

Neljäs- ja viidesluokkalaisten elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevat tekijät alakoulussa

Kasvatustieteiden tiedekunnan

Pro gradu -tutkielma

Laatija:

Hanna Muli

17.5.2024

Rauma

Pro gradu -tutkielma

Oppiaine: Kasvatustiede

Tekijä: Hanna Muli

Otsikko: 4. ja 5. luokkalaisten elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevat tekijät alakoulussa

Ohjaaja: professori Timo Ruusuvirta

Sivumäärä: 36 sivua

Päivämäärä: 17.5.2024

Tämän työni tavoitteena oli selvittää, mitkä hyvinvoinnin tekijät ovat yhteydessä alakouluikäisten lasten elämäntyytyväisyyteen. Tavoitteena oli myös selvittää, miten sukupuoli vaikuttaa elämäntyytyväisyyteen yhteydessä oleviin tekijöihin. Elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevia tekijöitä tarkasteltiin koetun terveydentilan, avoimen keskusteluyhteyden lasten ja vanhempien välillä, lapsen kokeman masennusoireilun, yksinäisyyden kokemuksen, minäkäsityksen, luokka- ja koulu yhteisöön kuulumisen kokemuksen, koulunkäynnin asenteen ja koetun koulussa pärjäämisen näkökulmasta. Tutkimusaineistona käytettiin valtakunnallista Kouluterveyskyselyä, joka on kerätty ja julkaistu vuonna 2019. Kohde-ryhmänä oli kaikki Suomen alakoulujen 4. ja 5. luokan oppilaat. Kyselyyn vastasi yhteensä 99 686 oppilasta.

Aiempiin tutkimustuloksiin pohjaten aineistosta valikoitui yhteensä yhdeksän selittävää muuttujaa, joiden välistä yhteyttä tarkasteltiin elämäntyytyväisyys-muuttujaan. Aineisto analysoitiin logistisella regressioanalyysillä. Sen avulla tuotettiin logistinen regressiomalli, johon valikoituivat mukaan kaikki selittävät muuttujat. Malli toteutettiin lisäämällä siihen kaikki muuttujat samalla kertaa eli malli tehtiin pakotetulla menetelmällä. Mallin sopivuutta testattiin Hosmer -Lemeshow testillä ja sen selitystasetta tutkittiin Nagelkerke R^2 -arvolla.

Mallista saadut tulokset osoittautuivat samansuuntaisiksi aiempien tutkimustulosten kanssa. Elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevista tekijöistä saatu malli oli tilastollisesti merkitsevä, mutta pystyi luokittelemaan oikein kaikista tapauksista vain 43 %. Parhaiten korkeaa elämäntyytyväisyyttä ennustivat hyväksi koettu terveydentila, avoin keskusteluyhteys vanhempiin, myönteinen minäkäsitys sekä lapsen kokemus vähäinen masennusoireilu. Lisäksi ryhmään kuulumisen kokemus, koulunkäynnin asenne ja se, että lapsi ei kokenut yksinäisyyttä ennustivat korkeaa elämäntyytyväisyyttä kohtalaisesti. Sukupuolittain tarkasteltuna elämäntyytyväisyydessä oli jonkin verran eroavaisuuksia. Poikien yleinen elämäntyytyväisyys oli hieman korkeampi kuin tyttöjen. Erittäin tyytyväisiä elämäänsä oli 61 % pojista ja tytöistä 48.8 %. Sukupuolieroja elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevien tekijöiden suhteen tarkasteltiin korrelaatioyhteyksien avulla. Kaikki korrelaatiot olivat tilastollisesti merkitseviä. Tulokset antoivat viitteitä siihen, että molemmilla sukupuolilla korkeampaan elämäntyytyväisyyteen olivat yhteydessä myönteinen minäkäsitys, hyvä koettu terveydentila, vähäinen masennusoireilu ja yksinäisyyden kokemuksen puuttuminen. Tyttöillä myös avoin keskusteluyhteys vanhempiin oli yhteydessä korkeampaan elämäntyytyväisyyteen, kun taas pojilla tätä yhteyttä ei ollut. Poikien korrelaatiot elämäntyytyväisyyden ja edellä mainittujen selittävien muuttujien välillä olivat hiukan heikompia kuin tyttöjen. Erityisesti kahdessa selittävässä muuttujassa ilmeni eroja tyttöjen ja poikien välillä. Tytöt kokivat oman minäkäsityksensä huonommaksi kuin pojat. Lisäksi tyttöillä oli poikiin verrattuna enemmän yksinäisyyden kokemuksia.

Avainsanat: elämäntyytyväisyys, lapset, alakoulu

Sisällysluettelo

1	Johdanto	4
2	Elämäntyytyväisyys osana subjektiivista hyvinvointia	7
2.1	Lasten elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevat tekijät	8
2.2	Hyvinvointi koulussa	10
3	Menetelmät	13
3.1	Muuttujat	14
3.2	Aineiston analyysi	16
4	Tulokset	19
4.1	Elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevat tekijät	21
4.2	Elämäntyytyväisyys ja sukupuoli	23
5	Pohdinta	25
5.1	Lasten elämäntyytyväisyyden ja hyvinvoinnin tukeminen	27
5.2	Tutkimuksen rajoitukset	29
	Lähteet	32
	Liitteet	36
	Liite 1. Käytetyt tutkimuskysymykset Kouluterveyskyselyn aineistosta	36

1 Johdanto

Lasten kokema pahoinvointi on ollut viime aikoina esillä julkisessa keskustelussa. Keskustelu on kiihtynyt sen jälkeen, kun Vantaan Viertolassa 12-vuotias poika ampui luokkatoverinsa kuoliaaksi, mistä uutisoitiin esimerkiksi YLE:n verkkosivuilla (Karppi, 2024). Tutkimuksessa on havaittu, että lasten ja nuorten pahoinvointi ja mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet erityisesti koronapandemian aikana. Henkinen pahoinvointi on lisääntynyt nopeammin koronapandemian aikana erityisesti niillä lapsilla ja nuorilla, joilla mielenterveysongelmia oli jo ennen pandemian alkamista. (Kauhanen ym., 2023, 1009.) On tärkeä tutkia lasten hyvinvointia ja sitä tukevia tekijöitä. Näiden avulla pystytään toisaalta tukemaan lasten ja nuorten mielenterveyttä ja toisaalta ehkäisemään ikäviä tapahtumia erityisesti koulussa, mutta myös muualla.

Elämäntyytyväisyys on tutkimuskirjallisuudessa määritelty osaksi subjektiivista hyvinvointia. Subjektiivinen hyvinvointi on ihmisen omakohtainen kokemus siitä, millaisia positiivista tai negatiivisia arvioita hänen elämäänsä sisältyy. Elämäntyytyväisyyden avulla ihminen arvioi omaa elämäänsä kokonaisuudessaan. (Diener, 2006, 153-154.) Elämäntyytyväisyys on tavoiteltu tila, jossa yksilö kokee omien tavoitteidensa toteutuneen. Se edellyttää, että yksilölle on ensin muodostunut käsitys omista haluistaan ja hänellä on myös ajatus niiden toteuttamisesta. (Veenhoven, 2012, 5-6.)

Lasten hyvinvoinnin ja elämäntyytyväisyyden tutkimus on keskittynyt pääsääntöisesti yläkoulu- ja lukioikäisiin oppilaisiin. Lasten hyvinvointia on tutkittu usein myös rajatusti koulu maailman näkökulmasta (esim. Konu, 2002). Tämä on perusteltua, sillä perusopetuksen opetussuunnitelman arvopohjassa on todettu, että oppilaan kasvua ihmisenä on tuettava ja kannustettava koulussa. Oppilaan pitää kokea, että häntä kuunnellaan, arvostetaan ja hänen hyvinvoinnistaan välitetään. (POPS 2014, 15.) Lasten tyytyväisyys elämään heijastuu kuitenkin kaikkiin niihin ihmisiin, keiden kanssa lapsi viettää aikaansa koulussa ja koulun ulkopuolella. Tutkimusta, joka olisi keskittynyt alle 12-vuotiaiden lasten elämäntyytyväisyyteen, en löytänyt. Lisäksi tutkimusta ei ole juurikaan tehty laajemmasta lasten hyvinvoinnin näkökulmasta, jossa olisi etsitty lasten elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevia hyvinvoinnin tekijöitä. Mielestäni on tärkeä saada tietoa erityisesti alakouluikäisten lasten hyvinvoinnista ja elämäntyytyväisyydestä, sillä tämä tiedon avulla voidaan tukea paitsi koulujen, myös kotien ja esimerkiksi erilaisten järjestön tekemää työtä lasten hyväksi.

Lasten elämäntyytyväisyyttä lisäävät turvallisuuden kokemus, aktiivinen toimijuus ja osallisuus sekä kuulluksi ja ymmärretyksi tuleminen (Kallinen ym., 2021, 17). Lasten korkeampaan elämäntyytyväisyyteen yhteydessä ovat olleet erilaiset yksilölliset tekijät, kuten temperamentipiirteet, positiivinen elämänasenne ja ekstroverttiys. Lisäksi elämäntyytyväisyyttä lisää ajatus siitä, että omaan onnellisuuteen voi itse vaikuttaa. Myös läheisillä ihmissuhteilla on merkittävä vaikutus lasten elämäntyytyväisyydelle, ensisijaisesti perhesuhteilla ja toissijaisesti ystävyssuhteilla. (Huebner, 1991, 109-110.) Lapsen koulukokemukset ja oma ulkonäkö on myös todettu elämäntyytyväisyyttä selittäviksi tekijöiksi (Toikka, 2023, 69). Lisäksi koettu köyhyys perheessä vähentää lasten elämäntyytyväisyyttä (Toikka, 2023, 72).

Perhesuhteiden ja lasten elämäntyytyväisyyden yhteys on liittynyt esimerkiksi vanhempien välisen suhteen tilaan, vanhempien antamaan sosiaaliseen tukeen sekä lasten ja vanhempien välisiin ristiriitoihin (Huebner & Gilman, 2003, 197). Lapsen kokeman hyvinvoinnin ja perhesuhteiden välinen yhteys on havaittu tärkeäksi. Erityisen tärkeää korkeammalle koetulle hyvinvoinnille on perheen sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja lasten ja vanhempien väliset säännölliset keskustelut. (Konu ym., 2002, 163.) Lasten kokemalla masennuksella on puolestaan yhteys matalampaan elämäntyytyväisyyteen. (Huebner & Gilman, 2003, 197-198.) Samoin lasten kokema yksinäisyys ja kiusatuksi joutuminen vertaisryhmässä heikentävät elämäntyytyväisyyttä (Valkendorff, 2022, 82; Goswami, 2012, 584).

Kouluympäristössä lasten hyvinvointia ovat tukeneet itsensä toteuttamisen mahdollisuudet ja sosiaaliset suhteet koulussa (Konu ym., 2002, 158). Koettu terveydentila on ollut myös vahvasti yhteydessä lapsen kokemaan hyvinvointiin kouluympäristössä tarkasteltuna (Konu ym., 2002, 163). Opettajalla on suuri merkitys lapsen hyvinvoinnille koulussa. Erityisesti opettajan huolenpito oppilaista, tuen saaminen tarvittaessa koulutyöhön opettajalta ja olemassa olevat tulevaisuuden suunnitelmat lisäävät koettua hyvinvointia. (Konu ym., 2002, 163.) Opettajasuhde on ollut keskeisenä sosiaalisen hyvinvoinnin selittäjänä myös alaluokkalaisten 4.-6.luokkien keskuudessa (Räisänen-Ylitalo, 2015, 158). Yläkouluikäisten tyttöjen kohdalla on huomattu, mitä tyytyväisempiä lapset ovat elämäänsä, sen paremmin he viihtyvät myös koulussa (Rask ym., 2002, 248).

Tässä työssä olen kiinnostunut alakouluikäisten lasten elämäntyytyväisyydestä 4. ja 5. luokan oppilailta. Erityisesti olen kiinnostunut siitä, mitä tekijät ovat yhteydessä lasten korkeampaan elämäntyytyväisyyteen ja onko sukupuolella merkitystä elämäntyytyväisyyteen yhteydessä oleviin tekijöihin. Tutkimusaineistonani olen käyttänyt valtakunnallista kouluterveyskyselyä

vuodelta 2019, jonka olen saanut käyttöni erityisluvalla tietoarkisto Ailasta. Olen käyttänyt työssäni kvantitatiivista lähestymistapaa ja aineistoa on analysoitu muuttujien välisten korrelaation tutkimisen ja logistisen regressioanalyysin avulla. Aluksi esittelen käsitteitä ja aiempaa tutkimustietoa aiheesta. Sen jälkeen kerron tutkimusaineistostani ja tarkemmin tarkastelemaan valituista muuttujista sekä aineiston analyysitavasta. Lopuksi esittelen tuloksia ja niiden suhdetta aiempaan tutkimustietoon sekä pohdin ilmiötä ja saatuja tuloksia yleisesti.

