisempi kuin lukiolaisten vanhempien (Dæhlen, 2017; Hakkarainen ym., 2013). Myös nuoren kouluun suhtautumisen on havaittu olevan yhteydessä hänen toisen asteen koulutusvalintoihinsa. Vanttajan ja muiden (2019) tutkimuksen mukaan koulumyönteisistä nuorista jopa 78 % aikoi suunnata peruskoulun jälkeen lukioon, kun taas koulukielteisistä oppilaista jopa kaksi kolmasosaa aikoi suunnata ammatilliseen koulutukseen. Vaikuttaa siis siltä, että ammatilliseen koulutukseen päätyy useammin jo valmiiksi koulukielteisiä ja heikosti sitoutuneita nuoria. Sagatunin ja muiden (2014) tutkimuksen mukaan ammatillisessa koulutuksessa opiskelevat nuoret raportoivat enemmän mielenterveyden ongelmia kuin lukiossa opiskelevat nuoret, mikä saattaa myös osaltaan selittää eroja koulutuksen keskeyttämisen yleisyydessä lukion ja ammatillisen koulutuksen välillä.

Koulutuksen keskeyttäminen nähdään yleisesti pitkään kestäneen koulutukseen sitoutumattomuuden lopputuloksena (Henry, Knight & Thornberry, 2012). Vahva koulutukseen sitoutuminen onkin merkittävä koulutuksen keskeyttämistä ehkäisevä tekijä (Markussen ym., 2011). Koulutukseen sitoutumisella viitataan osallistumisen laatuun ja siihen, kuinka vahvaa yhteyttä nuori kokee esimerkiksi koulun pyrkimyksiin, tavoitteisiin, arvoihin ja ihmisiin (Skinner ym., 2009). Koulutukseen sitoutuminen on moniulotteinen käsite, joka sisältää behavioraalisen, kognitiivisen ja

emotionaalisen ulottuvuuden (Fredricks ym., 2004). Opiskelijoilla, joilla on korkea koulutukseen sitoutuminen eri ulottuvuuksilla, on pienempi riski keskeyttää toisen asteen koulutus (Haugan, Frostad & Mjaavatn, 2019). Joissakin tutkimuksissa on kuitenkin havaittu, että nuoruusvuosina koulutukseen sitoutuminen laskee (esim. Wang & Eccles, 2012). Koulutukseen sitoutuminen ja toisaalta sitoutumattomuus ovatkin siis tärkeitä tekijöitä ottaa huomioon, kun tarkastellaan koulutuksen keskeyttämistä toisen asteen koulutuksessa. Awang-Hashimin, Kaurin ja Nomanin (2015) mukaan nuoren sitoutumattomuus koulutukseen voi näyttäytyä esimerkiksi siten, että nuori tulee tunneille valmistautumatta, ei tee koulutehtäviään, ei ole kiinnostunut koulunkäynnistä, saa heikkoja arvosanoja tai joutuu erotetuksi koulusta.

Tässä tutkimuksessa nuorten koulutukseen sitoutumista tarkastellaan toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana, sillä ensimmäisen vuoden tiedetään olevan kriittinen ajanjakso nuoren opintojen jatkumisen kannalta (Aho & Mäkiäho, 2014). Koulutukseen sitoutumista tarkastelemme koulutuspaikkaan tyytyväisyyden kautta, minkä voidaan ajatella kuvaavan emotionaalista sitoutumista. Emotionaalinen sitoutuminen kuvastaa sitä, millaisia tunteita opiskelijalla on koulua, opettajia ja muita opiskelijoita kohtaan (Jimerson ym., 2003). Emotionaalinen sitoutuminen perustuu opiskelijan kiintymykseen kouluun ja kouluyhteisön jäseniin, ja sen oletetaan vaikuttavan haluun olla osana kouluyhteisöä (Fredricks ym., 2004). On havaittu, että ne, jotka ovat 15–16-vuotiaina eli peruskoulun yhdeksännellä luokalla tehneet koulutusvalinnan, ovat keskimäärin tyytymättömämpiä koulutuksessaan kuin korkeammilla koulutusasteilla opiskelevat henkilöt, jotka ovat valinneet nykyisen koulutuksensa hieman vanhempana (Pekkarinen & Myllyniemi, 2018). Voi olla, että monet nuoret tekevät väärin valintoja, koska yhdeksännellä luokalla toisen asteen koulutusvalinta on tehtävä, olipa nuori siihen valmis tai ei (Pekkarinen & Myllyniemi 2018). Tämä voikin näkyä toisella asteella heikkona koulutukseen sitoutumisena.

Koulutuspaikkaan tyytyväisyyden lisäksi tarkastelemme koulutukseen sitoutumista koulutuksen keskeyttämisajatusten näkökulmasta. Keskeyttämisajatusten voidaan ajatella kuvastavan heikkoa emotionaalista sitoutumista, ja niiden tiedetään olevan tärkeä merkki myöhemmästä koulutuksen keskeyttämisestä (Vasalampi, Kiuru & Salmela-Aro, 2018). Koulutuksen keskeyttäminen nähdään yleisesti prosessina, joten koulutuksen keskeyttämisajatusten tutkiminen varsinaisen keskeyttämisen sijaan tarjoaa tietoa prosessin varhaisemmista vaiheista, kun nuori ei vielä ole päätenyt keskeyttämään opintojaan. Tuen tarjoaminen tässä vaiheessa, kun nuori on edelleen mukana koulutuksessa, on hyvin tärkeää keskeytysten määrän vähentämiseksi.

1.2. Psykologisen joustamattomuuden yhteys nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen

Psykologinen joustamattomuus kuvaa tilannetta, jossa psyykkiset reaktiot ohjaavat jäykästi yksilön toimintaa, ja yksilö on kykenemätön toimimaan arvojensa mukaisesti tai muuttamaan toimintaansa niiden suuntaisesti (Hayes, Luoma, Bond, Masuda & Lillis, 2006). Hayesin ja muiden (2006) mukaan psykologisen joustamattomuuden prosesseja ovat 1) kokemuksellinen välttäminen, 2) kognitiivinen fuusio, 3) menneessä eläminen tai tulevaisuuden murehtiminen, 4) kiinnittyminen johonkin tietynlaiseen käsitykseen itsestä, 5) epäselvyys itselle tärkeistä asioista ja 6) passiivinen, välttelevä tai impulsiivinen toiminta. Kognitiivinen fuusio ja kokemuksellinen välttäminen ovat psykologisen joustamattomuuden keskeisimpiä prosesseja, jotka johtavat yksilön käyttäytymisen kapeutumiseen (Hayes ym., 2006). Kognitiivisella fuusiolla tarkoitetaan sitä, että yksilö uskoo liiaksi omia ajatuksiaan ja antaa niiden ohjata jäykästi omaa toimintaansa (Hayes, Strosahl & Wilson, 1999). Jos yksilö uskoo liikaa omia ajatuksiaan, se johtaa usein kokemukselliseen välttämiseen, jolloin yksilö ei kykene kohtaamaan omia sisäisiä tuntemuksiaan, välttelee niiden kohtaamista ja tilanteita, joissa ne esiintyvät sekä pyrkii muuttamaan niitä toisenlaisiksi (Hayes, Wilson, Gifford, Follette & Strosahl, 1996).

Psykologinen joustamattomuus voi näyttäytyä esimerkiksi siten, että yksilö juuttuu tietynlaisiin toimimattomiin käyttäytymismalleihin, ja hänen voi olla vaikeaa suunnitella toimintaansa ja toimia pitkän aikavälin tavoitteiden mukaisesti (Kashdan & Rottenberg, 2010). Nuori, jolla on korkea psykologinen joustamattomuus, ei välttämättä esimerkiksi kykene asettamaan opiskeluun liittyviä pitkän aikavälin tavoitteita, välttelee opiskelua ja sen sijaan käyttää aikaansa asioihin, joista hän saa nautintoa vain lyhyellä tähtäimellä. Nuorten heikkoa koulutukseen sitoutumista kuvaava toiminta, kuten koulutyön laiminlyönti (Awang-Hashim ym., 2015) voikin mahdollisesti pohjimmiltaan olla epämiellyttävien tunteiden ja ajatusten aiheuttamaa välttämiskäyttäytymistä.

Psykologista joustamattomuutta on tutkittu nuorilla lähinnä mielenterveyden ongelmien näkökulmasta. Psykologisen joustamattomuuden tiedetäänkin olevan nuorilla yhteydessä moniin mielenterveyden häiriöihin, kuten masennukseen ja ahdistuneisuushäiriöihin (Kashdan & Rottenberg, 2010; Muris ym., 2017). Lisäksi sen on havaittu olevan yhteydessä muun muassa nuorten tunne-elämän epävakauteen, sekä sisäänpäin että ulospäin suuntautuvaan ongelmakäyttäytymiseen, alhaisempaan elämäntyytyväisyyteen ja runsaampaan somaattiseen oireiluun (Oppo ym., 2019; Szemenyei ym., 2020). On myös havaittu, että psykologinen joustamattomuus heikentää nuoren kykyä olla läsnä nykyhetkessä ja vastaavasti lisää nuoren taipumusta tukahduttaa epämiellyttävät

ajatukset ja tunteet (Muris ym., 2017). Nuoren heikot tietoisuustaidot on myös yhdistetty nuoren runsaampaan sosiaaliseen vetäytymiseen (Oppo ym., 2019).

Psykologiselle joustamattomuudelle vastakkainen käsite on psykologinen joustavuus. Psykologinen joustavuus kuvaa yksilön kykyä olla läsnä nykyhetkessä sekä tiedostaa ja hyväksyä omia mielensisäisiä tapahtumia (Puolakanaho, Kiuru & Lappalainen, 2019). Psykologinen joustavuus liittyy myös itselle tärkeiden arvojen tunnistamiseen sekä taitoon tehdä omien arvojen mukaisia valintoja ja tarvittaessa muuttaa omaa käyttäytymistä vastaamaan näitä arvoja (Hayes ym., 2006). Lisäksi se kuvastaa yksilön kykyä vastata asianmukaisella tavalla ympäristön vaatimuksiin sekä sisäisiin kokemuksiin siten, että ne palvelisivat yksilön tavoitteita (Williams ym., 2012) sekä yksilön kykyyn tasapainotella toistensa kanssa keskenään kilpailevien tarpeiden, tavoitteiden ja elämäntilanteiden välillä (Kashdan & Rottenberg, 2010). Nuoret kohtaavat monenlaisia haasteita erityisesti siirtymävaiheessa peruskoulusta toisen asteen koulutukseen, sillä heidän täytyy samanaikaisesti suorittaa loppuun useita koulutehtäviä sekä pohtia tulevaa koulutuspolkuaan (Puolakanaho ym., 2019). Voidaan ajatella, että hyvä psykologinen joustavuus todennäköisesti auttaisi nuorta kohtaamaan opintoihin liittyvät haasteet ja selviämään niistä paremmin.

