

Skoltrött från ungdom till ung vuxen

Emilia Hurmerinta

Avhandling pro gradu i specialpedagogik
Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier
Åbo Akademi i Vasa
Hösten 2015

Författare	Årtal
Hurmerinta, Emilia	2015
Arbetets titel	
Skoltrötthet från ungdom till ung vuxen	
Oppublicerad avhandling inom specialpedagogik för pedagogie magisterexamen	Sidantal
Vasa: Åbo Akademi. Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier.	65
Projekt inom vilket arbetet gjorts	
Arbetet har gjorts utgående från material från projektet <i>Vem Väljer Vad?</i> vid ämnet specialpedagogik vid Åbo Akademi.	
Referat	
<p>Skoltrötthet är ett långvarigt stressyndrom som är sammankopplat med skolan, och över 10 % av elever i slutet av den grundläggande utbildningen är skoltrötta. Tidigare forskning om skoltrötthet har fokuserat på faktorer som har samband med skoltrötthet och endast få studier har undersökt utvecklingen av skoltrötthet. Det övergripande syftet med denna studie är att undersöka hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar. Därtill undersöks hur utvecklingen av skoltrötthet skiljer sig mellan flickor och pojkar. Studien utgår från färdigt insamlat material från projektet <i>Vem Väljer Vad?</i> och enkäter har använts som datainsamlingsmetod. Data har samlats in tre gånger under en femårsperiod och ett skoltrötthetstest finns med i alla tre datainsamlingstillfällena. Syftet till studien har preciserats genom följande tre forskningsfrågor:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hur utvecklas skoltrötthet hos ungdomar som är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen i jämförelse med ungdomar som inte är skoltrötta? 2. Hur skiljer sig utvecklingen av skoltrötthet mellan flickor och pojkar? 3. Hur stabil är skoltrötthet bland ungdomar över tid? <p>Resultaten i studien visar att medelvärdet i skoltrötthetstesten för elever som är skoltrötta i årskurs nio sjunker under en period på fem år, medan medelvärdet för elever som inte är skoltrötta i årskurs nio inte förändras nämnvärt. Dessutom visar resultaten att skoltrötthet är vanligare hos flickor än hos pojkar, men att utvecklingen av skoltrötthet inte skiljer sig signifikant mellan kön. Resultaten visar även att det finns elever som har ett stabilt mönster av skoltrötthet över en femårsperiod, men att det endast gäller en liten andel av eleverna (0,9 %). Utgående från resultaten kan konstateras att andelen skoltrötta elever avtar från ungdom till ung vuxen ålder, men att ungefär 15 procent av ungdomarna i åldern 15–21 år är skoltrötta vid ett eller flera tillfällen under sin studietid.</p>	
Sökord/indexord	
School burnout, koulu-uupumus, skoltrötthet	

Innehållsförteckning

1 Inledning	1
1.1 Val av forskningsområde	1
1.2 Problemformulering	3
1.3 Centrala begrepp	4
1.4 Avhandlingens upplägg.....	4
2 Skoltrötthet	6
2.1 Utbrändhet.....	6
2.2 Skoltrötthet.....	7
2.3 Förekomst.....	9
2.4 Mätning av skoltrötthet	12
2.5 Bidragande faktorer till skoltrötthet	13
2.6 Följder av skoltrötthet	17
2.7 Hur kan skolan och lärare förebygga skoltrötthet och stöda skoltrötta elever?.....	19
3 Metod	21
3.1 Syfte och forskningsfrågor.....	21
3.2 Val av forskningsmetod	22
3.3 Projektet <i>Vem väljer vad?</i>	23
3.3.1 Respondenter.....	24

3.3.2 Bortfall	25
3.4 Mätinstrument och deskriptiv statistik	27
3.5 Bearbetning och analys av data.....	31
3.5.1 Utveckling av skoltrötthet	33
3.5.2 Skillnader mellan flickors och pojkars utveckling av skoltrötthet.....	34
3.5.3 Stabilitet i utvecklingen av skoltrötthet.....	35
3.6 Reliabilitet, validitet och etik	36
4 Resultatredovisning.....	39
4.1 Utveckling av skoltrötthet	39
4.2 Skillnader mellan flickors och pojkars utveckling av skoltrötthet.....	40
4.3 Stabilitet i utvecklingen av skoltrötthet.....	45
5 Diskussion	48
5.1 Metoddiskussion	48
5.2 Resultatdiskussion.....	51
5.2.1 Utveckling av skoltrötthet	51
5.2.2 Skillnader mellan flickors och pojkars utveckling av skoltrötthet.....	53
5.2.3 Stabilitet i utvecklingen av skoltrötthet.....	54
5.3 Slutsatser och förslag till fortsatt forskning	56
Källförteckning	58