2 Elämäntyytyväisyys osana subjektiivista hyvinvointia

Elämäntyytyväisyyttä, tyytyväisyyttä ja onnellisuutta voidaan pitää toistensa synonyymeinä. Subjektiivinen (koettu) hyvinvointi kietoutuu näihin käsitteisiin tiiviisti. Hyvinvointi on moniulotteinen ilmiö ja sitä voidaan määritellä eri tavoin. Eräs käytetyimmistä hyvinvoinnin määritelmistä on Allardtin (1976) sosiologinen teoria hyvinvoinnista. Sen mukaan hyvinvointi voidaan jakaa eräänlaiseen nelikenttään: hyvinvointiin, onnellisuuteen, elintasoon ja elämänlaatuun. Hyvinvointiin liittyvät yksilön perustarpeiden täytyminen. Olosuhteet ovat huonot, jos perustarpeet eivät täyty. Onnellisuus on yksilön subjektiivinen kokemus ja yksilö määrittelee oman onnellisuutensa itse. Elintasoon puolestaan liittyvät ne tarpeet, joiden tyydytys määrytyy aineellisten resurssien, kuten työllisyyden tai tulotason, avulla. Elämänlaatuun puolestaan kuuluvat itsensä toteuttamisen tarpeet, jotka määrytyvät yksilön omien vuorovaikutussuhteiden perusteella. Yksilön vuorovaikutussuhteita ovat suhteet toisiin ihmisiin, yhteiskuntaan ja luontoon. (32-33.) Hyvinvointia voidaan jaotella myös sen mukaan, onko se resurssivai tarveperäistä. Resurssit liittyvät ulkoisiin tekijöihin ja tarpeilla viitataan puolestaan perustarpeiden tyydyttymiseen. Subjektiivinen hyvinvointi korostaa yksilön omaa roolia oman hyvinvointinsa määrittelyssä ja siinä nähdään, että ihminen itse osaa parhaiten arvioida omaa tyytyväisyyttään elämään. Hyvinvointi voidaan määritellä myös ulkoapäin, esimerkiksi lakien muodossa. (Toikka, 2023, 18-19.)

Elämäntyytyväisyys on osa koettua subjektiivista hyvinvointia. Dienerin (2006) mukaan subjektiivisella hyvinvoinnilla viitataan sekä positiivisiin että negatiivisiin arvioihin, joita yksilöt tekevät elämästään. Siihen sisältyy reflektiivisiä, kognitiivisia arvioita, kuten elämäntyytyväisyyttä, kiinnostusta ja osallistumista. Lisäksi subjektiiviseen hyvinvointiin liittyy erilaisiin elämäntapahtumiin sidoksissa olevia affektiivisiä eli tunneperäisiä reaktioita, esimerkiksi iloa ja surua. Vaikka subjektiivinen hyvinvointi ja pahoinvointi ovat ihmisen omia kokemuksia, ne voivat ilmentyä yksilön sanallisessa ja sanattomassa käyttäytymisessä. Elämäntyytyväisyys on ihmisen omaa arvioita siitä, miten hän arvioi elämänsä kokonaisuutena. (153-154.) Tyytyväisyyden kokemusta voidaan kuvata tasoksi, jossa yksilö kokee omien tavoitteidensa toteutuneen. Tyytyväisyys edellyttää, että yksilölle on kehittynyt tietoisia haluja ja hän on muodostanut ajatuksen niiden toteuttamisesta. (Veenhoven, 2012, 5-6.) Yksilön elämäntyytyväisyys on tärkeä hyvinvoinnin näkökulma ja se liitetään läheisesti subjektiiviseen terveyteen. Elämäntyytyväisyyden uskotaan olevan suhteellisen pysyvä ja vakaa ilmiö ajan kuluessa verrattuna esimerkiksi kokemuksiin liittyviin spontaaneihin tunteisiin. (Ottova-Jordan ym., 2016, 75.)

Pelkillä ulkoisilla tekijöillä ei ole yksistään vaikutusta yksilön elämäntyytyväisyyteen vaan siihen vaikuttavat myös persoonalliset ominaisuudet. Yksilöt tulkitsevat vallitsevat ulkoiset olosuhteet eri tavoin persoonallisuudestaan riippuen (Diener & Suh, 1997, 202). Vaurautta, terveyttä tai mukavuutta ei nähdä ehdottomina elämäntyytyväisyyttä selittävinä tekijöinä, vaikka ne voivatkin lisätä sitä. (Diener, 1984, 543).

Elämäntyytyväisyys tai onnellisuus ovat subjektiivisia ja henkilökohtaisia kokemuksia, minkä vuoksi niitä on haastava mitata (Weimann ym., 2015, 151). Diener ym. (1985) ovat kehittäneet yleisesti käytetyn elämäntyytyväisyyttä arvioivan The Satisfaction With Life Scale (SWLS) -mittarin. Siinä tyytyväisyys elämään on yksi rakentava subjektiivisen hyvinvoinnin tekijä. SWLS-mittari käsittää viisi osa-alueita: elämäni on minulle ihanteellinen, elämäni olosuhteet ovat erinomaiset, olen tyytyväinen elämääni, olen saanut tärkeitä asioita toistaiseksi elämääni sekä halu muuttaa omaa elämää. Näitä osa-alueita arvioidaan 7-portaisella asteikolla. (Härkönen 2012, 28.)

2.1 Lasten elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevat tekijät

Lasten määrällistä hyvinvointitutkimusta on tehty perinteisesti niillä aloilla, jotka pyrkivät erilaisten toimenpiteiden avulla lisäämään lasten hyvinvointia yhteiskunnassa. Lasten hyvinvoinnin tutkimukseen ja mittaamiseen on viime vuosina ollut yhä enemmän kasvavaa kiinnostusta. Lasten hyvinvoinnin tutkimuksessa tutkimuksen painotus on myös muuttunut. Selviytymisen sijaan tutkimus keskittyy kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin huomioimiseen. Lisäksi pahoinvoinnin tutkimuksesta on siirrytty hyvinvoinnin tutkimukseen ja lapsen oma näkökulma oman hyvinvointinsa arvioimisessa on huomioitu yhä enemmän. Tutkimuksessa on myös siirrytty lasten oikeuksien korostavaan näkökulmaan ja lasten hyvinvointi käsitetään tulevaisuuden sijaan nykyhetkestä käsin. (Toikka, 2023, 20; Ben-Arieh, 2012, 574-575.) Lapset koetaan nykytutkimuksen valossa aktiivisiksi toimijoiksi, jotka pystyvät tuottamaan tietoa omasta hyvinvoinnistaan ja siihen liittyvistä tekijöistä. Lasten kokemat hyvinvointinsa vaikuttavat tekijät ovat tärkeitä yhteiskunnallisesti ja poliittisesti. (Kallinen ym., 2021, 17.) Lasten kokema hyvinvointi on sidoksissa kontekstiinsa. Hyvinvointikokemukset rakentuvat ajassa, paikassa ja erilaisissa suhteissa. Lasten hyvinvointiin vaikuttavat yksilölliset, yhteisölliset ja yhteiskunnalliset tekijät. Tutkimuksissa onkin usein huomioitu terveydelliset, taloudelliset, poliittiset sekä perheeseen liittyvät tekijät. (Kallinen ym., 2021, 5.)

Lapset kokevat yleisesti ottaen elämäntyytyväisyytensä hyväksi eri kulttuureissa (Huebner & Gilman, 2003, 195.) Myös suomalaislapset ovat yleisesti ottaen erittäin tyytyväisiä elämäänsä. Usein elämäntyytyväisyys on sitä korkeampi, mitä nuoremasta lapsesta on kyse. (Toikka, 2023, 72.) Suurin osa suomalaislapsista ja -nuorista on tyytyväisiä elämäänsä myös Kouluterveyskyselyn 2021 mukaan (Helakorpi & Kivimäki, 2021, 1). Suomalaislapsilla 4.-5.-luokkalaisten kohdalla 89 % pojista ja 82 % tytöistä kertoi olevansa tyytyväinen elämäänsä. (Helakorpi & Kivimäki, 2021, 3.) Tutkimuksissa on todettu, että lasten elämäntyytyväisyys nousee noin 10 ikävuoteen asti, jonka jälkeen se alkaa laskea (Casas & González-Carrasco, 2019, 385). Elämäntyytyväisyyden kokemuksessa eri maissa on havaittu laskua jo 10-vuotiaiden ja 12-vuotiaiden välillä. (Casas & González-Carrasco, 2019, 385; Rees ym., 2020, 30) Sukupuolierot alakoululaisten elämäntyytyväisyydessä eivät ole yhteneväisiä, vaan tutkimuksesta riippuen elämäntyytyväisyys näyttyy erilaisena sukupuolten välillä. Sukupuolierot elämäntyytyväisyydessä vaihtelevat maakohtaisesti esimerkiksi Children`s Worlds -tutkimuksessa 10-vuotiden kohdalla (Rees ym. 2020, 30). Sukupuolieroihin alakoululaisten elämäntyytyväisyydessä vaikuttavat myös käytetyt mittarit (Toikka, 2023, 70). Suomalaislasten elämäntyytyväisyys on ollut kansainvälisesti vertailtuna lähellä keskiarvoa (Rees ym., 2020, 27).

Lasten ja nuorten elämäntyytyväisyyteen vaikuttavat merkittävästi äkilliset elämäntapahtumat, kuten läheisen kuolema sekä jatkuvat, päivittäiset kokemukset, esimerkiksi erimielisyydet perheen sisällä. Lapset, joiden vanhemmat ovat auktoritatiivisia, aktiivisia ja osallistuvia, kokevat korkeampaa elämäntyytyväisyyttä verrattuna vähemmän lasten elämään osallistuviin vanhempiin. Lasten elämäntyytyväisyyteen vaikuttavat perheen kokonpano (avioliiton tila ja aikuisten lukumäärä kodissa), vanhempien sosiaalinen tuki ja konfliktit vanhempien ja lasten suhteissa. Myös lasten ja nuorten masennuksen kokemuksilla ja sosiaalisella stressillä on yhteyttä matalampaan elämäntyytyväisyyteen. Erityisesti nuorilla matala elämäntyytyväisyys liittyy erilaiseen riskikäyttäytymiseen, kuten huumeiden tai alkoholin käyttöön. (Huebner & Gilman, 2003, 197-198.)

Lasten elämäntyytyväisyyttä heikentäväksi tekijäksi on todettu lapsen kokema köyhyys perheessä ja lasten huoli perheensä toimeentulosta (Toikka, 2023, 72). Yksinäisyyden kokemuksella on todettu olevan yhteys lasten matalampaan elämäntyytyväisyyteen esimerkiksi koronapandemian aikana (Valkendorff, 2022, 82). Myös kiusatuksi joutuminen vertaisryhmässä heikentää koettua elämäntyytyväisyyttä useiden tutkimusten mukaan (Goswami, 2012, 584).

Lasten koettua hyvinvointia rakentaviksi tekijöiksi on todettu esimerkiksi turvallisuuden rakentuminen, kuulluksi ja ymmärretyksi tuleminen, tietämisen ja päätöksenteon mahdollisuus ja aktiivinen osallisuus sekä toimijuus (Kallinen ym., 2012, 17). Lasten elämäntyytyväisyyteen (5.-7-luokkalaisilla) liittyviin tekijöihin on todettu olevan yhteydessä myös yksilölliset temperamenttipiirteet. Elämäntyytyväisyyttä lisäävät positiivinen minäkuva, ekstroverttiys ja rento elämänasenne ja uskomukset siitä, että elämän onnellisuus on heidän itsensä hallittavissa. Lisäksi läheiset ihmissuhteet ovat merkityksellisiä lasten hyvinvoinnille, ensisijaisesti lasten perhesuhteet ja toiseksi vertaissuhteet. (Huebner, 1991, 109-110.) Myös Konu on todennut lasten perhesuhteet tärkeäksi tekijäksi lasten subjektiiviselle hyvinvoinnille. Lasten hyvinvointia tukee sosiaalinen yhteenkuuluvuus perheessä, erityisesti säännölliset keskustelut vanhempien kanssa. (Konu ym., 2002, 163.)

Elämäntyytyväisyyttä selittävinä tekijöinä ovat olleet perhesuhteiden lisäksi lapsen koulukokemukset sekä oma ulkonäkö. Kuudesluokkalaisilla havaittiin lisäksi ystävyysuhteet merkittävaksi selittäväksi tekijäksi elämäntyytyväisyydessä. (Toikka, 2023, 69.) Nuorilla osallistuminen koulun ulkopuolisiin harrastuksiin on todettu olevan yhteydessä sekä parempaan elämäntyytyväisyyteen että parempaan kouluviihtyvyyteen (Gilman, 2001, 762).