Hayesin ja muiden (2006) mukaan psykologinen joustavuus voidaan käsittää kuutena toisiinsa yhteydessä olevana prosessina, joita ovat 1) hyväksyntä, 2) ajatusten vaikutuksen heikentäminen, 3) läsnäolo, 4) havainnoiva minä, 5) arvot sekä 6) arvojen mukaiset teot. Prosessit eivät ole synnynnäisiä ja pysyviä ominaisuuksia vaan myönteisiä harjoittelun avulla kehitettävissä olevia psyykkisiä taitoja (Hayes ym., 2006). Hyväksyntä on avointa ja hyväksyvää suhtautumista kaikenlaisiin, myös epämiellyttäviin kokemuksiin, tunteisiin ja ajatuksiin ilman, että yksilö yrittää muuttaa niitä toisenlaisiksi (Hayes ym., 2006). Ajatusten vaikutuksen heikentäminen puolestaan viittaa siihen, että yksilö tiedostaa ajatuksensa olevan vain ajatuksia sen sijaan, että pitäisi niitä sellaisenaan totena (Puolakanaho ym., 2019). Läsnäololla tarkoitetaan kykyä tarkastella sekä omia sisäisiä kokemuksia että ulkoisia tapahtumia sellaisina kuin ne ilmenevät ja arvioimatta niitä (Hayes ym., 2006). Havainnoiva minä puolestaan viittaa omaan itseen tilana, jonka kautta omien ajatusten ja tunteiden tarkastelu tapahtuu (Hayes ym., 2006). Arvot ovat yksilölle tärkeitä ja tavoittelemisen arvoisia asioita, joita kohti voidaan pyrkiä jokapäiväisessä elämässä arvojen mukaisten tekojen avulla (Hayes ym., 2006). Arvoissa korostuu näkökulma, että ne ovat henkilön itsensä valitsemia, eivätkä hänelle valmiina annettuja (Lappalainen & Lappalainen, 2010). Omien arvojen tiedostaminen voikin auttaa nuorta asettamaan itselleen merkityksellisiä opiskeluun liittyviä tavoitteita, jotka puolestaan vahvistavat nuoren koulutukseen sitoutumista.

Psykologisen joustavuuden oletetaan olevan läheisesti yhteydessä itsemyyötätunnon, itsearvostuksen, minäpystyvyyden sekä itsesäätelyn käsitteisiin (Muris ym., 2017; Williams ym.,

2012). Murisin ja muiden (2017) tutkimuksessa alhainen psykologinen joustavuus yhdistyi nuorten heikompaan itsemyötätuntoon, itsearvostukseen ja minäpystyvyyden kokemukseen. Myös koulutukseen sitoutumisella on havaittu olevan yhteyksiä näihin psykologisen joustavuuden lähikäsitteisiin. On havaittu esimerkiksi, että itsesäätelytaidot ja koulutukseen sitoutuminen ovat vastavuoroisesti yhteydessä toisiinsa nuoruudessa (Stefansson ym., 2018). On myös viitteitä siitä, että itsemyötätunto olisi yhteydessä opiskelijoiden vahvempaan opintoihin sitoutumiseen (Babenko, Mosewich, Abraham & Lai, 2018). Näiden tutkimustulosten perusteella voidaan tehdä varovaisia oletuksia siitä, että myös psykologinen joustavuus itsessään liittyisi korkeampaan koulutukseen sitoutumiseen ja psykologinen joustamattomuus puolestaan heikompaan koulutukseen sitoutumiseen.

Psykologisen joustavuuden voidaan katsoa olevan tärkeä nuorten hyvinvointia tukeva tekijä, mutta sen on kuitenkin havaittu vähenevän nuoruusiän edetessä (Williams ym., 2012). Toisin sanoen psykologinen joustamattomuus lisääntyy nuoruudessa. Koska psykologinen joustamattomuus voi heikentää nuoren hyvinvointia merkittävästi, sen voidaan olettaa heikentävän myös nuoren koulutukseen sitoutumista. Hyvinvoinnin lisääntyminen ja pahoinvoinnin lievittyminen lisäksi todennäköisesti myös nuorten sitoutumista koulunkäyntiin (Puolakanaho ym., 2019). Psykologisen joustamattomuuden yhteyksiä nuorten koulutukseen sitoutumiseen ei kuitenkaan ole aiemmin tutkittu. Psykologinen joustamattomuus on kuitenkin yhdistetty yliopisto-opiskelijoilla esimerkiksi prokrastinaatioon eli asioiden lykkäämiseen opinnoissa (Eisenbeck, Carreno & Uclés-Juárez, 2019; Glick, Millstein & Orsillo, 2014; Sutcliffe, Sedley, Hunt & Macaskill, 2019).

Psykologisen joustavuuden roolia koulutus kontekstissa on selvitetty muutamassa aiemmassa interventiotutkimuksessa. Fangin ja Dingin (2020) kiinalaisilla nuorilla toteutetussa tutkimuksessa saatiin viitteitä siitä, että nuorten koulutukseen sitoutumista voitaisiin lisätä hyväksymis- ja omistautumisterapiaan (HOT) perustuvalla psykologisen joustavuuden lisäämiseksi kehitetyllä interventiolla. Myös Grégoiren, Lachancen, Bouffardin ja Dionnen (2018) tutkimuksessa HOT-pohjaisella interventiolla oli positiivinen vaikutus kanadalaisten yliopisto-opiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen. HOT-pohjaisen verkkointervention on puolestaan havaittu tukevan yhdeksäsluokkalaisten nuorten urasuunnittelua (Kiuru ym., 2021). Aiemmat tutkimukset antavat viitteitä siitä, että psykologinen joustamattomuus saattaisi olla yhteydessä koulutukseen sitoutumiseen. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, onko nuorten psykologisen joustamattomuuden taso yhdeksännellä luokalla yhteydessä koulutukseen sitoutumiseen toisella asteella. Aihetta ei ole tietääksemme suoraan tutkittu koskaan aikaisemmin, joten tutkimuksemme antaa ilmiöstä täysin uutta tietoa.

1.3. Tutkimuskysymykset ja hypoteesit

1. Onko ammatillisessa koulutuksessa ja lukiossa opiskelevien nuorten välillä eroja psykologisessa joustamattomuudessa ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisessa?

Aiemmissa tutkimuksissa on havaittu, että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevat nuoret keskeyttävät opintonsa lukiolaisia useammin (Suomen virallinen tilasto, 2019b), ja keskeyttämisajatusten tiedetään olevan tärkeä ennakkomerkki varsinaisesta koulutuksen keskeyttämisestä (Vasalampi ym., 2018). Näiden tietojen perusteella oletamme, että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla on enemmän keskeyttämisajatuksia toisen asteen ensimmäisen vuoden aikana. Koulutuspaikkaan tyytyväisyyden sekä psykologisen joustamattomuuden suhteen emme aseta hypoteeseja aiemman tutkimuskirjallisuuden puutteen vuoksi.

2. Ennustaako psykologisen joustamattomuuden taso yhdeksännellä luokalla koulutukseen sitoutumista ja sen kehittymistä (tyytyväisyys koulutuspaikkaan, koulutuksen keskeyttämisajatukset) toisen asteen ensimmäisen vuoden aikana?

Psykologinen joustavuus on aiemmissa HOT-pohjaisissa interventiotutkimuksissa yhdistetty parempaan opintoihin sitoutumiseen (Fang & Ding, 2020; Grégoire ym., 2018), joten oletamme psykologisen joustamattomuuden puolestaan liittyvän heikompaan koulutukseen sitoutumiseen ja sen heikkenemiseen toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana.

3. Onko psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisissä yhteyksissä eroa ammatillisessa koulutuksessa ja lukiossa opiskelevien nuorten välillä?

Aiemman tutkimustiedon puutteen vuoksi emme aseta hypoteesia tälle tutkimuskysymykselle.

2. MENETELMÄT

2.1. Aineisto ja tutkittavat

Tämän tutkimuksen aineisto on osa laajempaa Suomen Akatemian ja Suomen Kulttuurirahaston rahoittamaa TIKAPUU 2 – Yläkoulusta toisen asteen opintoihin -tutkimushanketta (Kiuru & Ahonen, 2017–, www.jyu.fi/psychology/tikapuu), jonka tarkoituksena on tutkia nuorten toisen asteen koulutukseen siirtymisen onnistumista sekä tukea nuoria tässä kriittisessä siirtymävaiheessa. Hanke on toteutettu Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksella. Osallistujilta kerättiin kirjallinen suostumus tutkimuksiin osallistumisesta, ja Jyväskylän yliopiston eettinen toimikunta hyväksyi hankkeen tutkimussuunnitelman.

Tämän tutkimuksen aineisto kerättiin syksyllä 2017 tutkittavien nuorten ollessa yhdeksännellä luokalla sekä syksyllä 2018 ja keväällä 2019 samojen nuorten siirtyttyä toisen asteen koulutukseen. Tutkimukseen osallistui yhteensä 885 nuorta kahdesta keskisuomalaisesta kunnasta. Näistä nuorista yhdeksannen luokan syksyllä tutkimukseen osallistui 885, toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyllä 716 ja toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden keväällä 676. Tutkittavat vastasivat kyselyihin koulupäivän aikana kaikissa mittapisteissä.

Tutkittavista 56,2 % (n= 497) oli tyttöjä ja 43,8 % (n= 388) poikia. Tutkittavien keski-ikä yhdeksännellä luokalla oli 15,74 vuotta (vaihteluväli 14,58–18,08). Äidinkielen osalta otos edusti hyvin Keski-Suomen väestöä (Suomen virallinen tilasto, 2020). Perherakenteen osalta otos edusti suhteellisen hyvin koko Suomen väestöä (Suomen virallinen tilasto, 2019d). Nuorten koulutuspaikan osalta otos edusti koko väestöä suhteellisen hyvin, mutta lukiolaiset olivat hieman yliedustettuina (Suomen virallinen tilasto, 2019a). Kyselyyn vastanneet vanhemmat olivat koulutukseltaan hieman korkeammin koulutettuja kuin Keski-Suomen väestö keskimäärin (Suomen virallinen tilasto, 2019c). Aineiston kuvailevat tiedot on esitetty taulukossa 1.

Koska yhdeksannen luokan mittauksen ja toisen asteen syksyn mittauksen välillä 166 tutkittavaa jäi pois tutkimuksesta, tarkastelimme tutkimuksessa mukana olleita ja tutkimuksesta pois jääneitä nuoria ristiintaulukoinnilla ja riippumattomien otosten t-testillä. Tutkimuksessa mukana olleet ja siitä pois jääneet nuoret eivät eronneet toisistaan sukupuolen, äidinkielen tai aiemman koulumenestyksen osalta. Sen sijaan psykologisen joustamattomuuden suhteen mukana olevat ja pois jääneet nuoret erosivat toisistaan melkein merkitsevästi siten, että otoksesta pois jääneillä nuorilla oli hieman korkeampi psykologinen joustamattomuus ($t(216,73) = 2.325, p = .021, \text{Cohenin } d = 0.23$).