Figurförteckning

<i>Figur 1.</i> Skoltrötthetens tre delområden bildar en ond cirkel.	9
<i>Figur 2.</i> Procentandelen skoltrötta elever i årskurs 8 och 9 samt första och andra årets studerande vid gymnasium och yrkesskola (Institutet för hälsa och välfärd, 2013).	10
<i>Figur 3.</i> Bidragande faktorer i utvecklingsprocessen för skoltrötthet (Salmela-Aro, 2010, s. 454).	14
<i>Figur 4.</i> Svarsprocenten vid det andra och det tredje datainsamlings-tillfället för skoltrötta och inte skoltrötta elever i årskurs 9.	26
<i>Figur 5.</i> Svarsprocenten vid det tredje datainsamlingstillfället för skoltrötta och inte skoltrötta elever vid andra stadiets utbildning.	27
<i>Figur 6.</i> Skoltrötthetstestets poängfördelning vid det första datainsamlings-tillfället.	29
<i>Figur 7.</i> Skoltrötthetstestets poängfördelning vid det andra datainsamlings-tillfället.	30
<i>Figur 8.</i> Skoltrötthetstestets poängfördelning vid det tredje datainsamlings-tillfället.	31
<i>Figur 9.</i> Utveckling av skoltrötthet hos elever i årskurs nio.	40
<i>Figur 10.</i> Medelvärde i skoltrötthetstestet för flickor och pojkar vid tre datainsamlingstillfällen.	42

Tabellförteckning

Tabell 1	<i>Deskriptiv data om respondenterna i denna studie</i>	25
Tabell 2	<i>Fördelning av skoltrötthet enligt kön vid det första datainsamlingstillfället</i>	43
Tabell 3	<i>Fördelning av skoltrötthet enligt kön vid det andra datainsamlingstillfället</i>	44
Tabell 4	<i>Fördelning av skoltrötthet enligt kön vid det tredje datainsamlingstillfället</i>	44
Tabell 5	<i>Stabilitetsindex för skoltrötthet</i>	46
Tabell 6	<i>Stabilitet i skoltrötthet</i>	47

Bilaga

Bilaga 1.	Skoltrötthetstest.	
-----------	--------------------	--

1 Inledning

I detta kapitel beskrivs bakgrunden till valet av forskningsområde. Därefter redogörs för studiens syfte och forskningsfrågor, och även centrala begrepp för avhandlingen introduceras. Slutligen presenteras avhandlingens fortsatta upplägg.

1.1 Val av forskningsområde

Finländska ungdomar är mycket framgångsrika i skolan jämfört med elever i andra OECD-länder¹ visar resultaten från PISA-undersökningarna² 2009 och 2012 (OECD, 2010, s. 6; OECD, 2014, s. 18). Men resultaten från PISA-undersökningarna visar å andra sidan att finländska elevers välmående i skolan är lägre än medeltalet för alla OECD-länder tillsammans (Harju-Luukkainen, Nissinen, Stolt & Vettenranta, 2014, s. 69–81). Enligt en studie utförd av Haapasalo, Välimaa och Kannas (2010) trivs endast omkring 40 % av eleverna i slutet av den grundläggande utbildningen i skolan. Samma studie visade även att elevernas positiva inställning till skolan avtar från årskurs sju till årskurs nio. Finländska elever presterar således bra i skolan och värdesätter skolan högt, men trivs inte i skolan i lika hög grad som elever i andra OECD-länder.

Soini, Pietarinen och Pyhältö (2013, s. 132) skriver att trivsel i skolan och skolframgång inte behöver gå hand i hand, och enligt Salmela-Aro (2013, s. 170–171) är polarisering ett allvarligt hot i det finländska samhället. Polariseringsen i skolan tar sig i uttryck genom att andelen barn och ungdomar som mår bra ökar, samtidigt som andelen barn och ungdomar som mår dåligt också ökar.

¹ OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development)

² PISA (Programme of International Student Assessment)

Skoltrötthet är ett fenomen som förekommer bland elever i de finländska skolorna, och över 10 % av eleverna i årskurs åtta och nio är skoltrötta (Institutet för hälsa och välfärd, 2013). Skoltrötthet anses vara en orsak till att en del av finländska elever inte mår bra i skolan (Luopa, Lommi, Kinnunen & Jokela, 2010, s. 69–71). Utgående från Salmela-Aros och Upadyayas (2012) studie kan konstateras att skoltrötthet inverkar negativt på finländska elevers skolengagemang och välbefinnande. Skoltrötthet är ett långvarigt stressyndrom som motsvarar utbrändhet, men är sammankopplat med skolan (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009; Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova & Bakker, 2002). Eftersom skoltrötthet är ett allmänt förekommande problem i skolan är det viktigt att lärare har kunskap om skoltrötthet för att känna igen och förebygga skoltrötthet. Genom förebyggandet av skoltrötthet kan polariseringen i Finland till viss del minskas.