2.2 Hyvinvointi koulussa

Lasten elämäntyytyväisyyttä kouluympäristössä on tutkittu melko vähän. Elämäntyytyväisyys-käsitteen sijaan kouluun liittyvässä hyvinvoinnin tutkimuksessa puhutaan usein kouluhyvinvoinnista tai kouluviihtyvyydestä. Niissä keskitytään kouluympäristöön liittyviin hyvinvointia lisääviin tekijöihin. Aiemmissa tutkimuksissa on myös kehitelty erilaisia kouluhyvinvoinnin malleja. Esimerkiksi Konu määrittelee kouluhyvinvoinnin kokonaisvaltaiseksi koulun hyvinvoinnin tarkasteluksi, jossa kasvatus, opetus, oppimistulokset ja hyvinvointi ovat toisiinsa yhteydessä (Konu, 2002, 35). Koulun hyvinvointimallissa hyvinvointi koulussa jakaantuu neljään kenttään: koulun olosuhteisiin, sosiaaliinsuhteisiin koulussa, itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin ja terveydentilaan (Konu, 2002, 43). Lasten subjektiiviseen hyvinvointiin kouluympäristössä on todettu olevan eniten yhteydessä itsensä toteuttamisen mahdollisuudet sekä toiseksi lasten sosiaaliset suhteet sekä koulussa että koulun ulkopuolella (Konu, ym. 2002, 158). Kouluympäristössä itsensä toteuttamisen mahdollisuudet liittyvät oppilaan kuulluksi tulemiseen ja osallisuuteen hänen koulunkäyntiinsä liittyvissä asioissa ja päätöksenteossa. Posi-

tiiviset oppimiskokemukset lisäävät mahdollisuuksia itsensä toteuttamiseen. Koulutyöhön liittyvän arvostuksen saaminen vanhemmilta, opettajilta ja koulukavereilta on tärkeää. (Konu, 2002, 45-46.) Koettu terveydentila on liittynyt vahvasti myös oppilaiden kokemaan subjektiiviseen hyvinvointiin, kun ilmiötä on tutkittu kouluympäristössä (Konu ym., 2002, 163).

Opettajien huolenpito oppilaista on tärkeää subjektiivisen hyvinvoinnin kannalta. Avun saaminen tarvittaessa opiskelussa on tärkeää. Myös tulevaisuuden opiskelusuunnitelmat lisäsivät subjektiivista hyvinvointia. (Konu ym., 2002, 163.) Kouluviihtyvyys on yhteydessä korkeampaan elämäntyytyväisyyteen erityisesti yläkouluikäisten tyttöjen keskuudessa (Rask, 2002, 248). Koulusta saatavilla arvosanoilla ei taas ole yhteyttä elämäntyytyväisyyteen. (Huebner, 1991, 110.)

Tutkimuksessa kouluhyvinvoinnin lähikäsitteenä on käytetty paitsi kouluviihtyvyyttä, myös koulutyytyväisyyttä ja kouluelämänlaatua (Janhunen, 2013, 19). Kouluhyvinvoinnin suhde kouluviihtyvyyteen on läheinen ja näiden määrittelyt monelta osin samanlaiset. Subjektiivinen kouluviihtyvyys tarkoittaa oppilaan omaa kokemusta siitä, että koulussa on hyvä olla. (Janhunen, 2013, 38). Kouluviihtyvyys voidaan myös tulkita yläkäsitteenä, johon kuuluu kouluhyvinvoinnin ja kouluelämänlaadun kokemuksia sekä kouluun kiinnittymistä. Kouluviihtyvyys, hyvinvointi ja elämänlaatu liittyvät toisiinsa tiiviisti. Kouluviihtyvyys vaikuttaa oppilaan subjektiiviseen hyvinvointiin, syrjäytymiseen ja käyttäytymisen ongelmiin. (Manninen, 2018, 16-17.)

Kouluhyvinvoinnin tutkimuksessa on todettu, että sukupuolella on vaikutusta siihen, miten koulussa viihtyminen koetaan. Pojat kokevat koulua kohtaan enemmän negatiivista asennetta kuin tytöt (Ding & Hall, 2007, 170). Haapasalo, Välimaa & Kannas selvittivät, miten peruskoulun oppilaat kokevat psykososiaalisen kouluympäristönsä sekä sen yhteyden terveyteen ja elämäntyytyväisyyteen. Nuoremmat (7. luokan) oppilaat sekä tytöt kokivat psykososiaalisen kouluympäristönsä useammin mukavaksi kuin vanhemmat (9. luokan) oppilaat ja pojat. Vertaissuhteet olivat suurimmalla osalla myönteisiä koulussa. Sen sijaan opettaja -oppilas -suhteet olivat vertaissuhteisiin verrattuna vähemmän myönteisiä. Tyttöillä oli poikia positiivisemmat suhteet opettajiin. (Haapasalo ym., 2010, 141.) Räisänen-Ylitalon (2015) tutkimuksessa nousi esille opettajasuhde keskeisenä sosiaalisen hyvinvoinnin selittäjänä erityisesti alakouluisten 4.-6.luokkien keskuudessa. (158.) Lisäksi alakoululaisten poikien tulokset sosiaalista hyvinvointia kuvaavien summamuuttujien alueilla olivat tyttöjen tuloksia heikompia. Yläkoulussa sukupuolten väliset erot tasaantuvat. (Räisänen- Ylitalo, 2015, 160.)

Suomalaisilta yläkouluikäisiltä pojilta kerätyssä aineistossa ilmeni, että osa pojista kokee opettajan sukupuolella olevan merkitystä kouluviihtyvyyden kannalta. Poikien kokemuksen mukaan miesopettajat ymmärtävät paremmin teinipoikana olemista, koska ovat itsekin eläneet erilaiset vaiheet poikana. Pojat kokivat, että osalla naisopettajista tulkittiin olevan puutteelliset taidot lähestyä poikien elämää. Tuntien aikana osa pojista koki, että tytöille sallitaan enemmän liikkumavaraa tuntikäytöksessä kuin pojille. (Pöysä & Pesu, 2018, 131.) On havaittu, että runsaat ristiriidat opettaja -oppilassuhteessa ovat osaltaan yhteydessä poikien heikkoon koulumenestykseen ensimmäiseltä luokalta aina kahdeksanteen luokkaan asti. (Muhonen ym., 2016, 114.)

Sukupuoleen liittyviä erityispiirteitä kouluhyvinvoinnissa on todettu opettaja -oppilassuhteen lisäksi myös oppituntien sisältöihin ja opetusmenetelmiin liittyvät asiat. 8. ja 9. luokkalaisten kouluhyvinvointiin vaikuttaviksi tekijöiksi liittyivät kaverisuhteet sekä vertaisryhmä, opettajien asenne ja suhtautuminen oppilaisiin sekä opetuksen laatu ja järjestelyt (Janhunen 2013, 61-64). Opetusmenetelmistä erityisesti ryhmässä toimiminen ja toiminnallisuus motivoivat poikia (Lauriala & Laukkanen, 2010, 21). Oppiaineet tulisi tehdä erityisesti pojille houkuttelevaksi (Palsdottir ym., 2012, 605).

Opettajilta, huoltajilta ja muilta oppilailta saatu tuki yhdessä olivat positiivisesti yhteydessä oppilaan kouluun sitoutumisen kanssa (Ulmanen ym., 2022, 20). Kodin tuella, vertaistueella sekä opettaja -oppilassuhteella on vahva yhteys emotionaaliseen kouluun kiinnittymiseen sekä tytöillä että pojilla. Pojilla etenkin vertaisten sekä kodin tuki on yhteydessä tulevaisuuden suunnitelmiin ja emotionaaliseen kouluun kiinnittymiseen kahdeksaluokkalaisten ja toisen asteen opiskelijoilla tehdyssä tutkimuksessa. (Manninen, 2018, 93.)

Pro Gradu -työni tutkimuskysymys on, mitkä lapsen hyvinvointiin liittyvät tekijät ovat yhteydessä 4. ja 5. luokkalaisten elämäntyytyväisyyteen. Aiempien tutkimustulosten perusteella on tavoitteena löytää tekijöitä, jotka ovat yhteydessä lasten korkeampaan elämäntyytyväisyyteen. Sukupuoli -taustamuuttujan avulla pyrin selvittämään lisäksi sitä, onko oppilaan sukupuolella eroa siinä, mitkä tekijät ovat yhteydessä 4. ja 5. luokkalaisten korkeampaan elämäntyytyväisyyteen.

3 Menetelmät

Vastauksia tutkimuskysymykseen etsin määrällisen tutkimuksen menetelmin. Kouluterveyskyselystä olen valinnut tutkittavaksi ne kysymykset, jotka aiempien tutkimusten perusteella ovat olleet joko positiivisessa tai negatiivisessa yhteydessä lasten elämäntyytyväisyyteen tai kouluviihtyvyyteen. Olen myös pyrkinyt ottamaan mukaa sellaisia tekijöitä, joiden yhteydestä lasten elämäntyytyväisyyteen tai kouluviihtyvyyteen on aiempien tutkimusten perusteella saatu ristiriitaisia tuloksia.

Aineistonani on valtakunnallinen Kouluterveyskyselyn tuottama tutkimusaineisto 4. ja 5. luokan oppilaiden osalta. Aineistossa on kerätty tietoa esimerkiksi lasten ja nuorten hyvinvoinnista, terveydestä, koulunkäynnistä ja opiskelusta sekä osallisuudesta ja avun saamisesta. Kouluterveyskyselyn tehtävänä on lasten ja nuorten hyvinvoinnin seuraaminen ja saatuja tuloksia hyödynnetään eri tavoin, kuten kouluterveydenhuollon kehittämisessä, kouluyhteisön hyvinvoinnin edistämässä, opiskeluhuollon arvioinnissa ja kehittämisessä sekä terveystiedon opetuksessa. Tuloksia hyödynnetään kuntatasolla esimerkiksi lapsi- ja nuorisopoliittisten ohjelmien laatimisessa ja valtakunnallisesti erilaisten lakien toimeenpanossa ja arvioinnissa. (Ikonen & Helakorpi, 2019.)

Kouluterveyskyselyn 2019 tuloksien aineistonkeruu on toteutettu 1.3.- 29.3.2019 neljännen ja viidennen luokan oppilailta valtakunnallisesti. Aineisto kattaa valtakunnallisesti kaikki Suomen peruskoulujen 4. ja 5. luokan oppilaat. Tällaista kyselyä kutsutaan kokonaistutkimukseksi (Heikkilä, 2014, 31). Kouluterveyskyselyn perustulokset valmistuvat keskimäärin viiden kuukauden kuluessa tiedonkeruun loppumisesta. Kysely on toteutettu joko paperisena tai verkossa tehtävänä kyselynä. Oppilaat ovat täyttäneet kyselyn valvotusti koulupäivän aikana luokittain. Opettaja on jakanut vastauslomakkeet tai -tunnukset ja valvonut kyselyyn vastaamista. Aikaa vastaamiseen on ollut yksi oppitunti. Paperisena kyselyn voi täyttää suomeksi tai ruotsiksi, verkossa suomeksi, ruotsiksi, englanniksi, venäjäksi ja pohjoissaameksi. Kyselyn ulkopuolelle ovat jääneet vastaajat, jotka olivat kyselypäivänä poissa koulusta sekä kotikoulua käyvät oppilaat. 4. ja 5. luokkien osalta yhdestä kunnasta ei saatu lainkaan vastauksia (n=34) (Ikonen & Helakorpi, 2019.) Olen saanut tutkimusaineiston käyttööni tätä Pro gradu -työtä varten erityisluvalla. Aineisto oli koodattu valmiiksi numeeriseen muotoon ja vastaajien tunnistetiedot hävitetty, jolloin yksittäisiä vastaajia ei voi tunnistaa. Aineisto on hävitettävä asianmukaisesti, kun sitä ei enää tarvita.

Kouluterveyskyselyyn vuonna 2019 vastasi 99 686 perusopetuksen 4. ja 5. luokan oppilasta. Vastauksista oli tutkimuksen kannalta kelvollisia 99 632. Sukupuolet jakaantuivat aineistossa tasan: poikia vastanneissa oli 49 695 (49.9 %) ja tyttöjä 49 650 (49.8 %). Sukupuoltaan ei ollut ilmoittanut 287 (0.3%) oppilasta. Vastaa- jista 49 360 (49.5 %) opiskeli 4.luokalla ja vastaa- jista 49 992 (50.2%) opiskeli 5.luokalla. Oppilaista 280 ei ollut ilmoittanut luokka-astetta. Vastauksia oli jokaisesta maakunnasta mukaan lukien Ahvenanmaa. (Kouluterveyskysely, 2019.)

3.1 Muuttujat

Tutkimusaineistosta valitut 16 kysymystä olen koonnut työni loppuun (liite 1). Kysymykset on tiivistetty työssäni kymmeneksi muuttujaksi. Selitettävää muuttujaa, elämäntyytyväisyyttä, on mitattu kysymyksellä ”Oletko elämäsi tällä hetkellä tyytyväinen?” Vastausvaihtoehdot ovat 1=erittäin tyytyväinen, 2=melko tyytyväinen, 3=en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4=melko tyytymätön ja 5 =erittäin tyytymätön. Analyysivaiheessa (logistinen regressio-analyysi) vastausvaihtoehdot 1-2 luokittelin uudelleen korkean elämäntyytyväisyyden luokkaan ja alkuperäiset luokat 3-5 matalan elämäntyytyväisyyden luokkaan. Nämä saavat arvot 1 (korkea elämäntyytyväisyys) ja 0 (matala elämäntyytyväisyys).