Myös kyselyn täyttäneen huoltajan koulutustason ja lapsen tutkimukseen osallistumisen välillä oli melkein merkitsevä yhteys ($\chi^2(6) = 14.73$, $p = .022$, Cramer $V = .15$) siten, että mitä alhaisempi vanhemman koulutustaso oli, sitä useammin nuori oli jäänyt otoksesta pois, ja vastaavasti mitä korkeampi vanhemman koulutustaso oli, sitä useammin nuori oli mukana otoksessa toisella asteella.

TAULUKKO 1. Tutkittavien taustatiedot.

		n	%
Äidinkieli (n = 883)	Suomi	844	95,6
	Kaksikielinen	15	1,7
	Muu	24	2,7
Koulutuspaikka (n = 807)	Lukio	517	64,1
	Ammatillinen koulutus	281	34,8
	Muu	9	1,1
Asumismuoto (n = 865)	Äiti ja isä	599	69,2
	Äiti	76	8,8
	Isä	17	2,0
	Vuoroasuminen (äiti ja isä)	92	10,6
	Äiti ja isäpuoli	61	7,1
	Isä ja äitipuoli	9	1,0
	Sijaiskoti tai vastaava	4	0,5
	Joku muu	7	0,8
Kyselyyn vastanneen huoltajan koulutus (n = 692)	Ei ammatillista koulutusta	11	1,6
	Työllisyys- tai ammatillisia kurseja	8	1,2
	Ammatillinen koulutus	209	30,2
	Opistotasoinen koulutus	151	21,8
	Ammattikorkeakoulu	108	15,6
	Yliopisto/korkeakoulu	179	25,9
	Yliopistollinen jatkotutkinto	26	3,8
	Toisen huoltajan koulutus (n = 550)	Ei ammatillista koulutusta	22
Työllisyys- tai ammatillisia kurseja		24	4,4
Ammatillinen koulutus		223	40,5
Opistotasoinen koulutus		84	15,3
Ammattikorkeakoulu		73	13,3
Yliopisto/korkeakoulu		102	18,5
Yliopistollinen jatkotutkinto		22	4,0

2.2. Mittarit ja muuttujat

Nuorten psykologista joustamattomuutta mitattiin yhdeksännen luokan syksyllä the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth (AFQ-Y) -kyselyn lyhyemmällä versiolla AFQ-Y8 (Greco, Lambert ja Baer, 2008). On osoitettu, että AFQ-Y ja sen lyhyempi versio AFQ-Y8 ovat luotettavia mittaamaan psykologista joustamattomuutta (Livheim ym., 2016). AFQ-Y8 sisältää kahdeksan ajatuksiin, tunteisiin ja tekemiseen liittyvää väittämää (esim. “Tunteeni ja ajatukseni pilaavat elämäni.”, “En tee asioita, jotka ovat minulle tärkeitä, jos olen surullinen.”). Tutkittavia pyydettiin arvioimaan väittämiä asteikolla 0–4 sen mukaan, miten paljon ne pitävät paikkaansa. Näistä psykologista joustamattomuutta kuvaavista väittämistä muodostettiin keskiarvosummamuuttuja (vaihteluväli 0–32). AFQ-summamuuttujalle laskettiin reliabiliteettia kuvaava Cronbachin alfa -kerroin .88.

Nuorten koulutukseen sitoutumista mitattiin kysymyksillä tyytyväisyydestä koulutuspaikkaan (esim. “Oletko tyytyväinen nykyiseen koulutuspaikkaasi?”, “Tuntuuko sinusta, että nykyinen koulutuspaikkavalintasi on onnistunut?”) sekä koulutuksen keskeyttämisaikeista (esim. “Onko mieleesi tullut jättää nykyinen koulutuksesi tai opintolinjasi kesken?”). Tutkittavat vastasivat kysymyksiin asteikolla 1–5 (1 = En/ei ollenkaan, 5 = Erittäin paljon/usein). Koulutukseen tyytyväisyyteen liittyvien kysymysten voidaan olettaa mittaavan enimmäkseen koulutukseen sitoutumisen emotionaalista ulottuvuutta. Nuorten mahdollisten koulutuksen keskeyttämisajatusten taas tiedetään olevan tärkeä merkki myöhemmästä koulutuksen keskeyttämisestä (Vasalampi, Kiuru & Salmela-Aro, 2018), ja niiden voidaan ajatella kuvastavan heikkoa koulutukseen sitoutumista. Koulutukseen sitoutumista mitattiin kahdessa aikapisteessä, toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyllä sekä keväällä. Koulutuspaikkaan tyytyväisyyttä sekä koulutuksen keskeyttämisajatuksia kuvaavista väittämistä muodostettiin keskiarvosummamuuttujat (vaihteluväli 1–5) erikseen toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyille sekä keväälle. Mittauskerroille muodostettiin omat summamuuttujat ja laskettiin reliabiliteettia kuvaavat Cronbachin alfat. Cronbachin alfa koulutuspaikkaan tyytyväisyyttä kuvaavalle summamuuttujalle oli toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyllä .90 ja keväällä .89 ja koulutuksen keskeyttämisajatuksia kuvaavalle summamuuttujalle toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyllä .80 ja keväällä .85.

2.3. Analyysimenetelmät

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä oli, onko ammatillisessa koulutuksessa ja lukiossa opiskelevien nuorten välillä eroja psykologisessa joustamattomuudessa ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisessa. Lukiolaisten ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien sekä tyttöjen ja poikien välisiä eroja psykologisessa joustamattomuudessa, koulutuspaikkaan tyytyväisyydessä ja koulutuksen keskeyttämisajatuksissa tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testillä.

Toisena tutkimuskysymyksenä selvitettiin, ennustaako psykologisen joustamattomuuden taso yhdeksännellä luokalla koulutukseen sitoutumista (tyytyväisyys koulutuspaikkaan, koulutuksen keskeyttämisajatuksia) toisen asteen ensimmäisen vuoden syksyllä ja sen kehittymistä toisen asteen ensimmäisen vuoden syksystä kevääseen. Psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisiä yhteyksiä tarkasteltiin ensin Pearsonin korrelaatiokertoimien avulla. Lisäksi yhteyksiä tarkasteltiin lineaarisen regressioanalyysin avulla erikseen koulutuspaikkaan tyytyväisyyden ja keskeyttämisajatuksien osalta.

Toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn tasoa koulutuspaikkaan tyytyväisyydessä sekä koulutuksen keskeyttämisajatuksissa tarkasteltiin malleilla, joissa ensimmäiselle askeleelle selittäjiksi lisättiin taustamuuttujat sukupuoli ja toisen asteen koulutuspaikka ja toiselle askeleelle psykologinen joustamattomuus yhdeksännellä luokalla. Koulutuspaikkaan tyytyväisyyden ja keskeyttämisajatuksien muutosta syksystä kevääseen pyrittiin selittämään malleilla, joissa ensimmäiselle askeleelle lisättiin taustamuuttujat, toiselle askeleelle syksyn taso samasta muuttujasta (tyytyväisyys/keskeyttämisajatuksia) sekä kolmannelle askeleelle psykologinen joustamattomuus.

Kolmantena tutkimuskysymyksenä oli, onko psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisissä yhteyksissä eroa ammatillisessa koulutuksessa ja lukiossa opiskelevien nuorten välillä. Tätä tarkasteltiin lisäämällä edelliseen neljään regressiomalliin mukaan viimeisellä askeleella yhdysvaikutustermi koulutuspaikka x psykologinen joustamattomuus. Aineisto analysoitiin IBM SPSS Statistics 27 -ohjelmalla.

3. TULOKSET

3.1. Kuvailevat tiedot ja ammatillisten opiskelijoiden ja lukiolaisten väliset erot psykologisessa joustamattomuudessa ja toisen asteen koulutuksen sitoutumisessa

Kuvailevat tiedot psykologisesta joustamattomuudesta ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisesta on esitetty taulukossa 2. Koko otosta tarkasteltaessa koulutuspaikkaan tyytyväisyys pysyi lähes samalla tasolla toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksystä kevääseen. Kuitenkin lukiolaisten koulutuspaikkaan tyytyväisyys kasvoi ensimmäisen vuoden syksystä kevääseen, kun taas ammatillisilla opiskelijoilla tyytyväisyys väheni. Koulutuksen keskeyttämisajatukset puolestaan lisääntyivät ensimmäisen vuoden aikana sekä lukiolaisilla että ammatillisilla opiskelijoilla. Psykologinen joustamattomuus oli yhdeksännellä luokalla hieman korkeampi ammatillisilla opiskelijoilla kuin lukiolaisilla.

TAULUKKO 2. Kuvailevat tiedot yhdeksännen luokan psykologisesta joustamattomuudesta ja toisen asteen ensimmäisen vuoden koulutukseen sitoutumisesta.

		N	KA	KH	Min.	Max.
9.lk Psykologinen joustamattomuus	Koko otos	877	8.27	6.57	0	32
	Lukio	515	7.91	6.13		
	Ammatillinen koulutus	277	8.10	6.61		
1.lk Syksyn tyytyväisyys	Koko otos	716	4.16	0.70	1	5
	Lukio	489	4.17	0.67		
	Ammatillinen koulutus	218	4.16	0.75		
1.lk Kevään tyytyväisyys	Koko otos	675	4.18	0.70	1	5
	Lukio	472	4.23	0.64		
	Ammatillinen koulutus	203	4.06	0.81		
1.lk Syksyn keskeyttämisajatukset	Koko otos	716	1.78	0.98	1	5
	Lukio	489	1.73	0.95		
	Ammatillinen koulutus	218	1.88	1.15		
1.lk Kevään keskeyttämisajatukset	Koko otos	674	1.87	1.09	1	5
	Lukio	472	1.81	1.05		
	Ammatillinen koulutus	202	1.99	1.49		

KA = keskiarvo, KH = keskihajonta

Ryhmien välisiä eroja psykologisessa joustamattomuudessa sekä toisen asteen koulutukseen sitoutumisessa tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testillä. Ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien ja lukiolaisten välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa koulutuspaikkaan tyytyväisyydessä ($t(705) = -.99, p = .921, \text{Cohenin } d = -.01$) eikä koulutuksen keskeyttämisajatuksissa ($t(705) = 1.761, p = .079, \text{Cohenin } d = .143$) toisen asteen ensimmäisen vuoden syksyllä. Ryhmien välillä oli tilastollisesti merkitsevä ero koulutuspaikkaan tyytyväisyydessä toisen asteen ensimmäisen vuoden keväällä ($t(313.673) = -2.724, p = .007, \text{Cohenin } d = -.252$) siten, että lukiossa opiskelevat olivat ammatillisessa koulutuksessa opiskelevia tyytyväisempiä koulutuspaikkaansa ensimmäisen vuoden keväällä. Toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden keväällä koulutuksen keskeyttämisajatuksissa ryhmien välillä oli marginaalinen ero siten, että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla oli hieman enemmän keskeyttämisajatuksia ($t(672) = 1.899, p = .058, \text{Cohenin } d = .16$). Lukiolaiset ja ammatilliset opiskelijat eivät eronneet toisistaan tilastollisesti merkitsevästi psykologisen joustamattomuuden tasossa yhdeksännellä luokalla ($t(529.795) = .402, p = .668, \text{Cohenin } d = .03$).