Förutom polarisering är marginalisering ett annat problem bland finländska ungdomar. År 2010 var ungefär 5 % av finländska ungdomar i åldern 15–29 år marginaliserade (Myrskylä, 2012). Marginalisering förknippas ofta med begreppen utstötthet, social exklusion och utanförskap (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén, 2007, s. 360), och innebär att individen stängs ut från delar av samhällslivet (Madsen, 2011, s. 141). Enligt Myrskylä (2012) ökar risken för marginalisering bland ungdomar som inte fortsätter att studera efter den grundläggande utbildningen. Marginalisering är dessutom vanligare bland ungdomar som är utan utbildning än bland ungdomar som är arbetslösa. Detta tyder på att skolgången framförallt är viktig för att ungdomar inte ska bli marginaliserade. Skoltrötthet är ett fenomen som kan leda till senare problem i livet. Bland annat kan skoltrötthet leda till depression, att studierna skjuts upp och skolavbrott (Bask & Salmela-Aro, 2013; Salmela-Aro, Savolainen & Holopainen, 2009; Vasalampi, Salmela-Aro & Nurmi, 2009). Dessa problem kan i sin tur vara bidragande orsaker till marginalisering, och därför finns det risk för att skoltrötta ungdomar kan bli marginaliserade (Salmela-Aro & Tuominen-Soini, 2013, s. 254).

Salmela-Aro (2013, s. 170–171) skriver att en del av ungdomarna i Finland kallas för den förlorade generationen på grund av polariseringen. Eftersom polarisering och marginalisering är omdiskuterade ämnen, och eftersom skoltrötthet är en orsak till ungdomars minskade välbefinnande, är jag intresserad av att undersöka skoltrötthet

ur ett longitudinellt perspektiv. Avsikten med denna studie är att undersöka hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar. Speciellt är jag intresserad av att ta reda på hur stor andel av skoltrötta elever i slutet av den grundläggande utbildningen som fortfarande är skoltrötta efter en period på fem år.

Forskning om skoltrötthet är relativt ny och mest har det forskats om bidragande faktorer till skoltrötthet. Longitudinella studier med en personorienterad ansats där själva utvecklingen av skoltrötthet har varit i fokus finns det inte i lika hög grad (Salmela-Aro & Upadyaya, 2014). Vid ämnet specialpedagogik vid Åbo Akademi bedrivs ett flerårigt projekt *Vem väljer vad?* (VVV) (Åbo Akademi, 2012). Projektet är en uppföljningsstudie om mönster i de mekanismer som leder till marginalisering hos finlandssvenska elever. Data har samlats in tre gånger och ett mätinstrument för skoltrötthet finns med i alla tre datainsamlingstillfällena. Utgående från färdiginsamlade data från VVV-projektet är det möjligt att undersöka hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar.

1.2 Problemformulering

Det övergripande syftet med studien är att undersöka hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar. Med syftet avses att undersöka om skoltrötthet, både på gruppnivå och individnivå, kvarstår under en femårsperiod. Därtill undersöks om utvecklingen av skoltrötthet skiljer sig mellan flickor och pojkar. Utgående från syftet har följande forskningsfrågor utarbetats:

1. Hur utvecklas skoltrötthet hos ungdomar som är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen i jämförelse med ungdomar som inte är skoltrötta?
2. Hur skiljer sig utvecklingen av skoltrötthet mellan flickor och pojkar?
3. Hur stabil är skoltrötthet bland ungdomar över tid?

1.3 Centrala begrepp

I denna studie undersöks hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar. Med syftet avses undersöka utvecklingen av skoltrötthet under en tidsperiod på fem år. Det mest centrala begreppet är därför skoltrötthet (eng. *school burnout*). *Skoltrötthet* är ett långvarigt stressyndrom som är sammankopplat med skolan, och uppstår som en kombination av studierelaterad utmattning, en cynisk inställning till skolan och en känsla av otillräcklighet i skolan (Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova & Bakker, 2002; Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11).

Skoltrötthet motsvarar arbetsutbrändhet, men kontexten för skoltrötthet och arbetsutbrändhet är olika. Arbetsutbrändhet är förknippat med arbetsrelaterade problem (Maslach & Leiter, 2001, s. 31–32), medan skoltrötthet förekommer bland elever eller studerande i skolan (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). *Utbrändhet* är ett långvarigt stressyndrom, som är sammankopplat med arbetet och definieras utgående från tre komponenter: utmattning, en cynisk inställning till arbete och en känsla av otillräcklighet i arbetet (Maslach & Leiter, 2001, s. 31–32). Eftersom begreppsförklaringen för utbrändhet och skoltrötthet är varandra lika, men skiljer sig åt beroende på kontexten, presenteras begreppet skoltrötthet i relation till begreppet utbrändhet i denna avhandling.

1.4 Avhandlingens upplägg

Avhandlingen består sammanlagt av fem kapitel. Det inledande kapitlet ger läsaren en inblick i problemområdet, och därefter följer en teoretisk översikt av skoltrötthet. I litteraturöversikten redogörs för begreppet skoltrötthet i relation till begreppet utbrändhet, och därtill presenteras förekomsten av skoltrötthet samt olika mätinstrument för skoltrötthet. Även bidragande faktorer till skoltrötthet diskuteras utgående från tidigare forskning. Slutligen diskuteras följder av skoltrötthet och hur skolan och lärare kan förebygga skoltrötthet samt stöda skoltrötta elever.