Selittävät muuttujat ovat valikoituneet aineistosta sen perusteella, millaisia korrelaatioita kysymykset ovat saaneet elämäntyytyväisyys -muuttujan kanssa lukuunottamatta taustamuuttujia sukupuoli (alkuperäiset arvot 1=poika, 2=tyttö) sekä luokka-aste, jota tarkasteltiin analyysivaiheessa, ja jossa 4.luokka saa arvon 1 ja 5.luokka saa arvon 2. Korkeimmat korrelaatioarvot saaneet selittävät muuttujat valikoituvat lopulta mukaan tarkempaan analysointivaiheeseen. Esittelen muuttujien välisiä korrelaatioita tarkemmin aineiston analyysi -kappaleessa. Olen käyttänyt kysymysten valinnassa apuna aiempia tutkimustuloksia lapsen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä.

Olen muodostanut loppuista 14 kysymyksestä yhteensä 8 selittävää muuttujaa, joista neljä on summamuuttujaa. Summamuuttujia muodostaessani olen kääntänyt osan kysymysten asteikoista päinvastaiseksi, jotta kaikkien muuttujien asteikot olisivat samansuuntaiset. Kaikkien niiden kysymysten, joiden ajatellaan mittaavan samaa asiaa, skaalojen tulisi vastata toisiaan. Siksi skaaloja tulisi tarvittaessa kääntää samansuuntaisiksi. (Metsämuuronen, 2008, 490.)

Koulunkäynnin asenne -summamuuttuja on muodostettu kysymyksistä/ väittämistä ”Mitä pidät koulunkäynnistä tällä hetkellä,” ” koulunkäynti on turhaa” sekä ”olen mielelläni koulussa.” Kysymysten keskinäistä yhteneväisyyttä eli reliabiliteettia on mitattu Cronbachin alfalla ja näille kolmelle muuttujalle Cronbachin alfan arvoksi tuli .763. Cronbachin alfalle yleisesti hyväksytty alaraja on .60 (Metsämuuronen, 2008, 68), joten koulunkäynnin asenteen reliabiliteettia voidaan pitää riittävän hyvänä. Koulunkäynnin asenteella viitataan siihen, miten oppilas yleisesti asennoituu koulunkäyntiin ja kokeeko hän koulunkäynnin itselleen hyödylliseksi. Koulunkäynnin asenne -muuttujaa on mitattu asteikolla 1-5, jossa 1 ja 2 kuvaavat positiivista asennetta, 3 neutraalia (ei samaa eikä eri mieltä) ja 4-5 kielteistä asennetta koulunkäyntiin.

Toisen summamuuttujan olen nimennyt kouluyhteisöön kuulumiseksi eli kokeeko oppilas olevansa tärkeä osa sekä luokka- että kouluyhteisöä. Tämä summamuuttuja on muodostettu kysymyksistä ”koen olevani tärkeä osa kouluyhteisöä” sekä ” koen olevani tärkeä osa luokkayhteisöä.” Asteikko summamuuttujassa on 1-3, jossa 1= samaa mieltä, 2= ei samaa eikä eri mieltä ja 3= eri mieltä. Kolmas summamuuttuja minäkuva tarkoittaa oppilaan käsitystä itsestään suhteessa muihin ikätovereihin (minäkäsitys). Summamuuttuja muodostettiin kysymyksistä ”ajattelin, että kukaan ei pidä minusta” ja ”ajattelin, että en voi koskaan olla yhtä hyvä kuin muut.” Muuttujan mittari on asteikolla 1-3, jossa 1 kuvaa myönteistä minäkäsitystä, 2 ajoittain kielteistä minäkäsitystä ja 3 kielteistä minäkäsitystä. Cronbachin alfat kouluyhteisöön kuulumisen -muuttujalle (.779) sekä minäkuva -muuttujalle (.788) ovat riittävän korkeat. Neljäs summamuuttuja (masennusoireilu) on muodostettu kysymyksestä ”miten seuraavat väittämät ovat pitäneet paikkansa kohdallasi kahden viime viikon aikana? Olin epätoivoinen tai onneton” sekä kysymyksestä ”miten seuraavat väittämät ovat pitäneet paikkansa kohdallasi kahden viime viikon aikana? En nauttinut mistään.” Cronbachin alfan arvo summamuuttujalle on .625 eli riittävän hyvä. Summamuuttuja on kuvattu asteikolla 1-5, jossa 1 kuvaa sitä, että masennusoireilua on paljon ja 5 kuvaa sitä, ettei oppilas koe masennusoireita.

Neljä viimeistä muuttujaa on muodostettu yksittäisistä kysymyksistä. ”En pärjää koulussa” kuvaa oppilaan omaa kokemusta koulussa pärjäämisestään. Tässä kysymyksessä asteikko on 1-5 (käännetty), jossa 1-2 kuvaa, että oppilas kokee pärjäävänsä hyvin koulussa, 3= ei samaa eikä eri mieltä sekä 4-5 oppilas ei koe pärjäävänsä koulussa. Koettua terveydentilaa mitataan kysymyksellä ”mitä mieltä olet terveydentilastasi?” Terveydentilalla viitataan tässä oppilaan kokemukseen omasta terveydestään mukaan lukien fyysinen ja psyykinen terveydentila. Kysymyksen asteikko on 1-4 (1= erittäin hyvä, 2= melko hyvä, 3= keskinkertainen ja 4= melko

tai erittäin huono). Oppilaan kokemaa yksinäisyyttä on mitattu kysymyksellä ”tunnetko itsesi yksinäiseksi?” Asteikko muuttujalle on 1-3 (1= en ollenkaan, 2= joskus ja 3= usein). Avointa keskustelusuhdetta vanhempien kanssa on mitattu kysymyksellä ”pystytkö keskustelemaan vanhempiesi kanssa omista asioistasi?” Asteikko muuttujalle on käännetty, jolloin 1= usein, 2= melko usein, 3= silloin tällöin ja 4= en juuri koskaan.

3.2 Aineiston analyysi

Aineistoa analysointiin ensin tutkimalla selittävien muuttujien välistä korrelaatiota selitettävään muuttajaan. Korrelaatioita tutkittiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimen avulla, koska aineistossani olevat muuttujat ovat järjestysasteikollisia eivätkä muuttujien väliset yhteydet tällöin ole lineaarisia. Spearmanin järjestyskorrelaatiokerrointa sopii parhaiten järjestysasteikollisille muuttujille. Muuttujien havaittujen arvojen sijaan Spearmanin korrelaatiokertoimessa korrelaation laskemisessa käytetään apuna järjestyslukuja. Järjestyskorrelaatiokertoimen arvo vaihtelee välillä 1 ja -1. (Nummenmaa, 2009, 271.) Voimakkaista (lineaarista) korrelaatioista kertovat arvot, kun korrelaatiokertoimen (r) arvo on suurempi kuin ± 0.5 . Usein kuitenkin muuttujien väliset yhteydet ovat heikompia käytännön tutkimuksessa. (Nummenmaa, 2009, 278.) Omassa aineistossani minkään selittävän muuttujan korrelaatiokerroin selitettävään muuttajaan ei ylittänyt arvoa ± 0.5 . Selitettävään muuttajaan (elämäntyytyväisyys) voimakkaimmat korrelaatiokertoimen arvot saivat muuttujat minäkäsitys, koettu terveydentila sekä masennusoireilu. Aineistossa kaikkien muuttujien väliset yhteydet olivat tilastollisesti merkitseviä ($p < .001$). Suuressa otoksessa on usein taipumus, että pienetkin korrelaatiot voivat olla tilastollisesti merkitseviä (Nummenmaa, 2009, 278). Tarkastelen aineistoni analyyseissä ainoastaan niiden muuttujien korrelaatioita, joiden $r = \pm 0.30$ tai voimakkaampi. Tämä siksi, että korrelaatioita voidaan pitää olemattomina, jos $r = \pm 0.20$. Alle ± 0.50 suuruisten korrelaatiokertoimen arvojen tulkitsemisessa täytyy ylipäätään olla varovainen. (Nummenmaa, 2009, 280.)

Elämäntyytyväisyyden kanssa esiintyi heikkoa korrelaatiota ($r = \pm 0.3$) myös koetun yksinäisyyden, avoimen keskusteluyhteyden vanhempiin, koulunkäynnin asenteen, koulussa koetun pärjäämisen ja ryhmään kuulumisen kanssa. Hyvä suhde opettajaan on aiempien tutkimusten perusteella osoittautunut merkittäväksi oppilaan kouluhyvinvoinnin kannalta, mutta omassa aineistossani opettajien kanssa toimeentulemisen yhteys elämäntyytyväisyyteen jäi matalaksi

($r = .204$). Samoin koulukiusaamisen yhteys elämäntyytyväisyyteen ($r = .213$) sekä elämäntyytyväisyyden yhteys koulukavereiden kanssa toimeentulemiseen ($r = .252$) jäivät myös olemattomiksi, vaikka monissa aiemmissa tutkimuksissa näillä tekijöillä on ollut selvää yhteyttä sekä elämäntyytyväisyyteen että kouluhyvinvointiin. Nämä muuttujat jätin jatkoanalyysistä pois niiden matalien korrelaatioiden takia.

Aineiston jatkoanalyysiin valikoitui logistinen regressioanalyysi, jolla voidaan jatkaa korrelaatioiden tutkimista ja sen selvittämistä, muuttuko tai häviääkö muuttujasta korrelaatioiden tarkastelussa saatu kuva, kun muita muuttujia vakioidaan (Jokivuori & Hietala, 2007, 28). Tämä analyysimenetelmä soveltui omaan aineistooni parhaiten, koska valikoidut muuttujat eivät noudattaneet normaalijakaumaa. Lisäksi logistinen regressioanalyysi on olettamuksiltaan joustavampi verrattuna lineaariseen regressioanalyysiin. Logistinen regressioanalyysi ei edellytä muuttujilta normaalijakautuneisuutta ja lisäksi muuttujien välisten yhteyksien ei tarvitse olla lineaarisia. Binäärisessä logistisessa regressiomallissa selitettävän muuttujan täytyy olla kaksiluokkainen. (Nummenmaa, 2009, 320.) Luokittelin elämäntyytyväisyys-muuttujan uudelleen luokkiin 1 (korkea) ja 0 (matala). Myös sukupuoli-muuttuja koodattiin tässä vaiheessa luokkiin 0 (poika) ja 1 (tyttö). Logistisessa regressioanalyysissä on tärkeää, etteivät selittävät muuttujat ole keskenään kolineaarisia (Nummenmaa, 2009, 320). Multikollineaarisuudella viitataan siihen, että kaksi muuttujaa korreloivat voimakkaasti keskenään. Ongelmana on, että molemmat muuttujat saattavat tulla malliin mukaan, vaikka vain toinen muuttuja lisää mallin selitystasetta. (Metsämuuronen, 2006, 627.) Aineistossani kaksi arvoa selittävien muuttujien korrelaatioissa olivat voimakkuudeltaan yli 0.5. Näiden muuttujien multikollineaarisuutta tarkasteltiin VIF-arvon sekä korrelaatiokertoimen avulla. Molemmat pysyivät sallituissa arvoissa, joten riskiä multikollineaarisuudelle ei aineistossa synny.

Logistisessa regressioanalyysissä pyritään luomaan matemaattinen malli, jossa selittävien muuttujien avulla yritetään selittää vaihtelua selitettävässä muuttujassa. Havainnot jakautuvat luokkiin, koska selitettävä muuttuja on kaksiluokkainen. Tavoitteena on ennustaa selittävien muuttujien avulla, mihin luokkaan kukin havainto kuuluu. (Nummenmaa, 2009, 320.) Logistinen regressioanalyysi soveltuu hyvin tilanteeseen, jossa tarkastellaan teorian kannalta oleellisten muuttujien vaikutusta. Logistisen regressioanalyysin avulla voidaan siis tutkia jo aiemmin tärkeiksi tiedettyjen muuttujien osuutta selittävinä tekijöinä. (Metsämuuronen, 2006, 670-671.) Logistisessa regressiomallissa tarkastellaan mallin sopivuutta, selitystasetta, ennustustarkkuutta sekä selittäjien merkityksellisyyttä samoin kuin lineaarisessa regressiomallissa (Nummenmaa, 2009, 325).

Logistisessa regressioanalyysissä on tärkeä tarkastella myös, ettei aineistossa ole poikkeavia havaintoja eli outliereita, jotka saattavat vääristää tulosta. Oletus on, että saadun logistisen regressiomallin selittämättä jäänyt osa eli residuaalit olisivat normaalisti jakautuneita. (Metsämuuronen, 2008, 117.) Outliereiden havaitsemiseksi on olemassa useita erilaisia tunnuslukuja, numeerisena tai graafisesti esitettynä (Metsämuuronen, 2008, 125). Suoritin omalle lopulliselle logistiselle regressioanalyysimallille jatkoanalyysin, jossa tarkastelin residuaaleja numeerisesti. Tein residuaaleille Kolmogorov-Smirnov -testin, koska tätä käytetään silloin kuin aineiston otos on suurempi kuin 50. Jos testin merkitsevyytasoksi tulee .05 tai sen alle, jakauma poikkeaa normaalijakaumasta. Kuitenkin jos otos on poikkeuksellisen suuri, ei normaalijakaumaoletuksista pidetä niin tiukasti kiinni. (Tähtinen ym., 2011, 64.) Kolmogorov-Smirnov – testin p-arvoksi sain $p < .001$ eli jakauma poikkeaa normaalijakaumasta, mutta täytyy huomioida, että oma otokseni on poikkeuksellisen suuri ($n = 99\,632$), joten voidaan ajatella, että p-arvo ei ole pahasti pielessä.