Lisäksi ryhmäeroja tarkasteltiin sukupuolten välillä. Tyttöjen ja poikien välillä ei ollut tilastollisesti merkitseviä eroja koulutuspaikkaan tyytyväisyydessä toisen asteen ensimmäisen vuoden syksyllä ($t(714) = 1.379, p = .168, \text{Cohenin } d = .10$) tai keväällä ($t(673) = .098, p = .922, \text{Cohenin } d = .01$) eikä koulutuksen keskeyttämisajatuksissa toisen asteen ensimmäisen vuoden syksyllä ($t(613.671) = -1.660, p = .097, \text{Cohenin } d = -.13$) tai keväällä ($t(672) = .144, p = .886, \text{Cohenin } d = .01$). Psykologisen joustamattomuuden tasossa yhdeksännellä luokalla tyttöjen ja poikien välillä sen sijaan oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ero ($t(875) = 6.161, p < .001, \text{Cohenin } d = .42$) siten, että tytöillä oli poikia korkeampi psykologinen joustamattomuus.

3.2. Yhdeksännellä luokalla mitatun psykologisen joustamattomuuden yhteydet toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen

Yhdeksännellä luokalla mitatun psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen välisiä yhteyksiä tarkasteltiin ensin Pearsonin korrelaatiokertoimien avulla. Korrelaatiokertoimet on esitetty taulukossa 3. Mitä korkeampi nuorten psykologinen joustamattomuus oli yhdeksännellä luokalla, sitä tyytymättömpiä he olivat koulutuspaikkaansa ja sitä enemmän heillä oli koulutuksen keskeyttämisajatuksia toisen asteen ensimmäisenä vuonna.

TAULUKKO 3. Yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen ensimmäisen vuoden koulutuspaikkaan tyytyväisyyden sekä koulutuksen keskeyttämisajatusten väliset Pearsonin korrelaatiokertoimet.

	1.lk Syksyn tyytyväisyys	1.lk Kevään tyytyväisyys	1.lk Syksyn keskeyttämisajatukset	1.lk Kevään keskeyttämisajatukset
AFQ	-.134***	-.176***	.131***	.144***

AFQ = psykologinen joustamattomuus yhdeksännellä luokalla

*** $p < 0.001$

Lisäksi yhdeksännellä luokalla mitatun psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen välisiä yhteyksiä tarkasteltiin lineaarisen regressioanalyysin avulla. Tulokset on esitetty taulukoissa 4 ja 5. Ensimmäisen vuoden syksyn koulutuspaikkaan tyytyväisyyttä ennustettaessa taustamuuttujat ja psykologinen joustamattomuus selittivät yhteensä 2,4 % tyytyväisyyden tason vaihtelusta, ja psykologisella joustamattomuudella oli tilastollisesti erittäin merkitsevä negatiivinen omavaikutus ($p < .001$; Ks. Taulukko 4) koulutuspaikkaan tyytyväisyyteen siten, että mitä korkeampi psykologinen joustamattomuus nuorella oli, sitä alhaisempi hänen koulutuspaikkaan tyytyväisyyteensä oli toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyllä.

Koulutuspaikkaan tyytyväisyyden muutosta syksystä kevääseen ennustavassa mallissa sukupuoli, toisen asteen koulutuspaikka, toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn koulutuspaikkaan tyytyväisyyden taso ja yhdeksännen luokan psykologinen joustamattomuus selittivät yhteensä 32,7 % kevään koulutuspaikkaan tyytyväisyyden tason vaihtelusta. Taustamuuttujien sekä toisen asteen ensimmäisen vuoden syksyn koulutuspaikkaan tyytyväisyyden kontrolloinnin jälkeen psykologisella joustamattomuudella oli tilastollisesti merkitsevä negatiivinen omavaikutus ensimmäisen vuoden kevään koulutuspaikkaan tyytyväisyyden tasoon ($p = .001$; Ks. Taulukko 4). Mitä korkeampi nuoren psykologinen joustamattomuus oli yhdeksännellä luokalla, sitä heikompi hänen koulutuspaikkaan tyytyväisyytensä oli toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden keväällä.

Toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn keskeyttämisajatuksista taustamuuttujat ja psykologinen joustamattomuus selittivät yhteensä 2,7 %. Taustamuuttujien kontrolloinnin jälkeen psykologisella joustamattomuudella oli tilastollisesti erittäin merkitsevä positiivinen omavaikutus ensimmäisen vuoden syksyn koulutuksen keskeyttämisajatuksiin ($p < .001$;

Ks. Taulukko 5). Mitä korkeampi nuoren psykologinen joustamattomuus oli, sitä enemmän hänellä oli koulutuksen keskeyttämisajatuksia toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyllä.

Keskeyttämisajatusten muutosta syksystä kevääseen ennustettaessa sukupuoli, toisen asteen koulutuspaikka, toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn keskeyttämisajatuksien ja yhdeksännen luokan psykologinen joustamattomuus selittivät yhteensä 26,2 % kevään keskeyttämisajatusten vaihtelusta. Taustamuuttujien sekä toisen asteen ensimmäisen vuoden syksyn koulutuksen keskeyttämisajatuksien kontrolloinnin jälkeen psykologisella joustamattomuudella oli tilastollisesti melkein merkitsevä positiivinen omavaikutus ensimmäisen vuoden kevään koulutuksen keskeyttämisajatuksiin siten, että mitä korkeampi nuoren psykologinen joustamattomuus oli yhdeksännellä luokalla, sitä enemmän hänellä oli keskeyttämisajatuksia toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden keväällä. ($p = .015$; Ks. Taulukko 5).

TAULUKKO 4. Toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn ja kevään koulutuspaikkaan tyytyväisyyden selittyminen sukupuolella, koulutuspaikalla ja yhdeksännen luokan psykologisella joustamattomuudella.

	β	ΔR^2	R^2
Koulutukseen tyytyväisyys 1.lk syksyllä	Askel 1: Taustamuuttujat	.002	.002
	1. Sukupuoli	-.044	
	2. Koulutuspaikka	.012	
	Askel 2: 3. Psykologinen joustamattomuus	-.151***	.022 .024
Koulutukseen tyytyväisyys 1.lk keväällä	Askel 1: Taustamuuttujat	.012	.012
	1. Sukupuoli	.042	
	2. Koulutuspaikka	.113**	
	Askel 2: 3. Syksyn tyytyväisyys	.551***	.304 .316
	Askel 3: 4. Psykologinen joustamattomuus	-.110**	.011 .327

Huom. β = standardoitu regressiokerroin mallin viimeiseltä askeleelta (kun kaikki mallin muuttujat ovat mukana), ΔR^2 = selityksasteen (R^2) muutos, kun askeleen kaikki muuttujat ovat mukana.

** $p < .01$, *** $p < .001$

TAULUKKO 5. Toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn ja kevään koulutuksen keskeyttämisajatuksen selittyminen sukupuoli, koulutuspaikalla ja yhdeksännen luokan psykologisella joustamattomuudella.

		β	ΔR^2	R^2
Koulutuksen keskeyttämisajatuksen selitys syksyllä	Askel 1: Taustamuuttajat		.006	.006
	1. Sukupuoli	.051		
	2. Koulutuspaikka	-.051		
	Askel 2:		.021	.027
	3. Psykologinen joustamattomuus	.148***		
Koulutuksen keskeyttämisajatuksen selitys keväällä	Askel 1: Taustamuuttajat		.006	.006
	1. Sukupuoli	-.046		
	2. Koulutuspaikka	-.071		
	Askel 2:		.249	.255
	3. Koulutuksen keskeyttämisajatuksen selitys syksyllä	.501***		
	Askel 3:		.007	.262
	4. Psykologinen joustamattomuus	.088*		

Huom. β = standardoitu regressiokerroin mallin viimeiseltä askeleelta (kun kaikki mallin muuttujat ovat mukana), ΔR^2 = selityssasteen (R^2) muutos, kun askeleen kaikki muuttujat ovat mukana.
 *** $p < .001$, * $p < .05$

3.3. Toisen asteen koulutuspaikka psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen välisten yhteyksien muuntavana tekijänä

Toisen asteen koulutuspaikan vaikutusta psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisiin yhteyksiin tutkittiin lisäämällä edellisiin neljään regressiomalliin yhdysvaikutustermi koulutuspaikka x psykologinen joustamattomuus. Tulokset on esitetty taulukoissa 6 ja 7. Toisen asteen koulutuspaikalla ei ollut muuntavaa vaikutusta psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutuspaikkaan sitoutumisen yhteyksiin silloin, kun selitettiin toisen asteen ensimmäisen vuoden syksyn ja kevään koulutuspaikkaan tyytyväisyyttä sekä syksyn koulutuksen keskeyttämisajatuksia. (Ks. Taulukko 6).

TAULUKKO 6. Toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn ja kevään koulutuspaikkaan tyytyväisyyden selittyminen sukupuolella, koulutuspaikalla ja yhdeksännen luokan psykologisella joustamattomuudella.

		β	ΔR^2	R^2
Koulutukseen tyytyväisyys 1.lk syksyllä	Askel 1: Taustamuuttajat		.003	.003
	1. Sukupuoli	-.051		
	2. Koulutuspaikka	-.012		
	Askel 2:		.021	.023
	3. Psykologinen joustamattomuus	-.147***		
	Askel 3: Interaktiotermi		.001	.024
	4. Koulutuspaikka x Psykologinen joustamattomuus	-.059		
Koulutukseen tyytyväisyys 1.lk keväällä	Askel 1: Taustamuuttajat		.012	.012
	1. Sukupuoli	.042		
	2. Koulutuspaikka	.113**		
	Askel 2:		.304	.316
	3. Koulutukseen tyytyväisyys syksyllä	.551***		
	Askel 3:		.011	.327
	4. Psykologinen joustamattomuus	-.110**		
Askel 4: Interaktiotermi		.003	.330	
	5. Koulutuspaikka x Psykologinen joustamattomuus	-.099		

Huom. β = standardoitu regressiokerroin mallin viimeiseltä askeleelta (kun kaikki mallin muuttujat ovat mukana), ΔR^2 = selitysasteen (R^2) muutos, kun askeleen kaikki muuttujat ovat mukana.