I det tredje kapitlet presenteras valet av forskningsmetod och analysmetoder för studien. Analysmetoderna för varje forskningsfråga presenteras separat. Projektet *Vem Väljer Vad* och samplet till studien presenteras även mer ingående i metodkapitlet. Därtill presenteras mätinstrumentet för skoltrötthet. I kapitel fyra presenteras studiens resultat, och resultaten för varje forskningsfråga presenteras skilt för sig. Det avslutande kapitlet, kapitel fem, består av diskussion. I kapitel fem diskuteras metoder som använts i studien samt studiens resultat. Slutligen diskuteras slutsatser utgående från studiens resultat, och förslag till fortsatt forskning lyfts fram.

2 Skoltrötthet

I detta kapitel avgränsas begreppet skoltrötthet i relation till begreppet utbrändhet. Vidare presenteras förekomsten av skoltrötthet i finländska skolor, och stabiliteten för skoltrötthet diskuteras. Dessutom presenteras olika mätinstrument för att mäta skoltrötthet. Därefter introduceras en modell för utvecklingen av skoltrötthet i en social kontext, och olika faktorer som kan bidra till skoltrötthet lyfts fram. Även följder av skoltrötthet presenteras och avslutningsvis redogörs för skolans och den enskilda lärarens roll i elevens utveckling av skoltrötthet.

2.1 Utbrändhet

Utbrändhet (eng. *burnout*) är generellt kopplat till arbetsrelaterade problem, och utvecklas på grund av långvarig samt kontinuerlig stress. Utbrändhet definieras utgående från tre dimensioner (Maslach & Leiter, 2001, s. 31–32). Dessa dimensioner är utmattning, en cynisk inställning till arbete och en känsla av otillräcklighet i arbetet. Maslach och Leiter beskriver att en utbränd person befinner sig i en situation där arbetet kräver mer än personen kan ge, samtidigt som arbetet känns meningslöst. Det första tecknet på utbrändhet är utmattning, och en utmattad person känner en stark trötthet, som inte går över genom sömn. Sedan följer en cynisk inställning till arbetet, och då känner sig personen oengagerad. Därefter känner sig personen otillräcklig i sitt arbete. Otillräcklighetskänslan växer efter hand och så småningom förlorar personen sitt självförtroende.

Enligt Maslach och Leiter (2001, s. 58) hittas främst orsakerna till utbrändhet i arbetsmiljön. Sex olika kategorier kan beskrivas bidra till utbrändhet hos vuxna. Dessa kategorier är: för stor arbetsmängd, avsaknad av kontroll i arbetet, otillräcklig erkänsla, sammanbrott i gemenskapen, bristande rättvisa och motstridiga värderingar. Då individens möjliga prestationsförmåga och arbetsbelastning inte är i balans leder det till överbelastning och vidare till utmattning. Vidare leder brist på

kontroll i arbetet och otillräcklig erkänsla till att arbetet förlorar sin mening. Även personalsamhörigheten är betydande för att atmosfären på arbetsplatsen ska vara trivsamt. Då gemenskapen splittras på arbetsplatsen leder det till försämrad stämning. Även orättvisa och motstridiga värderingar skapar dålig atmosfär mellan arbetskollabor. Maslach och Leiter (2001, s. 33) anser därför att utbrändhet är sammankopplat med den sociala miljön som människorna arbetar i. Resultaten i en studie utförd av Langelaan, Bakker, van Doornen och Schaufeli (2006) visar att även personlighet och temperament har en inverkan på utbrändhet och arbetsengagemang. Utgående från resultaten i Langelaans, Bakkers, van Doornens och Schaufelis studie kan därför påstås att också personliga egenskaper inverkar på utbrändhet. Enligt Arbetshälsoinstitutet i Finland (2015) kan utbrändhet undvikas genom förebyggandet av kontinuerlig arbetsstress. Bland annat kan kontinuerlig arbetsstress förebyggas genom att tid och energi delas lämpligt mellan olika livsområden som är viktiga för individen. Det kan vara fråga om familjen, arbetet och fritiden.

Kontinuerlig och långvarig stress förekommer inte endast i vuxnas arbetsvärld, utan fenomenet förekommer även i skolvärlden bland elever. Skoltrötthet (eng. *school burnout*) är det begrepp som används för utbrändhet bland skolelever eller studerande. Eftersom elever deltar i undervisning och utför uppgifter för att avlägga examen och skaffa sig en utbildning kan skolan räknas till en omgivning där elever arbetar (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). Definitionen av utbrändhet är således användbar i skolsammanhang. Samma tre dimensioner som utbrändhet definieras utgående från tillämpas även vid definitionen av skoltrötthet (Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11).