4 Tulokset

Aineisto analysoitiin ensin muuttujien välisiä korrelaatioyhteyksiä tarkastelemalla. Korrelaatiokertoimen (r) ollessa ± 0.3 tai enemmän, muuttujien välillä on vähintään heikko lineaarinen yhteys (Nummenmaa, 2009, 278). Kaikkien vastausten perusteella voimakkain yhteys elämäntyytyväisyyteen oli minäkäsityksellä ($r = .420$), koetulla terveydentilalla ($r = .426$) sekä masennusoireilulla ($r = -.411$). Kaikki yhteydet olivat tilastollisesti merkitseviä ($p < .001$). Korrelaatiokertoimien perusteella tulokset viittaavat siihen, mitä paremmaksi lapsi koki yleisen terveydentilansa, sen tyytyväisempi hän oli elämäänsä. Samoin mitä parempi käsitys hänellä oli itsestään (olen yhtä hyvä kuin muut sekä muut pitävät minusta), sen tyytyväisempi hän oli yleisesti ottaen omaan elämäänsä. Sen sijaan mitä enemmän lapsi koki olevansa onneton tai epätoivoinen eikä osannut nauttia mistään, sen matalampi hänen elämäntyytyväisyytensä oli.

Elämäntyytyväisyyden kanssa korreloivat myös koettu yksinäisyys ($r = .376$), avoin keskusteluyhteys vanhempiin ($r = .346$), koulunkäynnin asenne ($r = .339$), koettu pärjääminen koulussa ($r = .310$) ja ryhmään kuulumisen ($r = .300$). Jos lapsi ei kokenut yksinäisyyttä, hän oli tyytyväisempi elämäänsä. Jos keskusteluyhteys vanhempiin koettiin hyväksi ja avoimeksi, myös lapsen elämäntyytyväisyys oli korkeampi. Samoin myönteinen koulunkäynnin asenne, lapsen oma kokemus, että koulussa sujuu hyvin sekä lapsi on tärkeä osa koulu- ja luokkayhteisöä, olivat myös yhteydessä korkeaan elämäntyytyväisyyteen. Kaikkien selittävien muuttujien yhteydet elämäntyytyväisyyteen olivat tilastollisesti merkitseviä ($p < .001$).

Korrelaatioiden tarkastelun jälkeen tulosten analyysiä jatkettiin logistisen regressioanalyysin avulla. Lopullisessa logistisessa regressiomallissa minulla oli mukana kaikki selittävät muuttujat: koettu terveydentila, masennusoireilu, avoin keskusteluyhteys vanhempiin, koulunkäynnin asenne, minäkäsitys, koettu yksinäisyys, koettu pärjääminen koulussa ja ryhmään kuulumisen. Tämä malli selitti elämäntyytyväisyyttä parhaiten ja malli oli tilastollisesti merkitsevä ($p < .001$). Käytin analyysissä pakotettua menetelmää (Enter), jossa kaikki muuttujat lisätään malliin kerralla. Tätä menetelmää on silloin perusteltua käyttää, kun tutkijalla ei ole hypoteesia selittävien muuttujien vaikuttavuudesta tai tärkeysjärjestyksestä (Tabachnick & Fidell, 2014, 500).

Logistisessa regressiomallissa esitellään tavallisesti mallin selitysaste. Selitysaste kuvataan Cox & Snell ja Nagelkerke R Square -arvolla, jotka vaihtelevat välillä 0 ja 1. Näistä kahdesta

näennäisestä selitysteesta parempana pidetään Nagelkerke R -arvoa, koska sen ilmaisema arvo voi aidosti vaihdella 1 ja 0 välillä. Mitä isompi arvo on, sen paremmin analyysissä mukana olevat selittävät muuttujat pystyvät selittämään selitettävässä muuttujassa esiintyvän vaihtelun. (Jokivuori & Hietala, 2007, 67-68.) Omassa regressiomallissani Nagelkerke R² arvo oli .427 eli malli kykeni luokittelemaan kaikista tapauksista noin 43 % oikein eli koko mallin selityste on vain kohtalainen. Tästä huolimatta yksittäisten selittävien muuttujien selityste voi silti olla merkittävä ja arvokas tulkinnan kannalta. Selittävät muuttujat kertovat siitä, kuinka hyvin muuttuja ennustaa vaihtelua selitettävässä muuttujassa, vaikka huomioitaisiin myös muut muuttujat mallissa sekä niiden vaikutus. (Menard, 2002.)

Logistisessa regressiomallissa ilmoitetaan myös se, mikä on mallin ja aineiston välinen yhteensopivuus. Lähtökohtana on ajatus, että ensin on muodostettu malli, jossa on mukana pelkästään vakiotekijä β_0 , eikä yhtään selittävää muuttujaa. Toisessa mallissa on mukana kaikki selittäjät ja näitä malleja verrataan toisiinsa. Jos mallit eivät poikkea toisistaan, niin selittävien muuttujien lisääminen malliin ei muuta mallia mitenkään, jolloin malli ei sovellu aineistoon. (Nummenmaa, 2009, 325.) Mallien yhteensopivuutta voidaan tutkia Hosmer-Lemeshow'n testillä. Hyvää yhteensopivuutta ilmaisee iso p-arvo. Jos p-arvo on alle 0.05, mallin ja aineiston yhteensopivuus ei ole hyvä. Mallin p-arvo jää pieneksi ($p < .001$) eli yhteensopivuus mallin ja aineiston välillä ei ole hyvä. Toisaalta ko. testiä on kritisoitu sen hylkäysherkkyydestä isoja aineistoja kohtaan eli se antaa liian herkästi tilastollisesti merkitseviä p-arvoja (Jokivuori & Hietala, 2007, 68). Mallin selityste oli kuitenkin paras, mitä sain ja lisäksi iso aineistokoko saattaa olla vaikuttamassa mallin sopivuuteen, joten päädyin pitämään mallin tällaisena. Mallista saatujen tulosten yleistämisessä täytyy kuitenkin olla varovainen.

Logistisen regressiomallin avulla pyritään selittämään havaintojen jakautuminen luokkiin, joten on syytä tarkastella, kuinka tarkasti malli onnistuu jakamaan havainnot näihin luokkiin. Kun tarkastellaan mallin ennustustarkkuutta, arvioidaan sitä, kuinka monta prosenttia kaikista havainnoista malli kykenee luokittelemaan oikein. Ennustustarkkuus voidaan laskea myös jokaiselle selittävälle muuttujalle erikseen. (Nummenmaa, 2009, 326.) Oman analyysini kohdalla logistinen regressiomalli kykeni luokittelemaan oikein 98, 2 % niistä tapauksista, jotka kuuluvat luokkaan 1 (korkea elämäntyytyväisyys). Matalan elämäntyytyväisyyden luokkaan 0 kuuluvista tapauksista, malli onnistui luokittelemaan oikein vain 35, 2 %. Koska olen kiinnostunut niistä henkilöistä, jotka kuuluvat korkean elämäntyytyväisyyden luokkaan, on mallin ennustustarkkuus siihen nähden riittävä.

Varsinaisia tuloksia logistisessa regressiomallissa arvioidaan vetosuhteen avulla. Vetosuhteen avulla kuvataan sitä, kuinka paljon kaksi todennäköisyyttä (ilmiö tapahtuu / ilmiö ei tapahdu) tai suhteellista osuutta poikkeavat toisistaan. Kahta osuutta verrataan toisiinsa laskemalla niitä vastaavien vetojen osamäärä, ja näistä syntyy vetosuhde (Odds ratio). Vetosuhteen arvoista ei kuitenkaan päätellä sitä, kuinka suuria osuudet ovat, sillä se vertaa vetoja toisiinsa, eikä suoraan osuuksia. (Rita ym., 2008, 75-76.) Vetosuhteiden tulkinnassa ei siis puhuta todennäköisyyksistä, vaan niiden sijaan yksinkertaisesti vedoista (Rita ym., 2008, 78). Jos vetosuhteen arvo on suurempi kuin 1, se kuvaa positiivista yhteyttä ja arvot, jotka ovat alle 1, kuvaavat negatiivista yhteyttä (Nummenmaa, 2009, 327). Positiivinen yhteys siis lisää tapahtuman vetoa, kun taas negatiivinen yhteys heikentää sitä. Mitä kauempana selittävä muuttuja on luvusta 1, sen vaikuttavampi ennustaja muuttuja on (Tabachnik & Fidell, 2014, 516). Toisin sanoen, lähellä lukua 1 oleva vetosuhde heikentää muuttujan ennustavuutta. Tämä johtuu siitä, että 50 % vetoa kuvataan toisin sanoen lukuna 1 (Rita ym., 2008, 74), jolloin on luonnollisesti vaikea sanoa, onko todennäköisempää se, että ilmiö tapahtuu kuin se, että ilmiö ei tapahdu.

P-arvolla voidaan arvioida yksittäisen selittävän muuttujan tilastollista merkitsevyyttä. Jos p-arvo on pienempi kuin .05, muuttuja sopii malliin. (Nummenmaa, 2009, 327.) Waldin testi-suureella voidaan puolestaan mitata yksittäisten muuttujien hyvyttä. Jos Waldin testi-suurearvo (Wald x^2) on tilastollisesti merkitsevä $p > 0.05$, muuttuja lisää koko mallin kykyä lajitella (eli ennustaa) havainnot oikeisiin luokkiin. (Jokivuori & Hietala, 2007, 71.)

4.1 Elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevat tekijät

Omassa regressiomallissani vetosuhteella kuvataan sitä, miten paljon veto korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan (1) kuulumisella vastaajalla heikentyy, kun selittävien muuttujien arvot kasvavat (eli heikkenevät). Matalaa elämäntyytyväisyyttä kuvataan mallissa arvolla 0. Vetosuhdetta tulkittaessa on muistettava, että selittävät muuttujat on skaalattu mallissa siten, että mittarin suuret arvot ilmaisevat kielteisiä / eri mieltä olevia vastauksia ja pienet arvot taas myönteisiä / samaa mieltä olevia vastauksia. Masennusoireilu- muuttujan pienet arvot ilmaisevat, että masennusoireilua on paljon ja suuret arvot ilmaisevat, että lapsi ei koe masennusoireilua.

Sukupuoli-muuttuja oli koodattu siten, että poikien arvo oli 0 ja tyttöjen arvo 1. Sukupuoli-muuttujan vetosuhde oli .669 ($p < .001$) eli muuttujan arvon kasvaessa (eli muuttuja lähenee

luokkaa tytöt) korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumisen veto vastaajalla heikkenee 33.10 %. Toisin sanoen pojilla korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumisen todennäköisempää. Sukupuoli (Wald $x^2 = 184.783$) ei kuitenkaan ennustanut mallissa elämäntyytyväisyyttä parhaiten verrattuna muihin mallin selittäjiin.

Selittävästä muuttujista parhaimmat ennustajat korkean elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumiselle olivat avoin keskusteluyhteys vanhempiin (Wald $x^2 = 1147.733$, $p < .001$) lapsen kokemus hyvä psyykinen ja fyysinen terveydentila (Wald $x^2 = 1080.473$, $p < .001$) sekä lapsen vähäinen masennusoireilu (Wald $x^2 = 748.958$, $p < .001$). Vetosuhde avoimelle keskusteluyhteydelle vanhempien kanssa oli .595 eli kun muuttujan arvot (keskusteluyhteys vanhempiin heikkenee) niin korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumisen veto vastaajalla pienenee 40.5 %. Lapsen kokeman yleisen terveydentilan (Wald $x^2 = 1080.473$, $p < .001$) vetosuhde oli .497 eli kun lapsi kokee terveydentilan huonommaksi myös veto sille, että lapsi kokee elämäntyytyväisyyttä, heikkenee 50.3 %. Masennusoireilun vetosuhde oli 2.351, jolloin veto korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumisen lisääntyy lapsella 135 %, kun lapsen masennusoireilu vähenee yhden yksikön verran. Elämäntyytyväisyyttä selittivät jonkin verran myös lapsen minäkäsitys (Wald $x^2 = 653.364$, $p < .001$). Vetosuhde lapsen kokemalle minäkäsitykselle oli .515, eli kun lapsen käsitys itsestään heikkeni, myös veto korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumiselle heikkeni lapsella 48.5 %. Elämäntyytyväisyyttä parhaiten tukevat siis lapsen myönteinen minäkäsitys itsestään, vähäinen masennusoireilu, hyväksytyksi koettu fyysinen ja psyykinen terveydentila sekä avoin keskusteluyhteys vanhempiin.