*** $p < .001$, ** $p < .01$

Sen sijaan yhdysvaikutusermi selitti tilastollisesti merkitsevästi toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden kevään keskeyttämisajatusten vaihtelua, sillä koulutuspaikka muunsi psykologisen joustamattomuuden ja kevään keskeyttämisajatusten välistä yhteyttä ($\beta = .192$, $p = .002$); Ks. Taulukko 7).

TAULUKKO 7. Toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden syksyn ja kevään koulutuksen keskeyttämisajatusten selittyminen sukupuoli, koulutuspaikalla ja yhdeksännen luokan psykologisella joustamattomuudella.

		β	ΔR^2	R^2
Koulutuksen keskeyttämisajatukset 1.lk syksyllä	Askel 1: Taustamuuttujat		.006	.006
	1. Sukupuoli	.050		
	2. Koulutuspaikka	-.048		
	Askel 2:		.022	.028
	3. Psykologinen joustamattomuus	.151***		
Koulutuksen keskeyttämisajatukset 1.lk keväällä	Askel 3: Interaktiotermit		.000	.028
	4. Koulutuspaikka x Psykologinen joustamattomuus	.007		
Koulutuksen keskeyttämisajatukset 1.lk keväällä	Askel 1: Taustamuuttujat		.006	.006
	1. Sukupuoli	-.046		
	2. Koulutuspaikka	-.071		
	Askel 2:		.249	.255
	4. Koulutuksen keskeyttämisajatukset syksyllä	.501***		
	Askel 3:		.007	.262
	5. Psykologinen joustamattomuus	.088*		
Askel 4: Interaktiotermit		.012	.274	
	6. Koulutuspaikka x Psykologinen joustamattomuus	.192**		

Huom. β = standardoitu regressiokerroin mallin viimeiseltä askeleelta (kun kaikki mallin muuttujat ovat mukana), ΔR^2 = selitysasteen (R^2) muutos, kun askeleen kaikki muuttujat ovat mukana.
 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

Jatkotarkasteluna psykologisen joustamattomuuden yhteyttä koulutuksen keskeyttämisajatuksiin tarkasteltiin estimoimalla vastaava koulutuksen keskeyttämisajatusten kevään tasoa ennustava regressiomalli erikseen lukiolaisille ja ammatillisille opiskelijoille. Tarkasteluissa havaittiin, että lukiolaisten kohdalla korkeampi psykologinen joustamattomuus yhdeksännellä luokalla oli yhteydessä keskeyttämisajatusten lisääntymiseen lukion ensimmäisen vuoden aikana ($\beta = .165$, $p < .001$). Sen sijaan ammatillisilla opiskelijoilla tätä yhteyttä ei ollut ($\beta = -.080$, $p = .247$).

4. POHDINTA

Tässä tutkimuksessa tarkoituksena oli tutkia yhdeksännellä luokalla mitatun psykologisen joustamattomuuden yhteyksiä toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen ja sen muutoksiin koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana. Toisen asteen koulutuksen ensimmäinen vuosi on erityisen kriittinen nuoren koulutuksessa pysymisen kannalta (Aho & Mäkiäho, 2014). Koulutukseen sitoutumista tarkasteltiin koulutuspaikkaan tyytyväisyyden sekä koulutuksen keskeyttämisajatusten näkökulmasta. Yhteyksiä tarkasteltiin erikseen myös lukiolaisten sekä ammatillisten opiskelijoiden osalta. Siirtymä peruskoulusta toiselle asteelle on kriittinen vaihe nuoren elämässä, ja sen epäonnistuminen lisää riskiä syrjäytymiselle (Pekkarinen & Myllyniemi, 2018). Jopa noin 15 prosenttia joka ikäluokasta jää ilman perusasteen jälkeistä koulutusta (Suomen virallinen tilasto, 2019c). Alhainen koulutustaso voi aiheuttaa yksilölle työttömyyttä (Sipilä ym., 2011), toimeentulo- ja terveysongelmia (Talala ym., 2014) sekä yhteiskunnalle lisäkuluja (Hilli ym., 2018).

Tutkimuksessamme halusimme selvittää, ennustaako psykologinen joustamattomuus koulutuspaikkaan tyytyväisyyttä ja mahdollisia koulutuksen keskeyttämisajatuksia toisen asteen opinnoissa. Koulutuksen keskeyttäminen voidaan nähdä pitkään jatkuneen sitoutumattomuuden lopputuloksena (Henry ym., 2011), ja vahva koulutukseen sitoutuminen puolestaan ehkäisee opintojen keskeyttämistä (Markussen ym., 2011). Psykologinen joustavuus on myönteinen ja harjoittelun avulla kehitettävissä oleva taito (Hayes ym., 2006), ja sillä tiedetään olevan tärkeä rooli erilaisista elämänhaasteista selviytymisessä (Biron & van Veldhoven, 2012; Hoare ym., 2012; Mccracken ym., 2011). Psykologinen joustamattomuus puolestaan liittyy erilaisiin vaikeuksiin (Kashdan & Rottenberg, 2010; Oppo ym., 2019; Szemenyei ym., 2020). Tässä tutkimuksessa tarkoituksenamme oli selvittää, onko psykologinen joustamattomuus yhteydessä nuorten toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen. Psykologisen joustamattomuuden yhteyksiä koulutukseen sitoutumiseen ei tietääksemme ole aiemmin tutkittu, joten tutkimuksemme antoi aiheesta täysin uutta ja arvokasta tietoa.

4.1. Yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden koulutukseen sitoutumisen taso

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenämme selvitimme, onko lukiolaisten ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien välillä eroja yhdeksännen luokan psykologisessa joustamattomuudessa

sekä toisen asteen koulutukseen sitoutumisessa. Oletimme, että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla olisi lukiolaisia enemmän koulutuksen keskeyttämisajatuksia toisen asteen koulutuksen ensimmäisenä vuonna, mutta koulutuspaikkaan tyytyväisyyden suhteen emme asettaneet hypoteesia. Havaitimme, että lukiossa opiskelevat nuoret olivat ammatillisia opiskelijoita tyytyväisempiä koulutuspaikkaansa toisen asteen ensimmäisen vuoden keväällä. Sen sijaan ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla nuorilla oli hieman lukiossa opiskelevia enemmän koulutuksen keskeyttämisajatuksia ensimmäisen vuoden keväällä. Hypoteesimme sai siis tukea. Keskeyttämisajatuksen tiedetään olevan tärkeä ennakkomerkki myöhemmästä koulutuksen keskeyttämisestä (Vasalampi ym., 2018), ja tiedetään myös, että ammatilliset opiskelijat keskeyttävät opintonsa lukiolaisia useammin (Suomen virallinen tilasto, 2019b). Tutkimuksemme tulos onkin samansuuntainen näiden aiempien havaintojen kanssa. Erot lukiossa ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelevien nuorten välillä eivät olleet havaittavissa vielä syksyllä vaan nousivat esiin toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana. Saattaa olla, että ammatillisessa koulutuksessa väärä alavalinta korostuu selkeästi opintojen edetessä, ja nuori huomaa ensimmäisen vuoden kuluessa, ettei olekaan välttämättä itselleen oikeassa koulutuksessa. Voi myös olla, että nuori ei ole päässyt opiskelemaan ensisijaisen toiveensa mukaiseen koulutuspaikkaan, jolloin opiskelu ei välttämättä tunnu mielekkäältä, ja keskeyttäminen saattaa käydä helpommin mielessä.

Joidenkin aiempien tutkimusten mukaan koulutukseen sitoutuminen laskee nuoruusvuosien aikana (esim. Wang & Eccles, 2012). Tutkimuksemme tulos onkin osin yhteneväinen tämän havainnon kanssa, sillä sekä lukiolaisilla että ammatillisilla opiskelijoilla koulutuksen keskeyttämisajatuksia lisääntyivät vuoden aikana, vaikkakin ammatillisilla opiskelijoilla lukiolaisia enemmän. Koulutuspaikkaan tyytyväisyys puolestaan laski vuoden aikana ainoastaan ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla, kun taas lukiolaisilla se lisääntyi hieman. Tämä tulos on osin ristiriitainen – lukiolaisilla sekä koulutuspaikkaan tyytyväisyys että koulutuksen keskeyttämisajatuksia lisääntyivät samanaikaisesti. Saattaa olla, että lukiolaiset ovat hyvin innostuneita koulutuksestaan ja sitoutuvat siihen lähtökohtaisesti vahvasti, mutta suorituspainneiden kasvaessa ja voimavarojen ylittyessä mielessä voi käydä myös koulutuksen keskeyttäminen. Toisaalta voi myös mahdollisesti olla niin, että osalla lukiolaisista tyytyväisyys koulutuspaikkaan lisääntyi, kun taas osalla keskeyttämisajatuksia lisääntyivät opintojen ensimmäisen vuoden aikana. Kun tarkastellaan koko otosta, nuorten tyytyväisyys koulutuspaikkaansa pysyi keskiarvotasolla kuitenkin melko korkeana syksystä kevääseen, mikä on positiivinen tulos.

Lukiolaisten ja ammatillisten opiskelijoiden välisten erojen lisäksi tarkastelimme sukupuolieroja psykologisessa joustamattomuudessa sekä toisen asteen koulutukseen sitoutumisessa. Tyttöjen ja poikien välillä ei löytynyt eroja koulutuspaikkaan tyytyväisyydessä tai koulutuksen

keskeyttämisajatuksissa. Aiemmasta tutkimustiedosta poiketen pojilla ei siis tässä tutkimuksessa vaikuttanut olevan tyttöjä korkeampaa riskiä opintojen keskeyttämiselle ainakaan keskeyttämisajatuksilla mitattuna. Aiemmissa tutkimuksissa on havaittu, että pojat keskeyttävät toisen asteen opinnot tyttöjä useammin (Markussen ym., 2011; Sagatun ym., 2014), ja heidän syrjäytymisriskinsä on tyttöjä suurempi (Nurmi, 2011; THL, 2021). Tutkimuksemme tuloksia voidaankin pitää lupaavina, sillä tässä aineistossa toisen asteen koulutukseen sitoutumisessa ei havaittu eroja tyttöjen ja poikien välillä. Toisaalta voi olla, että tutkimuksemme ei tavoittanut suurimmassa keskeyttämisvaarassa olevia tai jo koulutuksen keskeyttäneitä nuoria.