2.2 Skoltrötthet

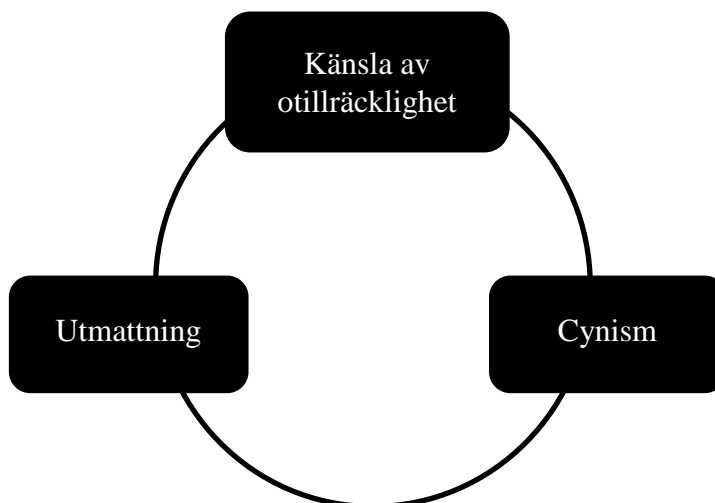
Resultaten från PISA-undersökningen 2012 visar att finländska elever är framgångsrika i skolan, men resultaten tyder även på minskat välbefinnande hos finländska ungdomar (Harju-Luukkainen m.fl., 2014, s. 69–81; Kupari m.fl., 2013, s. 69–71; OECD, 2010, s. 6; OECD, 2014, s. 18). Forskning visar att skoltrötthet är en bidragande orsak till elevernas minskade välbefinnande i skolan (Luopa, Lommi,

Kinnunen & Jokela, 2010, s. 26–27). Skoltrötthet är ett långvarigt stressyndrom som är sammankopplat med skolan, och utvecklas som en konsekvens av kontinuerlig skolstress (Schaufeli m.fl., 2002). Flera olika stressfaktorer förknippas med skolgången. Ungdomar påverkas bland annat av den kontinuerliga utvärderingen som sker i skolan, av pressen som skapas av prestationskrav, av lärares och föräldrars förväntningar och av tävlan mellan klasskamrater (Shin, Lee, Kim & Lee, 2012).

Skoltrötthet definieras utgående från tre delområden. Dessa tre delområden är utmattning, en cynisk inställning till skolan och skolarbete samt känslan av otillräcklighet i skolan (Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11). Enligt Salmela-Aro och Näätänen kännetecknas utmattning av kraftig och ständig trötthet på skolan, och att tröttheten inte går över genom sömn. Den emotionella tröttheten är vanligtvis förknippad med skolarbete och uppstår då den unga under en lång period har försökt uppnå skolrelaterade mål utan förutsättningar för att uppnå dessa mål. Den andra centrala faktorn gällande skoltrötthet är en cynisk inställning till skolarbete och skolan. Den cyniska inställningen innebär att den unga underskattar skolarbetets betydelse och känner att skolan har förlorat sin mening. Den ungas motivation sjunker, och därför känner den unga att han eller hon inte kan uppnå skolans krav. Den tredje faktorn, känslan av otillräcklighet, tar sig i uttryck genom att den unga känner sig ineffektiv och utanför, och då avtar den ungas självförtroende.

Enligt Salmela-Aro (2008, s. 234–235) kan de tre dimensionerna av skoltrötthet bilda en ond cirkel (figur 1). Det första tecknet på skoltrötthet är vanligen en stark emotionell trötthet. Den unga känner sig utmattad på grund av skolarbete, och medvetenheten om det minskar välbefinnandet. Den emotionella tröttheten leder ofta till sömnproblem, som i sin tur inverkar negativt på skolprestationerna. Då den emotionella tröttheten pågår en lång tid utvecklas en cynisk inställning till skolgången. Den unga försöker skydda sig själv från utmattningen som hör ihop med skolan, och skapar därför en negativ bild av skolan. Skolan upplevs som allt mindre meningsfull på grund av den cyniska inställningen, och eftersom eleven inte längre känner meningsfullhet i skolgången uppstår känslor av otillräcklighet. En allvarlig konflikt mellan skolans krav och den ungas prestationskapacitet uppstår, då den unga känner sig otillräcklig. Den unga känner att han eller hon inte klarar av att få lika mycket gjort som tidigare, och detta leder till att skolprestationerna sjunker (Salmela-

Aro & Näätänen, 2005, s. 12). De tre dimensionerna av skoltrötthet kan därför skapa en ond cirkel som kan vara svår att bryta. Skoltrötthet kan leda till att studierna avbryts, om eleven inte får den hjälp han eller hon behöver (Bask & Salmela-Aro, 2013).