Yksinäisyyden kokemus, koulunkäynnin asenne ja ryhmään kuulumisen elämäntyytyväisyyden ennustajina eivät olleet yhtä vaikuttavia verrattuna edellä oleviin selittäviin muuttujiin, mutta ne ennustivat elämäntyytyväisyyttä kuitenkin kohtalaisesti. Koettu yksinäisyys (Wald $x^2 = 333.622$, $p < .001$) – muuttujan vetosuhde oli .617. Eli kun yksinäisyys -muuttujan arvot kasvoivat (yksinäisyys lisääntyi), veto korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumiselle pieneni 38.3 %. Koulunkäynnin asenteen (Wald $x^2 = 684.006$, $p < .001$) vetosuhde oli .631 eli kun lapsi kokee kielteisempää asennetta koulunkäyntiä kohtaan, myös veto heikkeni 36.9 % sille, että lapsi kuului korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan. Ryhmään kuulumisen (Wald $x^2 = 253.572$, $p < .001$) vetosuhde oli .671 eli kun lapsen kokemus koulu- ja luokkayhteisön osallisuudesta heikkeni, veto korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumiselle pieneni 32.9 %. Näistä selittävästä muuttujista voidaan kuitenkin yhteenvedon todeta, että lapsen elämäntyytyväisyyttä lisäävät yksinäisyyden torjuminen, myönteinen asenne koulunkäyntiä kohtaan sekä kokemus osallisuudesta koulu- ja luokkayhteisössä.

Lapsen kokema koulussa pärjääminen ennusti lapsen elämäntyytyväisyyttä kaikkein huonoiten. Koetun koulussa pärjäämisen vetosuhde oli .929 (Wald $\chi^2= 25.818$, $p < .001$). Eli kun koulussa pärjääminen -muuttujan arvot kasvoivat (koettu koulussa pärjääminen heikkeni) veto korkeaan elämäntyytyväisyysluokkaan kuulumiselle pieneni 7.1 %.

4.2 Elämäntyytyväisyys ja sukupuoli

Kouluterveyskyselyn 2019 aineistossa tarkastelin elämäntyytyväisyyttä Mann-Whitneyn U-testin avulla. Mann-Whitneyn U-testillä voidaan tarkastella muuttujien eroja esimerkiksi sukupuolittain sekä niiden tilastollista merkitsevyyttä. Testi sopii erityisesti järjestysasteikollisille muuttujille. (Nummenmaa, 2009, 250.) Pojat olivat yleisesti ottaen tyytyväisempiä elämäänsä kuin tytöt ja ero oli tilastollisesti merkitsevä ($z = -39.234$, $p < .001$). Erittäin tyytyväisiä elämäänsä oli 61 % pojista ja 48.8 % tytöistä. Tarkastelin elämäntyytyväisyyttä myös luokka-asteittain ja sitä, onko elämäntyytyväisyydessä eroa 4. ja 5. luokkalaisten kohdalla. 4. luokkalaiset olivat tulosten mukaan hieman tyytyväisempiä elämäänsä kuin 5. luokkalaiset ja ero oli tilastollisesti merkitsevä ($z = -18.416$, $p < .001$).

Lisäsin korrelaatioiden tarkasteluun sukupuoli -muuttujan. Tarkastelin muuttujien välisiä korrelaatioita Spearmanin korrelaatiokertoimen avulla. Kaikkien selittävien muuttujien väliset korrelaatiot elämäntyytyväisyyteen olivat tilastollisesti merkitseviä ($p < .001$). Tyttöillä esiintyi heikkoa korrelaatiota ($r = \pm .3$) suhteessa elämäntyytyväisyyteen kaikissa selittävisissä muuttujissa. Tyttöillä koetun terveydentilan ($r = .450$), minäkäsityksen ($r = .462$), masennusoireilun ($r = .457$), avoimen keskusteluyhteyden vanhempiin ($r = .399$) ja koetun yksinäisyyden ($r = .392$) korrelaatiot elämäntyytyväisyyden kanssa olivat suurimpia.

Pojilla heikkoa korrelaatioita esiintyi kaikkien selittävien muuttujien ja elämäntyytyväisyyden välillä, paitsi koetun koulussa pärjäämisen, ryhmään kuulumisen ja avoimen keskusteluyhteyden vanhempiin osalta. Pojilla heikkoa korrelaatiota elämäntyytyväisyyden kanssa esiintyi koetussa terveydentilassa ($r = .369$), masennusoireilussa ($r = .366$), minäkäsityksessä ($r = .347$) ja koetussa yksinäisyydessä ($r = .328$). Korrelaatiokertoimet pojilla olivat yleisesti ottaen tyttöjen korrelaatiokertoimia hieman matalampia.

Tarkastelen vielä lähemmin muuttujia, joissa on esiintynyt elämäntyytyväisyyden suhteen heikkoa korrelaatiota. Koettua terveydentilaa tarkastelin ensin ristiintaulukoinnin avulla. Suurin osa sekä tytöistä että pojista koki terveydentilansa erittäin hyväksi tai melko hyväksi. U-

testin mukaan pojat kokevat hieman paremmaksi oman terveydentilansa kuin tytöt ja sukupuolten välinen ero oli tilastollisesti merkitsevä ($z = -15.585$, $p < .001$). Masennusoireilun tytöt ja pojat kokevat lähes samalla tavalla ($z = -4.576$, $p < .001$). Valtaosa ei kokenut masennusoireilua (tytöt 61.6% ja pojat 63.2 %). U-testin perusteella pojat kokivat oman minäkäsityksensä tyttöjä paremmaksi ja ero oli tilastollisesti merkitsevä ($z = -54.355$, $p < .001$). Yksinäisyyden kokemuksessa sukupuolierot jakaantuivat siten, että pojat kokivat vähemmän yksinäisyyttä kuin tytöt ($z = -54.543$, $p < .001$). Sekä tytöt että pojat kokivat keskusteluyhteyden vanhempiin lähes yhtä avoimeksi. Pojat kokivat keskusteluyhteyden vanhempien kanssa hieman tyttöjä avoimemmaksi ($z = -7.688$, $p < .001$). Sekä yksinäisyyden kokemuksen että avoimen keskusteluyhteyden sukupuolierot olivat tilastollisesti merkitseviä. Tulosten perusteella suurimmat sukupuolten väliset erot selittävien muuttujien jakaumissa liittyivät siis minäkäsitykseen ja yksinäisyyden kokemukseen. Tytöt kokivat poikiin verrattuna oman minäkäsityksensä huonommaksi ja heillä oli poikia enemmän yksinäisyyden kokemuksia.

5 Pohdinta

Lasten korkeampaa elämäntyytyväisyyttä ennustivat parhaiten hyvä koettu fyysinen ja psyykinen terveydentila, avoimet keskustelusuhteet vanhempiin, vähäinen masennusoireilu sekä lapsen kokema myönteinen minäkäsitys itsestään. Sukupuolittain tarkasteltuna pojat olivat yleisesti ottaen tyytyväisempiä elämäänsä kuin tytöt. Tytöt ja pojat erosivat erityisesti sen suhteen, että tytöillä esiintyi heikkoa korrelaatiota elämäntyytyväisyyden ja avoimen keskusteluyhteyden vanhempiin välillä, kun taas pojilla tätä yhteyttä ei ollut.

Aiemmissa tutkimuksissa lapsen elämäntyytyväisyydellä ja lapsen perhesuhteilla on todettu olevan monenlaista yhteyttä, ja nämä tulokset tukevat omia tuloksiani. Perhesuhteiden merkitys lapsen elämäntyytyväisyydelle on ensisijainen. Tämän jälkeen tulevat vasta lapsen kaveriesuhteet. (Huebner, 1991, 109-110). Huebnerin ja Gilmanin mukaan jatkuvat ristiriidat perheen sisällä, vanhempien suhteen tila, aikuisten lukumäärä kotona, vanhempien sosiaalinen tuki sekä konfliktit lasten ja vanhempien välillä heikentävät lasten kokemaa elämäntyytyväisyyttä. Lisäksi lapset, joiden vanhemmat olivat lasten elämään osallistuvia, aktiivisia ja auktoritatiivisia, kokivat korkeampaa elämäntyytyväisyyttä. (2003, 197-198.) Myös perheen sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja säännölliset keskustelut vanhempien kanssa ovat olleet yhteydessä lapsen parempaan hyvinvointiin (Konu ym., 2002, 163).

Hyvä elämäntyytyväisyys on perinteisesti liitetty läheisesti hyvään terveydentilaan (Ottova-Jordan ym., 2016, 75). Näkemys ei ole ollut aivan yksinkertainen aiempien tutkimusten mukaan. Esimerkiksi Diener (1984, 543) toteaa, että terveyttä ei nähdä ehdottomana elämäntyytyväisyyttä selittävänä tekijänä, vaikka se voikin lisätä sitä. Ihmiset ovat erilaisia myös sen suhteen, miten asennoituvat elämään ja sen tuomiin vaikeuksiin ja haastaviin tilanteisiin. Tästä Huebner toteaa, että 5.-7. luokkalaisia tutkittaessa on havaittu, että yksilölliset persoonallisuuden piirteet ovat yhteydessä siihen, miten elämäntyytyväisyys koetaan (1991, 109-110). Ei siis aina ole helppo tulkita sitä, millä tavoin koettu terveydentila vaikuttaa yksilön kokemaan tyytyväisyyteen elämässä, koska esimerkiksi yleinen positiivinen elämänasenne voi parantaa elämäntyytyväisyyttä koetusta huonommasta terveydentilasta huolimatta. Silti esimerkiksi Konu ym. (2002) totesivat tutkimuksessaan, että koettu terveydentila oli vahvasti yhteydessä lasten kokemaan hyvinvointiin (163).

Huebnerin & Gilmanin mukaan erityisesti lasten ja nuorten masennuksen kokemuksilla ja sosiaalisella stressillä on yhteyttä matalampaan elämäntyytyväisyyteen. Erityisesti nuorilla matala elämäntyytyväisyys on yhteydessä myös huumeiden tai alkoholin käyttöön. (2003, 197-198.) Pitkään jatkuva stressi on uhka nuoren hyvinvoinnille. Monet psyykkiset sairaudet ovat pohjimmiltaan stressisairauksia, sillä stressi vaikuttaa olennaisesti psyykkisten sairauksien puhkeamiseen. Riski sairastua psyykkisesti on etenkin nuoruusiässä muita ikävaiheita suurempi. (Karvonen, 2009, 122.) Aiempien tulosten mukaan elämäntyytyväisyyttä lisäävät lapsen myönteinen käsitys itsestään, ekstroverttiys sekä rento elämänasenne (Huebner, 1991, 109-110). Tulos on yhteneväinen omien tulosteni kanssa positiivisen minäkäsityksen ja korkean elämäntyytyväisyyden välisestä yhteydestä. Realistinen minäkuva ja itsensä tunteminen ovat pohja hyvälle itsetunnolle, millä viitataan yksilön joko kielteiseen tai myönteiseen omanarvontuntoon. Terve itsetunto on kokemus siitä, että on riittävän hyvä eikä lapsen tarvitse etsiä kunnioitusta muilta eikä myöskään kokea itseään muita paremmaksi. Itsetunto vaikuttaa yksilön mielenterveyteen ja hyvinvointiin sekä vuorovaikutussuhteisiin. (Salovaara & Honkonen, 2011, 88-89.)

Yksinäisyyden kokemuksella on todettu olevan yhteys lasten matalampaan elämäntyytyväisyyteen (Valkendorff, 2022, 82). Omassa aineistossani erityisesti sukupuolittain tarkasteluna yksinäisyyden kokemuksen ja elämäntyytyväisyyden välillä esiintyi korrelaatiota, vaikka yksinäisyyden kokemus ei ollutkaan lopullisessa mallissa vahvin ennustaja lapsen elämäntyytyväisyydelle. Myös yhteys korkeamman elämäntyytyväisyyden ja ryhmään kuulumisen kokemuksen välillä oli olemassa, vaikka ei kovin vahvana. Yksinäisyyden ja ryhmään kuulumisen kokemukset saivat toisiaan hyvin lähellä olevat vetosuhteet, samoin Waldin testisuurearvot olivat toisiaan lähellä. Lapsen ja nuoren näkökulmasta koulu merkitsee pitkälti ystäviä ja kavereita, ryhmään kuulumista ja yhteisöllisyyttä. Koululuokka on lapsen vertaisryhmä, jossa lapsi oppii puolustautumista, jakamista, keinoja kestää vihamielisyyttä ja kiusaamista. Vertaisuhteet ovat tasavertaisia suhteita, joiden avulla lapsi opettelee hallitsemaan omia (myös aggressiivisia) tunteita ja ratkaisemaan ristiriitoja. Yläkouluikäiset nuoret ovat määritelleet syrjäytymisen kuulumattomuudeksi vertaisryhmään, mihin liittyy yksinäisyyttä, toiseutta ja ulkopuolisuuden kokemusta. Lapsen ja nuoren paikka koulun sosiaalisessa verkostossa vaikuttaa hänen hyvinvointiinsa ja hyväksytyksi tuleminen ryhmässä on tärkeää. (Salovaara & Honkonen, 2011, 52-53.)

Elämäntyytyväisyyden kokemus laski hiukan 4. ja 5. luokkalaisten vertailussa siten, että 5. luokkalaiset kokivat elämäntyytyväisyytensä hiukan huonommaksi kuin 4. luokkalaiset. Ero

4. ja 5. luokkalaisten elämäntyytyväisyydessä ei ole suuri, eikä varmuudella voi sanoa mitkä tekijät tähän eroon vaikuttavat. Tulos on kuitenkin samansuuntainen aiempien tutkimusten kanssa, joissa elämäntyytyväisyyden on todettu laskevan jo 10-12-vuotiaiden kohdalla (Casas & González-Carrasco, 2019, 385). Pojat kokivat elämäntyytyväisyytensä paremmaksi verrattuna tyttöihin.