Psykologisessa joustamattomuudessa havaittiin eroavaisuuksia, sillä tässä aineistossa tytöillä oli yhdeksännellä luokalla poikia korkeampi psykologinen joustamattomuus. Tämä voisi mahdollisesti selittyä sillä, että tytöillä on havaittu olevan nuoruudessa enemmän sisäänpäin suuntautuvaa ongelmakäyttäytymistä, kun taas pojilla ulospäin suuntautuva ongelmakäyttäytyminen on yleisempää (Aunola ym., 2000). Sisäänpäin suuntautunut ongelmakäyttäytyminen liittyykin läheisesti psykologiseen joustamattomuuteen, sillä se voi näyttäytyä esimerkiksi masentuneisuutena, ahdistuneisuutena, huolestuneisuutena, somaattisena oireiluna ja sosiaalisena vetäytymisenä (Aunola ym., 2000; Oppo ym., 2019). Tutkimuksemme tulokset viittaavat siihen, että erityisesti tytöt voisivat hyötyä psykologisen joustavuuden harjoittelusta.

4.2. Yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen yhteydet

Toisena tutkimuskysymyksenämme tarkastelimme psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen välisiä yhteyksiä. Tästä aiheesta ei tietääksemme ole tehty aiempaa tutkimusta. Aiemmillä psykologisen joustavuuden lisäämiseen pyrkivillä interventioilla on kuitenkin havaittu olevan positiivisia vaikutuksia opiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen (Fang & Ding, 2020; Grégoire ym., 2018). Näiden tutkimusten perusteella oletimme, että korkeampi psykologinen joustamattomuus olisi yhteydessä heikompaan toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen, ja tutkimuksemme tulokset tukivat tätä hypoteesia. Havaitsimme, että psykologisen joustamattomuuden taso yhdeksännellä luokalla ennusti nuorten koulutukseen sitoutumista ja sen kehittymistä toisen asteen ensimmäisen vuoden aikana. Mitä korkeampi nuorten psykologinen joustamattomuus oli yhdeksännellä luokalla, sitä tyytymättömämpiä he olivat koulutuspaikkaansa ja sitä enemmän heillä oli koulutuksen keskeyttämisajatuksia toisen asteen koulutuksen ensimmäisenä vuonna.

Tarkastelimme psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisiä yhteyksiä lisäksi regressiomalleilla, joissa psykologinen joustamattomuus ennusti kaikkia sitoutumismuuttujia: koulutuspaikkaan tyytyväisyyttä syksyllä ja keväällä sekä koulutuksen keskeyttämisajatuksia syksyllä ja keväällä. Tulos on lupaava, sillä se antaa viitteitä siitä, että psykologista joustavuutta kehittämällä voitaisiin todennäköisesti vaikuttaa suoraan nuorten koulutukseen sitoutumiseen. Psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisistä yhteyksistä ei ole aiempaa tutkimustietoa, mutta tuloksemme on samansuuntainen esimerkiksi aiemman havainnon kanssa siitä, että psykologinen joustamattomuus olisi ainakin yliopisto-opiskelijoilla yhteydessä esimerkiksi prokrastinaatioon eli asioiden lykkäämiseen opinnoissa (Eisenbeck, Carreno & Uclés-Juárez, 2019; Glick, Millstein & Orsillo, 2014; Sutcliffe, Sedley, Hunt & Macaskill, 2019). Prokrastinaatio saattaa olla merkki heikosta koulutukseen sitoutumisesta.

Kolmantena tutkimuskysymyksenämme tarkastelimme yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen välisiä yhteyksiä erikseen ammatillisessa koulutuksessa ja lukiossa opiskelevien nuorten osalta. Aiemman tutkimustiedon puutteen vuoksi emme asettaneet hypoteesia. Tulokset osoittivat, että psykologinen joustamattomuus oli yhteydessä heikompaan koulutukseen sitoutumiseen sekä lukiossa että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla nuorilla. Yhteydet olivat lukiossa ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla samanlaisia kaikkien muiden sitoutumismuuttujien, paitsi ensimmäisen vuoden kevään keskeyttämisajatusten osalta. Lukiolaisilla korkea yhdeksännen luokan psykologinen joustamattomuus selitti keskeyttämisajatusten lisääntymistä lukion ensimmäisen vuoden aikana, mutta ammatillisilla opiskelijoilla tätä yhteyttä ei ollut. Korkea psykologinen joustamattomuus vaikuttaisi siis olevan merkittävä tekijä lukiolaisten koulutuksen ensimmäisen vuoden aikana ilmenevien keskeyttämisajatusten taustalla.

Ero saattaa mahdollisesti selittyä lukion ja ammatillisen koulutuksen välisillä eroavaisuuksilla ja opiskelun erilaisilla vaatimuksilla. Ylipäätään toisen asteen opinnoissa nuoriin kohdistuu paljon paineita, mutta erityisesti lukio-opiskelijat kohtaavat yhä enenevässä määrin vaatimuksia heti ensimmäisestä vuodesta lähtien esimerkiksi jatko-opintoihin hakeutumiseen liittyen. Viime vuosien aikana toteutettu korkeakoulujen opiskelijavalintojen uudistus on lisännyt lukiolaisten painetta korkeiden arvosanojen tavoitteluun, koska ne määrittävät aiempaa enemmän korkeakouluopintoihin sijoittumista (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2017). Tiedetään myös, että jopa 15,5 % lukiolaisista kokee koulu-uupumusta (THL, 2019). Lukio-opiskelu saattaa vaatia nuorelta enemmän opintoihin sitoutumista kuin ammatillinen koulutus, sillä lukio-opinnot vaativat enemmän itsenäistä opiskelua myös koulupäivän jälkeen. Lukiossa opiskelevalla nuorella on myös ammatilliseen koulutukseen verrattuna enemmän omia valinnan mahdollisuuksia ja vastuuta opintojen sisältöjen ja

aikatauluttamisen suhteen. Lukiossa opiskellessa nuoren täytyy jo opintojen alussa tietää, mihin oppiaineisiin hän aikoo panostaa, ja väärät valinnat saattavat hankaloittaa myöhempää jatko-opintoihin hakeutumista.

Saattaa siis olla, että lukio-opinnoissa korkea psykologinen joustamattomuus on erityisen haitallista ja saa nuoren jo opintojen ensimmäisen vuoden aikana harkitsemaan koulutuksen keskeyttämistä. Tulos on mielenkiintoinen, sillä tiedetään, että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevilla koulutuksen keskeyttäminen on huomattavasti lukiolaisia yleisempää (Suomen virallinen tilasto, 2019b). Tutkimuksemme tulokset kuitenkin viittaavat siihen, että ammatillisilla opiskelijoilla koulutuksen keskeyttämisajatusten ilmenemisen taustalla saattaa olla ainakin osittain erilaisia syitä kuin lukiolaisilla. Aiemmissä tutkimuksissa onkin havaittu esimerkiksi, että ammatilliseen koulutukseen suuntaa useammin koulukielteisiä nuoria (Vanttaja ym., 2019), ja ammatillisilla opiskelijoilla on keskimäärin lukiolaisia alhaisempi koulumotivaatio (Dæhlen, 2017). Ammatillisten opiskelijoiden keskeyttämisajatukset saattavatkin mahdollisesti johtua jo valmiiksi kielteisestä suhtautumisesta opiskeluun. Eroavaisuuksista huolimatta tutkimuksemme perusteella vaikuttaa siltä, että koulutukseen sitoutumisen kannalta sekä lukiossa että ammatillisessa koulutuksessa opiskelevat nuoret hyötyisivät psykologisen joustavuuden harjoittelusta.

4.3. Tutkimuksemme rajoitukset ja ansiot

Tutkimuksemme tuloksia tarkasteltaessa täytyy ottaa huomioon sen rajoitukset. Vaikka tutkimuksemme tulokset ovat lupaavia, on huomioitava, että tulosten efektikoot sekä psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen väliset korrelaatiot olivat melko pieniä. Pienet efektikoot saattavat selittyä aineiston suhteellisen pienellä vaihtelulla psykologisen joustamattomuuden, koulutuspaikkaan tyytyväisyyden sekä koulutuksen keskeyttämisajatusten tasossa. Keskiarvotasolla nuorten tyytyväisyys koulutuspaikkaansa oli koko aineistossa melko korkealla tasolla, ja koulutuksen keskeyttämisajatuksia koettiin melko vähän. Myös tutkimuksessamme käytettyihin mittareihin liittyy joitakin rajoituksia. Rajoituksena voidaan pohtia, osasivatko tutkimukseen osallistuneet nuoret vastata todenmukaisesti psykologista joustamattomuutta mittaavaan AFQ-kyselyyn. Vaikka tutkimuksessamme käytössä oli juuri AFQ:n nuorille suunnattu versio, osa nuorista on saattanut kokea väitteet vaikeasti ymmärrettävinä ja abstrakteina. Rajoitteena voidaan nähdä myös se, että koulutukseen sitoutumista tarkasteltiin ainoastaan yhdestä, emotionaalisen sitoutumisen näkökulmasta, ja koulutukseen sitoutumista

mitattiin ainoastaan nuorten itsearviointien avulla. Lisäksi on tärkeää tiedostaa, että psykologisen joustamattomuuden lisäksi monet muut yksilöön ja ympäristöön liittyvät tekijät vaikuttavat osaltaan koulutukseen sitoutumiseen, ja nämä tekijät ovat mahdollisesti voineet osaltaan vaikuttaa tutkimuksessamme havaittuihin psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisiin yhteyksiin.

Tutkimuksemme suurimpana ansiona voidaan pitää sitä, että se on tietääksemme ensimmäinen tästä aiheesta tehty tutkimus ja tuotti siten täysin uutta tietoa psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutukseen sitoutumisen välisistä yhteyksistä. Tutkimuksessamme psykologisella joustamattomuudella pystyttiin ennustamaan nuorten koulutukseen sitoutumisen muutosta myös sen jälkeen, kun sitoutumisen aiempi taso oli kontrolloitu, mikä on merkittävä havainto. Tutkimuksemme ehdottomia ansioita ovat myös otoksen suuri koko sekä pitkittäisasetelma, jossa samoja nuoria tutkittiin yhdeksänneltä luokalta toisen asteen koulutuksen ensimmäisen vuoden keväälle saakka. Tutkimuksemme otos vastasi hyvin perusjoukkoaan, joten tutkimustulosten yleistettävyyks on hyvä. Toisella asteella tutkimuksessa mukana olevat ja pois jääneet nuoret erosivat toisistaan hieman yhdeksännen luokan psykologisen joustamattomuuden sekä vanhemman koulutustason mukaan, mutta erot olivat tilastollisesti ainoastaan melkein merkitseviä ja efektikoot hyvin pieniä, joten todennäköisesti erot eivät olennaisesti heikennä tutkimustulosten luotettavuutta. Merkittävänä ansiona voidaan pitää myös tutkimuksessamme käytettyjä mittareita. Koulutuksen keskeyttämisilmiötä kuvattiin tutkimuksessamme keskeyttämisajatuksilla eikä varsinaisella koulutuksen keskeyttämisellä. Tämä tarjoaa tietoa keskeyttämisprosessin varhaisemmista vaiheista ja on myönteinen näkökulma ilmiöön. Niin kauan, kun nuori on vielä mukana koulutuksessa, hänelle on helpompi tarjota tukea ja estää varsinaista koulutuksen keskeyttämistä toteutumasta. Tutkimuksessamme käytetyn AFQ:n on todettu olevan luotettava psykologisen joustamattomuuden mittari (Greco ym., 2008; Livheim ym., 2016). Myös muodostamiemme koulutuspaikkaan tyytyväisyyttä sekä koulutuksen keskeyttämisajatuksia kuvaavien summamuuttujien reliabiliteetit olivat hyvin korkeat, mikä osoittaa niiden olleen luotettavia mittaamaan toivottuja asioita.