Figur 1. Skoltrötthetens tre delområden bildar en ond cirkel

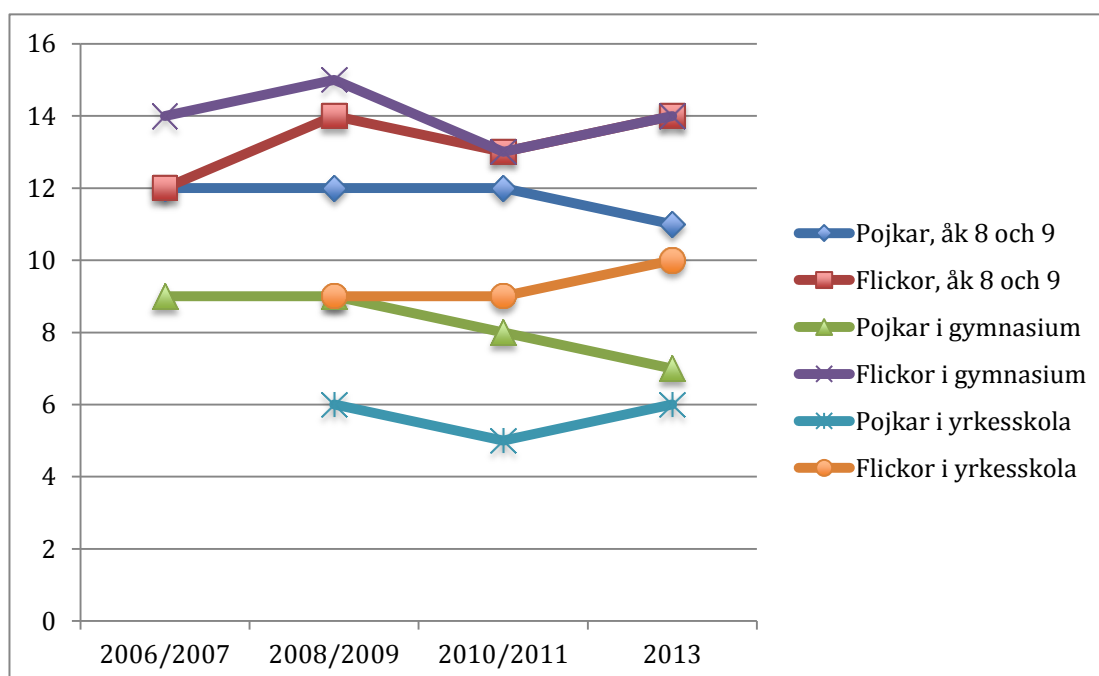
2.3 Förekomst

Salmela-Aro och Näätänen (2005, s. 18) skriver att majoriteten av finländska ungdomar anser skolgången vara betydelsefull, men att en del skolelever inte trivs i skolan. En elev som inte trivs i skolan behöver ändå inte vara skoltrött. Salmela-Aro och Näätänen kan utgående från longitudinella studier konstatera att ungefär 10 % av finländska ungdomar är skoltrötta. Väldigt stark skoltrötthet har ungefär 5 % av finländska skolelever, och ungefär 30 % är i riskzonen för att bli skoltrötta.

Institutet för hälsa och välfärd i Finland utför bland annat forskning om ungas skolförhållanden och upplevda hälsa. Institutet för hälsa och välfärd har undersökt skoltrötthet hos finländska elever och kartlade för första gången skoltrötthet i de finländska skolorna läsåret 2006–2007 (Institutet för hälsa och välfärd, 2013). I den årliga skolhälsoundersökningen utförd av Institutet för hälsa och välfärd deltar elever

från årskurs åtta och nio samt första och andra årets studerande vid andra stadiet utbildning (gymnasium och yrkesskola). Vid kartläggningen av skoltrötthet utgår Institutet för hälsa och välfärd från samma tre delområden som Salmela-Aro och Näätänen (2005, s. 11). Det innebär att mätinstrumentet anger andelen ungdomar som känner sig utmattade, som har en cynisk inställning till skolarbete och skolan samt som har en känsla av otillräcklighet som studerande.

I nedanstående figur (figur 2) presenteras procentandelen skoltrötta elever i årskurs åtta och nio samt procentandelen skoltrötta andrastadiets studerande åren 2006–2013, utgående från resultaten i skolhälsoundersökningarna (Institutet för hälsa och välfärd, 2013). Skoltrötthet kartlades bland elever i årskurs åtta och nio samt i gymnasiet för första gången av Institutet för hälsa och välfärd läsåret 2006–2007, medan skoltrötthet kartlades bland elever i yrkesskola för första gången läsåret 2008–2009. Utgående från figuren kan utläsas att skoltrötthet är ett fenomen som förekommer bland elever och studerande, och att skoltrötthet främst förekommer hos flickor i årskurs åtta och nio samt hos flickor i gymnasiet. Resultaten visar att till och med 14 % av både flickor i årskurs åtta och nio samt i gymnasiet år 2013 kände sig



Figur 2. Procentandelen skoltrötta elever i årskurs 8 och 9 samt första och andra årets studerande vid gymnasium och yrkesskola (Institutet för hälsa och välfärd, 2013).

skoltrötta. Pojkar som valt att gå en yrkesinriktad utbildning visar sig ha minst tendens till skoltrötthet.