5.1 Lasten elämäntyytyväisyyden ja hyvinvoinnin tukeminen

Lasten ja nuorten elämäntyytyväisyyden tukeminen on tärkeää kaikkialla, jossa kohtaamme lapsia ja nuoria. Mielestäni on tarpeetonta rajata lasten ja nuorten hyvinvoinnin tarkastelua esimerkiksi pelkästään kouluihin tai koteihin, koska lasten hyvinvoinnin tukeminen vaatii yhteistyötä koulujen, kotien, terveysalan ammattilaisten, sosiaaliviranomaisten ja muiden lasten ja nuorten kanssa aikaa viettävien aikuisten välillä. Kaikkien lasten hyvinvoinnin tukemiseen tähtäävien lakien, suunnitelmien ja käytännön toimenpiteiden keskiössä pitää olla aina ensisijalla lapsen etu.

Lasten kokema hyvä keskusteluyhteys vanhempiin oli aineistossani myös yksi keskeinen ennustaja lasten kokemalle korkeammalle elämäntyytyväisyydelle. Lapsen hyvinvointia tukee se, että opettaja pyrkii osaltaan luomaan avoimet ja luottamukselliset suhteet koteihin. Tilanteissa, joissa lapsesta herää huoli, on helpompi ottaa matalalla kynnyksellä yhteyttä koteihin, jos keskusteluyhteys vanhempiin on valmiiksi avoin. Rimpelän (2013) mukaan huolimatta siitä, että perhe on lasten tärkein kehitysyhteisö, se ei voi yksinään ohjata lapsen kehitystä. Sen takia puhutaan kotien ja koulujen välisestä kasvatuskumppanuudesta, jolla tarkoitetaan kaikkea ihmisten ja instituutioiden välistä vuorovaikutusta ja yhteistä toimintaa lapsen kehityksen tukemisessa. Erityisen tärkeäksi kasvatuskumppanuus nousee niissä tilanteissa, kun vanhemmat eivät syystä tai toisesta jaksa tukea lastaan riittävästi. Toimivassa kasvatuskumppanuudessa muilla tahoilla tulisi olla suurempi valmius ottaa vastuuta lapsen tukemisesta. Jos tämä ei toimi, on vaarana, että lapsi jää ns. usean kehitysyhteistyön välitilaan, jossa häntä ei kohdata eikä tueta aidosti. (31-32.)

Ryhmään kuuluminen, myönteinen minäkäsitys ja yksinäisyyden vähäinen kokemus olivat kaikki yhteydessä lasten korkeampaan elämäntyytyväisyyteen. Opettaja voi luokassa tehdä asioita sen eteen, että jokainen oppilas kokisi olevansa osallisena sekä luokka- että kouluyh-

teisössä eli tukea lasten osallisuutta. Osallisuuden kokemus on pohjimmiltaan tunnetta osallisena olemisesta ryhmässä. Osallisena oleva lapsi ja nuori kokee pätevyyttä ja oman roolinsa merkittäväksi omassa yhteisössään. Osallisuus on yhteisöllisyyttä ja vastavuoroisuutta. Se on myös toimintaa, jossa oppilaat asettavat tavoitteita, tekevät päätöksiä ja kantavat vastuuta tekemisistään itseään koskevista asioista. Osallisuudessa on tärkeää aidon vastuun saaminen. (Salovaara & Honkonen, 2011, 69.) Osallisuuden kokemus linkittyy vahvasti ryhmässä hyväksytyksi tulemiseen, kaverisuhteisiin ja sitä kautta yksinäisyyden kokemuksen vähenemiseen. Erityisesti tyttöjen kohdalla osallisuuden kokemuksen tukeminen on tärkeää, koska aineistoni perusteella tytöt kokivat enemmän yksinäisyyttä poikiin verrattuna.

Hyvän ryhmähengen muodostaminen luokassa on yksi tärkeämpiä asioita, joilla opettaja voi vaikuttaa lasten hyvinvointiin koulussa. Salovaara & Honkonen (2011) toteavat, että ryhmä vahvistaa myös opiskelumotivaatioita. Oppimiseen liittyy erilaisia tarpeita. Oppimistavoitteiden ymmärtäminen, asioiden suhteuttaminen omaan elämään, onnistumisen kokemukset, välitön palaute, hyvin organisoitu ja turvallinen oppimisympäristö sekä myönteisten suhteiden ylläpitäminen toisiin oppilaisiin tukevat lapsen oppimista koulussa. (109.)

Opettaja on yksi tärkeimpiä henkilöitä, joka voi tukea lapsen elämäntyytyväisyyttä koulussa. Opettaja myös näkee lapset lähes päivittäin, joten hän usein huomaa muutokset esimerkiksi lasten hyvinvoinnissa ensimmäisten joukossa. Sajaniemen mukaan uusien asioiden oppiminen tapahtuu lapsilla parhaiten silloin, kun lasten henkinen hyvinvointi on tasapainossa. Oppiminen edellyttää aivojen aktivaatiota. Stressijärjestelmän aktivoituminen on välttämätöntä uuden oppimiselle ja kaikelle tarkkaavaiselle toiminnalle, sillä se lisää hermosolujen välistä yleistä aktiivisuutta. Jos lapsi on pitkään stressaantunut jostain asiasta, aivot ylikuormittuvat ja väsyvät, stressitila alkaa kääntyä itseään vastaan. Energiaa kuluu tällöin erityisesti niillä aivojen alueilla, jotka vastaavat tietoisesta oppimisesta ja tunnesäätelystä. (Sajaniemi, 2016, 31.) On siis selvää, että pitkittyneestä stressitilasta kärsivällä lapsella ilmenee jossain vaiheessa haasteita myös uuden oppimisessa. Myös tämä on yksi syy, miksi koulussa olisi syytä tukea eri tavoin lasten hyvinvointia ja elämäntyytyväisyyttä.

Lasten kokemat haasteet mielenterveyden ongelmissa edellyttävät opettajalta hyvää yhteistyötä kotien, sosiaaliviranomaisten ja terveysalan ammattilaisten kanssa. Koulussa olisi tärkeää olla saatavilla helposti matalan kynnyksen keskusteluapua, josta voidaan ohjata tarvittaessa lapsi eteenpäin saamaan apua. Kouluihin tulisikin tarvittaessa lisätä terveydenhuollon ammattilaisia, että jokainen lapsi ja nuori saa apua nopeasti, sillä koronapandemian jälkeen

kouluterveydenhuolto on ruuhkautunut etenkin yläkouluissa, todetaan YLE:n verkkosivuilla (Virranniemi, 2023). Joissain kaupungeissa lasten ja nuorten pahoinvointia koulussa pyritään torjumaan ja ehkäisemään esimerkiksi kouluvalmentajien palkkaamisella kouluihin (Mäenpää, 2023). Kaikki lisäresurssit, joita kouluun saadaan, ovat tukemassa lasten ja nuorten hyvinvointia ja elämäntyytyväisyyttä. Samalla ne toimivat opettajalle tärkeänä yhteistyötahona lasten mielenterveyden haasteissa.

Hiukan yllättäen omassa aineistossani opettajasuhteen yhteyttä koettuun elämäntyytyväisyyteen ei löytynyt. Löysin hyvin vähän tutkimusta opettajan ja oppilaan välisestä suhteesta alakoulussa lukuunottamatta Räisänen-Ylitalon (2015) tutkimusta, jossa opettajan ja oppilaan välinen suhde on ollut keskeinen sosiaalisen hyvinvoinnin selittäjä alakoulussa (158). Monet tutkimukset aiheesta keskittyvät pääasiassa yläkoululaisiin. Vaikka omassa aineistossa ei elämäntyytyväisyyden yhteyttä koettuun kiusaamiseen ei suoraan löytynyt, kiusaamisen on monissa tutkimuksissa todettu olevan yhteydessä lasten kokemaan matalampaan elämäntyytyväisyyteen (Goswami, 2012, 584). Kiusaamisen kokemus voi olla lapselle myös kipeä asia, ja siitä voi olla vaikea puhua. Kiusaamista voi esiintyä koulun lisäksi myös sen ulkopuolella. Kiusaamiseen puuttuminen koulussa on ensisijaisen tärkeää. Opettajan tehtävä on luoda luokkaan rohkaiseva ja kannustava ilmapiiri, jossa kiusaamisella on nollatoleranssi. Opettaja on myös vastuussa luokan vuorovaikutuksesta ja sen tavoitteellisuudesta. Konkreettisilla teoilla opettaja voi luoda lapselle positiivisia kokemuksia ja muistijälkiä, vaikka lapsella olisi hankaluuksia muilla elämän osa-alueilla. Ihmissuhdetaidot, kohtaaminen ja vuorovaikutus on opettajan työn keskeistä osaamista. (Salovaara & Honkanen, 2011, 90-91.)

5.2 Tutkimuksen rajoitukset

Mittauksen kokonaisluotettavuuden arvioinnissa käytetään käsitteitä validiteetti ja reliabiliteetti. Validiteetilla kuvataan sitä, missä määrin onnistuttiin mittaamaan sitä, mitä pitikin mitata. Kyselytutkimuksissa voidaan arvioida sitä, saadaanko kysymysten avulla ratkaisu tutkimusongelmaan. Varsinkin abstraktien käsitteiden kuvaamiseen on haastava löytää rajallinen määrä kysymyksiä, jotka kattavat koko käsitteen. (Heikkilä, 2014, 177.) Omassa aineistossani en ollut vaikuttamassa kysymysten asetteluun enkä siihen, millä mittarilla vastauksia mitattiin. Esimerkiksi elämäntyytyväisyyttä pystyin mittaamaan vain yhden kysymyksen avulla. Elämäntyytyväisyyttä selvitetessä tutkimuksissa on käytetty usein vain yhtä muuttujaa,

vaikka elämäntyytyväisyyttä selvitetessä useamman muuttujan käyttäminen parantaisi tutkimuksen luotettavuutta (Lucasin ja Donnellan, 2012, 328–330). Lisäksi lasten tulkinta siitä, mitä elämäntyytyväisyys on, voi vaihdella. Monien selittävien muuttujien mittari oli kyselylomakkeessa skaalattu asteikolle 1-3, mikä on asteikkona hyvin karkea. Tällaiseen asteikkoon voi olla haastateltavalle vaikea vastata tilanteissa, joissa oman vastauksen sijoittumista täytyy puntaroida. Lisäksi kyselylomakkeessa usein vaihtoehto 3 tarkoitti ei samaa eikä eri mieltä-vastauksia ja mielestäni tällainen ns. neutraali vastaus on tutkijan näkökulmasta vaikea tulkita. Se antaa myös mahdollisuuden, että lapset voivat myös valita tällaisen vastauksen, koska eivät todellisuudessa ole kiinnostuneita miettimään kysymystä enempää, mikä taas voi heikentää vastauksien validiteettia.

Reliabiliteetilla viitataan siihen, miten hyvin mittaus tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Tätä voidaan arvioida esimerkiksi mittaamalla sama tilastoyksikkö useaan kertaan (sisäinen reliabiliteetti) tai sen perusteella, ovatko mittaukset toistettavissa muissa tutkimuksissa ja eri tilanteissa (ulkoinen reliabiliteetti). (Heikkilä, 2014, 178.) Oman aineistoni otos kattaa kaikki Suomen peruskoulut, joten tulokset ovat yleistettävissä kaikkiin suomalaisiin 4. ja 5.luokkalaisiin. On kuitenkin muistettava, että aineisto on kerätty ja julkaistu ennen koronapandemian alkamista. Koronapandemia on vaikuttanut osaltaan lasten ja nuorten hyvinvointiin ja sen takia olisi ollut luotettavampaa tutkia elämäntyytyväisyyttä uudemmalla aineistolla, jossa olisi näkynyt ajankohtaisempi tilanne lasten elämäntyytyväisyyteen yhteydessä olevista tekijöistä. Tällaista ei kuitenkaan ollut saatavilla Tietoarkistossa. Uskon silti, että jos tutkimus toistettaisiin uudemmalla aineistolla, samoja lasten elämäntyytyväisyyteen vaikuttavia tekijöitä nousisi osittain esille. Omassa työssäni monet saadut tulokset olivat myös linjassa aiempien tulosten kanssa, mikä parantaa tutkimuksen reliabiliteettia. Yritin myös valita tarkasteluun mukaan vain sellaiset selittävät muuttujat, joilla oli vähintään heikko yhteys korrelaatioita tarkastellessa selitettävään muuttujaan, mikä lisää mittauksen luotettavuutta. Tutkimustulosten yleistämisessä on kuitenkin oltava varovainen, sillä logistisen regressiomallin sopivuus ja selitysaste ei olleet kovin hyviä.