4.4. Tulosten sovellusmahdollisuudet ja jatkotutkimushaasteet

Tutkimuksemme tulokset psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen välisistä yhteyksistä ovat lupaavia, sillä ne viittaavat siihen, että lasten ja nuorten psykologista joustavuutta

kehittämällä voitaisiin lisätä myös koulutukseen sitoutumista ja sitä kautta ehkäistä koulutuksen keskeyttämistä. Nuoruusiän edetessä psykologisen joustavuuden on havaittu vähenevän (Williams ym., 2012), joten tulevaisuudessa sitä olisikin tärkeää aloittaa tukemaan jo koulupolun varhaisessa vaiheessa, mutta viimeistään ennen toisen asteen koulutukseen siirtymistä. Koulutuksen keskeyttämiseen on liitetty aiemmin tekijöitä, joihin ei enää haasteiden ilmaantuessa voida vaikuttaa, kuten vanhempien alhainen koulutustaso (Haapakorva ym., 2018) ja nuoren aiempi heikko koulumenestys (Dæhlen, 2017; Haapakorva ym., 2018; Markussen ym., 2011). Sen sijaan psykologinen joustavuus on jatkuvasti harjoiteltavissa ja kehitettävissä oleva ominaisuus, jonka avulla olisi jatkossa helppoa vaikuttaa nuorten koulutukseen sitoutumiseen. Joissakin aiemmissa tutkimuksissa psykologista joustavuutta harjoittavilla interventioilla onkin ollut positiivisia vaikutuksia opiskelijoiden opintoihin sitoutumiseen (Fang & Ding, 2020; Grégoire ym., 2018). Psykologisen joustavuuden kehittämisestä nuorilla on saatu hyviä tuloksia erilaisilla verkkopohjaisilla interventioilla (Swain ym., 2015). Verkko-interventiot tarjoavat hyvän, helpon ja kustannustehokkaan tavan vahvistaa lasten ja nuorten psykologista joustavuutta koulupolun eri vaiheissa (Puolakanaho ym., 2019).

Koska tutkimuksemme oli ensimmäinen tästä aiheesta tehty tutkimus, psykologisen joustamattomuuden ja toisen asteen koulutuksen sitoutumisen välisistä yhteyksistä tarvitaan ehdottomasti lisää tutkimusta tulevaisuudessa. Toisen asteen koulutukseen sitoutumiseen vaikuttavat psykologisen joustamattomuuden lisäksi myös monet muut yksilöön ja ympäristöön liittyvät tekijät, joten psykologisen joustamattomuuden itsenäisen roolin selvittämiseksi tarvitaan vielä lisätutkimusta. Koulutukseen sitoutumisen kannalta on tärkeää, että nuori on toiveidensa mukaisessa koulutuksessa ja kokee koulutuspaikan omakseen. Tässä korostuu jo ennen siirtymää saadun tuen ja opinto-ohjauksen merkitys: tavoitteena olisi löytää jokaiselle nuorelle mahdollisimman sopiva toisen asteen koulutuspaikka ja myös auttaa häntä pääsemään sinne, esimerkiksi tarvittaessa kannustamalla kouluarvosanojen korottamisessa. Myös psykologisen joustavuuden kehittäminen saattaisi auttaa nuorta selkeyttämään omia arvojaan ja sitä kautta tavoitteitaan toisen asteen koulutukseen hakeutumiseen liittyen.

Koulutukseen sitoutumista voisi jatkossa tarkastella myös muiden ulottuvuuksien kuin emotionaalisen sitoutumisen näkökulmasta. Olisi mielenkiintoista selvittää myös, laskeeko psykologisen joustavuuden taso tämän aineiston nuorilla seurannan aikana, kuten esimerkiksi Williamsin ja muiden (2012) tutkimuksessa on havaittu. Tällöin olisi mahdollista selvittää, selittykö esimerkiksi koulutuksen keskeyttämisajatusten lisääntyminen juuri psykologisen joustavuuden heikkenemisellä. Lisäksi jatkossa voisi tutkia HOT-pohjaisten psykologista joustavuutta lisäävien interventioiden vaikuttavuutta nuorten koulutukseen sitoutumiseen. HOT-pohjaisella interventiolla

on havaittu olevan positiivisia vaikutuksia ainakin nuorten urasuunnitteluun (Kiuru ym., 2021), joten tämän perusteella voisi olettaa, että psykologisen joustavuuden kehittäminen vaikuttaisi positiivisesti nuorten toisen asteen koulutusvalinnan onnistumiseen ja sitä kautta myös koulutukseen sitoutumiseen. Tutkimuksemme tulokset antoivat viitteitä siitä, että psykologisen joustamattomuuden ja koulutukseen sitoutumisen väliset yhteydet olisivat osittain erilaisia ammatillisilla opiskelijoilla ja lukiolaisilla, mutta tästä aiheesta tarvitaan vielä lisää tutkimusta. Saattaa olla, että korkea psykologinen joustamattomuus ilmenee eri tavoin lukiolaisilla ja ammatillisilla opiskelijoilla ja näin ollen liittyy opinnoissa erilaisiin haasteisiin.

Toisen asteen koulutuksen keskeyttämistä sekä sen seurauksena kasvavaa syrjäytymisriskiä on pyritty ehkäisemään myös koulutuspoliittisilla päätöksillä. Vuonna 2021 oppivelvollisuus nousee aiemmasta 15 ikävuodesta 18 ikävuoteen, ja samalla toisen asteen koulutus muuttuu maksuttomaksi (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2021b). Uudistuksen tavoitteena on, että jokainen peruskoulun päättävä nuori suorittaisi toisen asteen koulutuksen (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2021b). Maksuttomuus on tärkeä edistysaskel, sillä perheen heikon taloudellisen tilanteen tiedetään vaikuttaneen osaltaan toisen asteen opintojen keskeytymiseen monilla nuorilla (Pekkarinen & Myllyniemi, 2018). Koulutuksen maksuttomuus auttaakin katkaisemaan huono-osaisuuden ylisukupolvista kierrettä ja tuo toisen asteen koulutuksen kaikkien saataville.

Vaikka oppivelvollisuuden laajentaminen saattaa osaltaan parantaa tilannetta, on edelleen tärkeää tutkia opintojen keskeyttämisen taustalla olevia tekijöitä, jotta nuoria voitaisiin tukea kouluttautumisessa ja opinnoissaan mahdollisimman hyvin. Koulutus on paras lääke syrjäytymiseen, joten erilaisissa nuorten kohtaamissa opintojen haasteissa auttaminen voidaan nähdä investointina tulevaisuuteen (Pekkarinen & Myllyniemi, 2018). Tutkimuksemme tulokset antavatkin viitteitä siitä, että psykologista joustavuutta kehittämällä voidaan tukea nuorten kouluttautumista ja koulutuksessa pysymistä.

LÄHTEET

- Aho, S. & Mäkiahho, A. (2014). Toisen asteen koulutuksen läpäisy ja keskeyttäminen. Vuosina 2001 ja 2006 toisen asteen opinnot aloittaneiden seuranta tutkimus. Opetushallitus.
- Aunola, K., Stattin, H. & Nurmi, J. (2000). Adolescents' Achievement Strategies, School Adjustment, and Externalizing and Internalizing Problem Behaviors. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(3), 289–306.
- Arnett, J. J. (1999). Adolescent Storm and Stress, Reconsidered. *American Psychologist*, 54(5), 317–326.
- Awang-Hashim, R., Kaur, A. & Noman, M. (2015). The interplay of socio-psychological factors on school engagement among early adolescents. *Journal of Adolescence*, 45, 214–224.
- Babenko, O., Mosewich, A., Abraham, J. & Lai, H. (2018). Contributions of psychological needs, self-compassion, leisure-time exercise, and achievement goals to academic engagement and exhaustion in Canadian medical students. *Journal of Educational Evaluation for Health Professions*, 15, 2.
- Biron, M. & van Veldhoven, M. (2012). Emotional labour in service work: Psychological flexibility and emotion regulation. *Human relations*, 65(10), 1259–1282.
- Dæhlen, M. (2017). Completion in vocational and academic upper secondary school: The importance of school motivation, self-efficacy, and individual characteristics. *European Journal of Education*, 52(3), 336–347.
- Dupéré, V., Dion, E., Nault-Brière, F., Archambault, I., Leventhal, T. & Lesage, A. (2018). Revisiting the Link Between Depression Symptoms and High School Dropout: Timing of Exposure Matters. *Journal of Adolescent Health*, 62(2), 205–211.
- Eccles, J. S. & Roeser, R. W. (2009). Schools, academic motivation, and stage-environment fit. Teoksessa R. Lerner & L. Steinberg (toim.), *Handbook of adolescent psychology* (3. painos) (s. 404–434). New York: Wiley.
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F. & Ucles-Juarez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13, 103–108.
- Fang, S. & Ding, D. (2020). The efficacy of group-based acceptance and commitment therapy on psychological capital and school engagement: A pilot study among Chinese adolescents. *Journal of contextual behavioral science*, 16, 134–143.

- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C. & Paris, A. H. (2004). School Engagement: Potential of the Concept, State of the Evidence. *Review of educational research*, 74(1), 59–109.
- Frostad, P., Pijl, S. J. & Mjaavatn, P. E. (2015). Losing All Interest in School: Social Participation as a Predictor of the Intention to Leave Upper Secondary School Early. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 59(1), 110–122.
- Glick, D. M., Millstein, D. J. & Orsillo, S. M. (2014). A preliminary investigation of the role of psychological inflexibility in academic procrastination. *Journal of contextual behavioral science*, 3(2), 81–88.
- Grégoire, S., Lachance, L., Bouffard, T. & Dionne, F. (2018). The Use of Acceptance and Commitment Therapy to Promote Mental Health and School Engagement in University Students: A Multisite Randomized Controlled Trial. *Behavior therapy*, 49(3), 360–372.
- Haapakorva, P., Ristikari, T. & Kiilakoski, T. (2018). Toisen asteen opintojen keskeyttämisen taustatekijöitä. Teoksessa Pekkarinen, E. & Myllyniemi, S. (toim.) Nuorisobarometri 2017. *Opin polut ja pientareet* (s. 167–177). Valtion nuorisoneuvoston julkaisuja 58. Nuorisotutkimusseuran/Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja 200.
- Hakkarainen, A. M., Holopainen, L. K. & Savolainen, H. K. (2015). A Five-Year Follow-Up on the Role of Educational Support in Preventing Dropout From Upper Secondary Education in Finland. *Journal of Learning Disabilities*, 48(4), 408–421.
- Haugan, J. A., Frostad, P. & Mjaavatn, P. (2019). A Longitudinal Study of Factors Predicting Students' Intentions to Leave Upper Secondary School in Norway. *Social psychology of education*, 22(5), 1259–1279.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A. & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy*, 44(1), 1–25.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D. & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M. & Strosahl, K. (1996). Experiential Avoidance and Behavioral Disorders: A Functional Dimensional Approach to Diagnosis and Treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152–1168.
- Henry, K., Knight, K. & Thornberry, T. (2012). School Disengagement as a Predictor of Dropout, Delinquency, and Problem Substance Use During Adolescence and Early Adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(2), 156–166.
- Hilli, P., Ståhl, T., Merikukka, M. & Ristikari, T. (2017). Syrjäytymisen hinta - case investoinnin kannattavuuslaskemasta. *Yhteiskuntapolitiikka*, 82(6), 663–675.

- Hjorth, C. F., Bilgrav, L., Frandsen, L. S., Overgaard, C., Torp-Pedersen, C., Nielsen, B., & Bøggild, H. (2016). Mental health and school dropout across educational levels and genders: a 4.8-year follow-up study. *BMC Public Health, 16*, 976.
- Hoare, P., McIlveen, P. & Hamilton, N. (2012). Acceptance and commitment therapy (ACT) as a career counselling strategy. *International Journal for Educational and Vocational Guidance, 12*(3), 171–187.
- Jimerson, S., Campos, E. & Greif, J. (2003). Toward an Understanding of Definitions and Measures of School Engagement and Related Terms. *The California School Psychologist, 8*(1), 7–27.
- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review, 30*(4), 467–480.
- Kiuru, N., Puolakanaho, A., Lappalainen, P., Keinonen, K., Mauno, S., Muotka, J. & Lappalainen, R. (2021). Effectiveness of a web-based acceptance and commitment therapy program for adolescent career preparation: A randomized controlled trial. *Journal of vocational behavior, 127*.
- Lappalainen, R. & Lappalainen, P. (2010). *Painon ja mielen psykologiaa: Hyväksymis- ja omistautumisterapia & kognitiivinen käyttäytymisterapia painonhallinnassa: ohjaajan opas*. Suomen käyttäytymistieteellinen tutkimuslaitos.
- Lee, S., Tsang, A., Breslau, J., Aguilar-Gaxiola, S., Angermeyer, M., Borges, G., Bromet, E., Bruffaerts, R., de Girolamo, G., Fayyad, J., Gureje, O., Haro, J. M., Kawakami, N., Levinson, D., Oakley Browne, M. A., Ormel, J., Posada-Villa, J., Williams, D. R., & Kessler, R. C. (2009). Mental disorders and termination of education in high-income and low- and middle-income countries: epidemiological study. *The British journal of psychiatry: the journal of mental science, 194*(5), 411–417.
- Livheim, F., Tengström, A., Bond, F. W., Andersson, G., Dahl, J. & Rosendahl, I. (2016). Psychometric properties of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth: A psychological measure of psychological inflexibility in youth. *Journal of Contextual Behavioral Science, 5*(2), 103–110.
- Markussen, E., Frøseth, M. W. & Sandberg, N. (2011). Reaching for the Unreachable: Identifying Factors Predicting Early School Leaving and Non-Completion in Norwegian Upper Secondary Education. *Scandinavian Journal of Educational Research, 55*(3), 225–253.
- Mccracken, L. M., Williams, J. L. & Tang, N. K. Y. (2011). Psychological Flexibility May Reduce Insomnia in Persons with Chronic Pain: A Preliminary Retrospective Study. *Pain Medicine, 12*(6), 904–912.

- Muris, P., Meesters, C., Herings, A., Jansen, M., Vossen, C. & Kersten, P. (2017). Inflexible Youngsters: Psychological and Psychopathological Correlates of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youths in Nonclinical Dutch Adolescents. *Mindfulness*, 8(5), 1381–1392.
- Nurmi, J. (2011). Miksi nuori syrjäytyy? *NMI-bulletin: Niilo Mäki instituutin tiedotteita ja raportteja*, 21(2), 28–35.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2017). *Korkeakoulujen opiskelijavalintojen kehittämisen toimenpiteet 2017–2020*. [Sähköinen muistio]. Haettu 24.5.2021 osoitteesta https://minedu.fi/documents/1410845/4154572/Korkeakoulujen+opiskelijavalintojen+kehittämisen+toimenpiteet_20170817.pdf/09af5b53-2658-4866-8a4e-c6aeda33be84/Korkeakoulujen+opiskelijavalintojen+kehittämisen+toimenpiteet_20170817.pdf
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (13.05.2021a). Suomen koulutusjärjestelmä. Haettu osoitteesta <https://minedu.fi/koulutusjarjestelma>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (13.05.2021b) Oppivelvollisuuden laajentaminen. Haettu osoitteesta <https://minedu.fi/oppivelvollisuuden-laajentaminen>
- Oppo, A., Schweiger, M., Ristallo, A., Presti, G., Pergolizzi, F. & Moderato, P. (2019). Mindfulness Skills and Psychological Inflexibility: Two Useful Tools for a Clinical Assessment for Adolescents with Internalizing Behaviors. *Journal of Child and Family Studies*, 28(12), 3569–3580.
- Pekkarinen, E. & Myllyniemi, S. (toim.). (2018). Nuorisobarometri 2017. *Opin polut ja pientareet*. Valtion nuorisoneuvoston julkaisuja 58. Nuorisotutkimusseuran/Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja 200.
- Puolakanaho, A., Kiuru, N. & Lappalainen, P. (2019). HOT-pohjaiset verkko- ja mobiili-interventiot nuorten koulutyön tukena. *Psykologia: tiedepoliittinen aikakauslehti*, 54(1), 34–45.
- Sagatun, A., Heyerdahl, S., Wentzel-Larsen, T. & Lien, L. (2014). Mental health problems in the 10th grade and non-completion of upper secondary school: The mediating role of grades in a population-based longitudinal study. *BMC Public Health*, 14(1), 16.
- Sipilä, N., Kestilä, L. & Martikainen, P. (2011). Koulutuksen yhteys nuorten työttömyyteen: Mihin peruskoulututkinto riittää 2000-luvun alussa? *Yhteiskuntapolitiikka*, 76(2), 121–134.
- Skinner, E. A., Kindermann, T. A. & Furrer, C. J. (2009). A Motivational Perspective on Engagement and Disaffection: Conceptualization and Assessment of Children's Behavioral and Emotional Participation in Academic Activities in the Classroom. *Educational and psychological measurement*, 69(3), 493–525.

- Stefansson, K. K., Gestsdottir, S., Birgisdottir, F. & Lerner, R. M. (2018). School engagement and intentional self-regulation: A reciprocal relation in adolescence. *Journal of adolescence*, 64, 23–33.
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2019a). Koulutukseen hakeutuminen. Helsinki: Tilastokeskus. Haettu 4.5.2021 osoitteesta http://www.stat.fi/til/khak/2019/khak_2019_2020-12-10_tie_001_fi.html
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2019b) Koulutuksen keskeyttäminen. Helsinki: Tilastokeskus. Haettu 4.5.2021 osoitteesta http://www.stat.fi/til/kkesk/2019/kkesk_2019_2021-03-12_tie_001_fi.html
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2019c). Väestön koulutus rakenne. Helsinki: Tilastokeskus. Haettu 10.5.2021 osoitteesta http://www.stat.fi/til/vkour/2019/vkour_2019_2020-11-05_tie_001_fi.html
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2019d) Perheet. Helsinki: Tilastokeskus. Haettu 13.5.2021 osoitteesta http://www.stat.fi/til/perh/2019/perh_2019_2020-05-22_tie_001_fi.html
- Suomen virallinen tilasto (SVT). (2020) Väestörakenne. Helsinki: Tilastokeskus. Haettu 10.5.2021 osoitteesta http://www.stat.fi/til/vaerak/2020/vaerak_2020_2021-03-31_tie_001_fi.html
- Sutcliffe, K. R., Sedley, B., Hunt, M. J. & Macaskill, A. C. (2019). Relationships Among Academic Procrastination, Psychological Flexibility, and Delay Discounting. *Behavior Analysis: Research and Practice*, 19(4), 315–326.
- Swain, J., Hancock, K., Dixon, A. & Bowman, J. (2015). Acceptance and commitment therapy for children: A systematic review of intervention studies. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 4(2), 73–85.
- Szemenyei, E., Reinhardt, M., Szabó, E., Szabó, K., Urbán, R., Harvey, S. T., . . . Kökönyei, G. (2020). Measuring Psychological Inflexibility in Children and Adolescents: Evaluating the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth. *Assessment*, 27(8), 1810–1820.
- Talala, K., Härkänen, T., Martelin, T., Karvonen, S., Mäki-Opas, T., Manderbacka, K., . . . Koskinen, S. (2014). Koulutusryhmien väliset terveyst- ja hyvinvointierot ovat edelleen suuria. *Suomen lääkirilehti*, 69(36), 2185–2192.
- THL. (2019). Kouluterveyskysely 2019. Haettu 24.5.2021 osoitteesta https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/summary_perustulokset2?alue_0=87869&mittarit_0=199594&mittarit_1=199900&mittarit_2=199256&vuosi_0=v2017&kouluaste_0=161123#

- THL. (2021). Sukupuolten hyvinvointi- ja terveyserot. Haettu 25.5.2021 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/tasa-arvon-tila/hyvinvointi-ja-terveys/sukupuolten-hyvinvointi-ja-terveyserot>
- Vanttaja, M., Ursin, P. a. & Järvinen, T. (2019). Kouluun sitoutumattomien nuorten tausta ja tulevaisuusodotukset. *Yhteiskuntapolitiikka*, 84(5), 491–503.
- Vasalampi, K., Kiuru, N. & Salmela-Aro, K. (2018). The role of a supportive interpersonal environment and education-related goal motivation during the transition beyond upper secondary education. *Contemporary educational psychology*, 55, 110–119.
- Wang, M. & Eccles, J. S. (2012). Adolescent Behavioral, Emotional, and Cognitive Engagement Trajectories in School and Their Differential Relations to Educational Success. *Journal of Research on Adolescence*, 22(1), 31–39.
- Williams, K., Ciarrochi, J. & Heaven, P. (2012). Inflexible Parents, Inflexible Kids: A 6-Year Longitudinal Study of Parenting Style and the Development of Psychological Flexibility in Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(8), 1053–1066.