Det finns inte många longitudinella personorienterade studier där stabiliteten i skoltrötthet har undersökts, det vill säga om skoltröttheten kvarstår bland ungdomar som är skoltrötta (Salmela-Aro & Upadyaya, 2014). Forskning har ändå visat att skoltrötthet kan kvarstå från ungdom till ung vuxen ålder (Tuominen-Soini & Salmela-Aro, 2014). I Tuominen-Soinis och Salmela-Aros studie kunde fyra olika grupper av elever med olika profiler för skolengagemang och skoltrötthet identifieras i gymnasiet. De fyra grupperna för skolengagemang och skoltrötthet var: entusiastiska elever (44 %), entusiastiska men utmattade elever (28 %), cyniska elever (14 %) och skoltrötta elever (14 %). I ung vuxen ålder kunde motsvarande fyra profiler för skolengagemang och skoltrötthet identifieras, och nästan 70 % av deltagarna visade ha ett stabilt mönster av engagemang och skoltrötthet från ungdom till ung vuxen ålder.

Salmela-Aro och Upadyaya (2014) har i sin studie undersökt hurdana utvecklingsbanor ungdomar visar gällande skoltrötthet, vid övergången från årskurs nio till andra stadiets utbildning och under studietiden vid andra stadiets utbildning. Resultaten i den första undersökningen visade att fyra olika grupper kunde identifieras vid övergången från årskurs nio till andra stadiets utbildning. Dessa olika grupper var elever med låg och stabil nivå av skoltrötthet (60 %), elever med ökande skoltrötthet (29 %), elever med kraftigt ökande skoltrötthet (3 %) och elever med mycket kraftigt ökande skoltrötthet (8 %). Resultaten i den andra undersökningen visade att två latent grupper av skoltrötthet kunde identifieras. Majoriteten av studerandena (94 %) tillhörde gruppen med moderat och något sjunkande skoltrötthet, medan den andra gruppen av studerande (6 %) upplevde kraftigt ökande skoltrötthet.

Eftersom skoltrötthet definieras utgående från samma dimensioner som utbrändhet (Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11–12) men är förknippad med skolan, kan tidigare forskning om stabilitet i utbrändhet delvis jämföras med skoltrötthet. Tidigare forskning om arbetsutbrändhet antyder att ungefär en fjärdedel av personer med utbrändhet visar ett stabilt mönster av utbrändhet efter en period på tio år,

medan tre fjärdedelar inte visar ett stabilt mönster (Schaufeli, Maassen, Bakker & Sixma, 2011). Det bör dock påpekas att respondenterna i undersökningen i fråga var läkare, och att forskning visar att utbrändhet är mer allmänt förekommande bland läkare än bland andra yrkesgrupper. Resultaten från en annan studie tyder på att endast 34 % av arbetare från olika yrkesgrupper hade återhämtat sig från en svår utbrändhet, vid testning tre år senare (Leone, Huibers, Knottnerus & Kant, 2008).

2.4 Mätning av skoltrötthet

Begreppet skoltrötthet har aktualiserats under 2000-talet, och i samband med begreppets aktualisering har mätinstrument för mätning av skoltrötthet utvecklats (Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 5–6). Som tidigare nämnt kännetecknas skoltrötthet av utmattning, en cynisk inställning till skolan och skolarbete samt känslan av otillräcklighet i skolan (Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11). Vid diagnostisering av olika sjukdomar i Finland används diagnosmanualen ICD-10³, som är utgiven av Världshälsoorganisationen (Institutet för hälsa och välfärd, 2011b, s. 5–6). Diagnoskriterier för skoltrötthet finns däremot inte i diagnosmanualen ICD-10, vilket innebär att skoltrötthet inte kan diagnostiseras i Finland. Å andra sidan kan graden av skoltrötthet mätas med hjälp av olika mätinstrument.

Mätinstrument för skoltrötthet har ursprungligen utvecklats från mätinstrument utformade för mätning av utbrändhet. I Finland används främst två mätinstrument för utbrändhet och de är *Bergen Burnout Indicator 15* (BBI-15) och *Maslach Burnout Inventory General Survey* (MBI-GS). Mätinstrumentet BBI-15 mäter utbrändhet i sin helhet utgående från de tre delområden: utmattning, en cynisk inställning till arbete och känslan av otillräcklighet i arbetet (Institutet för hälsa och välfärd, 2011a). Testet består av 15 påståenden, som testpersonen får besvara enligt likertskalan 0–6. Summapoängen från alla påståenden räknas tillsammans, och poängsumman kan därefter jämföras med normerade percentiler för att kunna konstatera om personen är utbränd. Percentilerna 95–100 motsvarar en allvarlig utbrändhet. MBI-GS består i sin tur av 16 delar, som testpersonen besvarar enligt likertskalan 0–6 (Institutet för

³ ICD-10 (International Statistical Classification of Diseases 10th Revision)

hälsa och välfärd, 2011c). Även mätinstrumentet MBI-GS ger en helhetsbild av utbrändhet, och utgående från medelpoängen för varje delområde kan det konstateras om personen är utbränd.