Lasten elämäntyytyväisyyttä olisi syytä tutkia lisää nimenomaan siitä näkökulmasta, mitkä tekijät tukevat tai lisäävät lasten elämäntyytyväisyyttä ja miten esimerkiksi sukupuoli tai kulttuuritausta vaikuttavat lasten elämäntyytyväisyyteen. Myös sukupuolen merkitystä lasten kokemalle elämäntyytyväisyydelle pitäisi tutkia lisää. Omassa analyysitavassani sukupuolen merkitys lasten elämäntyytyväisyyden kokemukselle jäi lyhyeksi, sillä sitä ei siinä ollut mahdollisuutta analyysimenetelmän rajoituksista johtuen tarkastella pidemmälle. Lisäksi opettaja-

oppilas-suhdetta alakouluikäisillä olisi tärkeää tutkia lisää, sillä opettajan rooli on todettu keskeiseksi lasten kokeman hyvinvoinnin tukemisessa koulussa (esim. Konu ym., 2002, 163). Olisi tärkeä saada lisätietoa siitä, vaikuttaako esimerkiksi lapsen ikä siihen, miten tärkeäksi suhde opettajaan koetaan oman hyvinvoinnin kannalta.

Lasten elämäntyytyväisyys on moniulotteinen ilmiö, johon vaikuttaa keskeisesti lapsen kokema fyysinen ja psyykkinen terveydentila. Lapsen kokemat hyvät ja avoimet suhteet vanhempiin ovat myös merkittävä lapsen hyvinvointiin vaikuttava tekijä. Koulujen on tärkeää pyrkiä hyvään kasvatuskumppanuuteen vanhempien kanssa ja olla tukemassa kotien tekemää kasvatustyötä. Kouluissa ja kodeissa tarvitaan myös lisää tietoa lasten hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen vaikuttavista tekijöistä. Tiedon avulla voidaan ehkäistä lapsen ongelmien kasaantumista, pystytään nopeasti reagoimaan haastaviin tilanteisiin ja ohjaamaan lapsi tarvittaessa avun piiriin.

Lähteet

- Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.
- Ben-Arieh, A. 2012. How do we measure and monitor the “state of our children”? Revisiting the topic in honor of Sheila B. Kamerman. *Children and Youth Services Review* 34, 569-575.
- Diener, E. 1984. Subjective well-being. *Psychological Bulletin* Vol. 95, No. 3, 542-575.
- Diener, E. 2006. Guidelines for National Indicators of Subjective Well-Being and Ill-Being. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 7(4), 397-404.
- Diener, E. & Suh, E. 1997. Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research* 40, 189-216.
- Ding, C. & Hall, A. 2007. Gender, ethnicity, and grade differences in perceptions of school experiences among adolescents. *Studies in Educational Evaluation* 33, 159-174.
- Casas, F. & González-Carrasco, M. 2019. Subjective Well-Being Decreasing with Age: New Research on Children Over 8. *Child Development* 90(2), 375-394.
- Gadermann, A. M., Guhn, M., Schonert-Reichl, K. A., Hymel, S., Thomson, K., & Hertzman, C. 2016. A population-based study of children’s well-being and health: The relative importance of social relationships, health-related activities, and income. *Journal of Happiness Studies*, 17(5), 1847–1872.
- Gilman, R. 2001. The Relationship Between Life Satisfaction, Social Interest, and Frequency of Extracurricular Activities Among Adolescent Students. *Journal of Youth and Adolescence* 30(6), 749-767.
- Goswami, H. 2012. Social Relationships and Children’s Subjective Well-Being. *Social Indicators Research*, 107(3), 575–588.
- Haapasalo, I., Välimaa, R. & Kannas, L. 2010. How Comprehensive School Students Perceive their Psychosocial School Environment. *Scandinavian Journal of Education Research* 54(2), 133-150.
- Heikkilä, T. 2014. Tilastollinen tutkimus. Porvoo: Bookwell Oy.
- Helakorpi, S. & Kivimäki, H. 2021. Lasten ja nuorten hyvinvointi –Kouluterveyskysely 2021: Iso osa lapsista ja nuorista on tyytyväisiä elämäänsä–yksinäisyyden tunne on yleistynyt. Tilastoraportti 30/2021. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos.
- Huebner, E. S. 1991. Correlates of Life Satisfaction in Children. *School Psychology Quarterly*, Vol. 6, (2), 103-111.
- Huebner, E. & Gilman, R. 2003. A Review of Life Satisfaction Research with Children and Adolescents. *School Psychology Quarterly*, Vol.18 (2), 192-205.

- Härkönen, P. 2012. Elämäntyytyväisyys ja terveys. Voimavarasuuntautunut ikääntyvien henkilöiden seurantatutkimus. Oulu: Oulun yliopisto.
- Ikonen, R. & Helakorpi, J. 2019. Lasten ja nuorten hyvinvointi- Kouluterveyskysely 2019. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, tilastoraportti. Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138562/Tilastoraportti_33_Kouluterveyskysely.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Janhunen, K-M. 2013. Kouluhyvinvointi nuorten tulkitsemana. Joensuu: Kopijyvä Oy.
- Jokivuori, P. & Hietala, R. 2007. Määrällisiä tarinoita. Monimuuttajamenetelmien käyttö ja tulkinta. Porvoo: WSOY.
- Kallinen, K., Nikupeteri A., Laitinen, M., Lantela, L., Turunen, T., Nurmi, H. & Leinonen, J. 2021. Lasten arjen hyvinvoinnin tekijät. Kasvatus & Aika 15 (2), 4-21.
- Karppi, T. (2.4.2024). Ampuminen Vantaalla Viertolan koululla: yksi oppilas kuollut, kaksi vakavasti loukkaantunut. YLE verkkosivut.
- Karvonen, R. 2009. Nuoret ja stressi. Teoksessa A-L. Lämsä (toim.) Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kauhanen, L., Yunus, A.W.M., Lempinen, L., Peltonen, K., Gyllenberg, D., Mishina, K., Gilbert, S., Bastola, K., Brown, J.S.L. & Sourander, A. 2023. A systematic review of the mental health changes of children and young people before and during the COVID-19 pandemic. *European Child & Adolescent Psychiatry* 32, 995–1013.
- Konu, A. 2002. Oppilaiden hyvinvointi koulussa. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Konu, A., Lintonen, T. & Rimpelä, M. 2002. Factors associated with schoolchildren`s general subjective well-being. *Health Education Research* (17)2, 155-165.
- Kouluterveyskysely: perusopetuksen 4. ja 5. luokkien oppilaat 2019 [sähköinen tietoaaineisto]. Versio 1.0 (2021-10-13). Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Lauriala, A., & Laukkanen, M. 2010. Boys' motivation at school and future orientation in Lapland. Teoksessa E-L. Kronqvist & P. Hyvönen (toim.) Insights and outlouds: childhood research in the North. University of Oulu, 19-30.
- Lucas, R. E. & Donnellan, M. B. 2012. Estimating the reliability of single-item life satisfaction measures: Results from four national panel studies. *Social Indicators Research*, 105(3), 323–331
- Lämsä, A-L. 2009. Lasten ja nuorten suhde kouluun. Teoksessa A-L. Lämsä (toim.) Mun on paha olla. Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Manninen, S. 2018. Kouluviihtyvyys ja siihen liittyvät tekijät peruskoulussa ja toisen asteen opinnoissa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Menard, S. 2002. Applied logistic regression analysis. Colorado: University of Colorado.

- Metsämuuronen, J. 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Metsämuuronen, J. 2008. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Metsämuuronen, J. 2008. Monimuuttujamenetelmien perusteet. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Muhonen, H., Vasalampi, K., Poikkeus, A-M., Rasku-Puttonen, H. & Lerkkanen, M-K. 2016. Lämmin opettaja -oppilassuhde edistää kouluun sitoutumista. *Kasvatus* 47(2), 112-124.
- Mäenpää, T. (7.8.2023). Kouluvalmentajat auttavat oppilasta tulemaan kouluun ja pärjäämään siellä-heitä palkataan nyt lisää, sillä poissaolot halutaan kuriin. YLE verkkosivut.
- Nummenmaa, L. 2009. Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät. Sastamala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Ottova-Jordan, V., Gobina, I. & Mazur, J. 2016. Positive health: life satisfaction. Teoksessa J. Inchley, D. Currie, T. Young, O. Samdal, T. Torsheim, L. Auguston, F. Mathison, A. Aleman-Diaz, M. Molcho, M. Weber & Vivian Barnekow (toim.) *Growing up unequal: Gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being*, 75–78.
- Palsdottir, A., Asgeirsdottir, B. B. & Sigfusdottir I. D. 2012. Gender difference in wellbeing during school lessons among 10–12-year-old children: The importance of school subjects and student–teacher relationships. *Scandinavian Journal of Public Health* 40(7), 605-613.
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf
- Pöysä, S. & Pesu, L. 2018. Opettajien kokemukset tyttöjen ja poikien välisen tasa-arvon toteutumisesta kouluissa. Teoksessa S. Pöysä & Kupiainen, S. (toim.) *Tytöt ja pojat koulussa. Miten selittää poikien heikko suoriutuminen peruskoulussa? Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 36/2018*, 56-136.
- 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.
- Rees, G., Savahl, S., Lee, B. J. & Casas, F. (toim.) 2020. *Children's views on their lives and well-being in 35 countries: A report on the Children's Worlds project, 2016-19*. Jerusalem, Israel: Children's Worlds Project (ISCWeB)
- Rimpelä, M. 2013. Kasvatuskaaoksesta yhteiseen ymmärrykseen. Teoksessa A-L. Lämsä (toim.) *Verkosto vahvaksi. Toimiva vuorovaikutus perheiden kanssa*. Juva: Bookwell Oy, 17-47.
- Rita, H., Töttö, P. & Alastalo, M. 2008. Voiko turkulaisten kirjoittamista artikkeleista yli 100 % olla kvantitatiivisia? *Vetosuhteen (odds ratio) ja vedon (odds) tulkintaa*. *Janus* 16 (1), 72-80.

- Räisänen- Ylitalo, S. 2015. ”ME- yhdessä kasvaen ja oppien -tuemme ja vahvistamme toinen toisiamme ” Sosiaalinen hyvinvointi yhtenäiskoulussa neljän lappilaiskoulun oppilaiden käsitysten mukaan. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.
- Sajaniemi, N. 2016. Vanhat aivot, uudet oppimisympäristöt-digitalisaatio evoluution haastajana. Teoksessa A. Ahtola (toim.) Psykkinen hyvinvointi ja oppiminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salovaara, R. & Honkonen, T. 2011. Rakenna hyvä luokkahenki. Porvoo: Bookwell Oy.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. 2014. Using Multivariate Statistics. Harlow: Pearson Education Limited.
- Toikka, E. 2023. Lasten ja nuorten elämäntyytyväisyys koetun köyhyyden ja materiaalisen puutteen kontekstissa. Turku: Turun yliopisto.
- Tähtinen, J., Laakkonen, E. & Borberg, M. 2011. Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulkinnan perusteita. Turku: Painosalama Oy.
- Ulmanen, S., Soini, T., Pietarinen, J. Pyhältö, K. & Rautanen, P. 2022. Primary and Lower Secondary School Students’ Social Support Profiles and Study Wellbeing. *The Journal of Early Adolescence* 42 (5), 613-646.
- Valkendorff, T. 2022. Lasten kokemuksia koronasta. Teoksessa M. Kekkonen, M. Gissler, P. Känkänen & A-M. Isola. (toim.) Poikkeuksellinen nuoruus korona-aikana. Nuorten elinot -vuosikirja 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 74-86.
- Veenhoven, R. 2012. Happiness: also known as “life satisfaction” and “subjective well-being.” Teoksessa K. C. Land, M. J. Sirgy, A. C. Michalos (toim.) Handbook of social indicators and quality of life research. Dordrecht: Springer Netherlands, 63–77.
- Virranniemi, J. (23.8.2023). Oppilas ei aina pääse kuraattorille tai terkkarille, mutta syytä ei tiedetä – nuori saattaa jäädä asiansa kanssa yksin. YLE verkkosivut.
- Weimann, J., Knabe, A. & Schöb, R. 2015. Measuring happiness: The economics of well-being. The MIT Press.

Liitteet

Liite 1. Käytetyt tutkimuskysymykset Kouluterveyskyselyn aineistosta

Q1 Mikä on virallinen sukupuolesi?

Q2 Millä luokalla olet?

Q3 Mitä pidät koulunkäynnistä tällä hetkellä?

Q11_1 Koen olevani tärkeä osa: Luokkayhteisöä

Q11_2 Koen olevani tärkeä osa: Koulu yhteisöä

Q17_1 Olen mielelläni koulussa

Q17_4 Koulunkäynti on turhaa

Q17_5 En pärjää koulussa

Q22 Mitä mieltä olet terveydentilastasi?

Q24_1 Miten seuraavat väittämät ovat pitäneet paikkansa kohdallasi kahden viime viikon aikana? Olin epätoivoinen tai onneton

Q24_2 Miten seuraavat väittämät ovat pitäneet paikkansa kohdallasi kahden viime viikon aikana? En nauttinut mistään

Q24_5 Miten seuraavat väittämät ovat pitäneet paikkansa kohdallasi kahden viime viikon aikana? Ajattelin, että kukaan ei pidä minusta

Q24_6 Miten seuraavat väittämät ovat pitäneet paikkansa kohdallasi kahden viime viikon aikana? Ajattelin, että en voi koskaan olla yhtä hyvä kuin muut

Q26 Tunnetko itsesi yksinäiseksi?

Q64 Pystytkö keskustelemaan vanhempiesi kanssa omista asioistasi?

Q66 Oletko elämääsi tällä hetkellä tyytyväinen?