För att kartlägga skoltrötthet har Salmela-Aro och Näätänen (2005, s. 17) utformat ett mätinstrument utgående från mätinstrumentet *Bergen Burnout Indicator 15* (BBI-15). Mätinstrumentet heter *Nuorten koulu-uupumusmittari* eller *Bergen Burnout Indicator 10* (BBI-10) och består av tio påståenden med fasta svarsalternativ. Mätinstrumentet har vidareutvecklats till ett mätinstrument med nio påståenden eftersom forskning (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009) har visat att ett mätinstrument med nio påståenden lämpar sig bäst vid kartläggning av skoltrötthet. Därför har mätinstrumentet *School Burnout Inventory* (SBI) utvecklats. Mätinstrumentet SBI har använts i flertal studier och har visat vara ett tillförlitligt instrument för mätning av skoltrötthet.

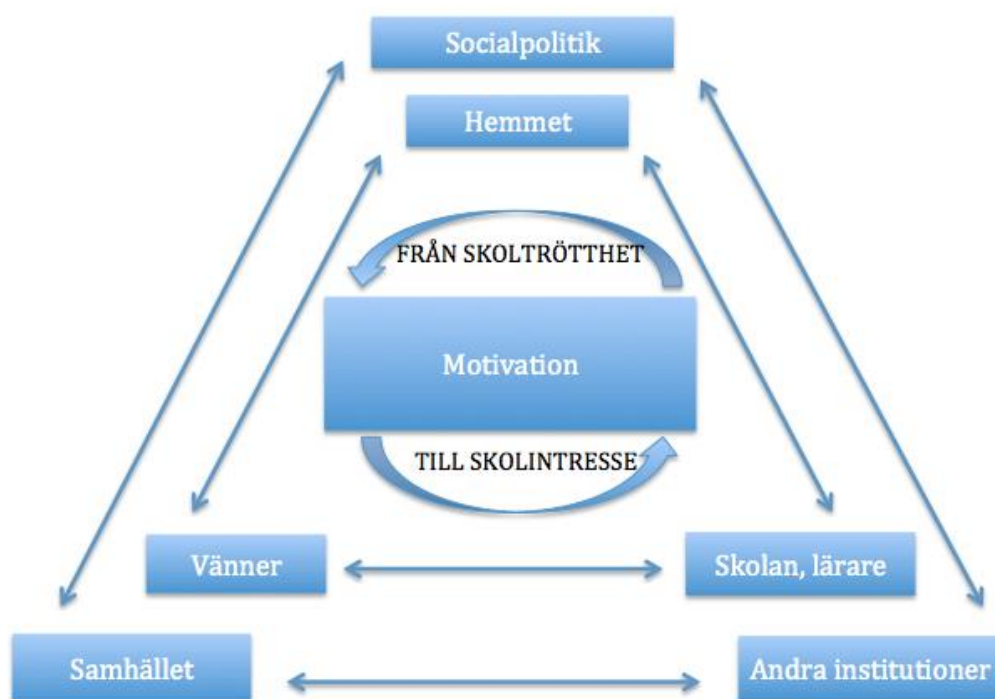
Mätinstrumentet SBI består av nio påståenden med fasta svarsalternativ och alla påståenden besvaras på en sexgradig likertskala, där 1 motsvarar *stämmer inte alls överens* och 6 motsvarar *stämmer helt överens* (se bilaga 1) (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). Testet mäter alla tre delområden av skoltrötthet (utmattning, cynism och otillräcklighet), och poängsumman av testet anger graden av skoltrötthet. Den maximala poängsumman för testet är 54 poäng, medan minimipoängen är 9. Enligt Salmela-Aro och Näätänen (2005, s. 102–103) motsvarar 40 poäng eller mer en betydligt förhöjd risk för skoltrötthet, vid kartläggning av skoltrötthet med mätinstrumentet BBI-10. Det motsvarande poängtalet för mätinstrumentet SBI är 36 poäng.

2.5 Bidragande faktorer till skoltrötthet

Skoltrötthet utvecklas i en social kontext i växelverkan med andra människor och flera olika faktorer kan bidra till utvecklingen av skoltrötthet (Salmela-Aro, 2010). Centrala faktorer är å ena sidan faktorer som är sammankopplade med personens motivation och å andra sidan faktorer som berör personens sociala omgivning:

skolan, hemmet och vännerna. Den teoretiska grunden för skoltrötthet har sina rötter i forskning om utbrändhet, och även Maslach och Leiter (2001, s. 33) klarlägger att utbrändhet är ett problem som är sammankopplat med den sociala miljön som människorna arbetar i.

Salmela-Aro (2010, s. 454) har utformat en modell (figur 3) för att åskådliggöra faktorer som påverkar utvecklingen av den ungas skoltrötthet i en social kontext. Ur modellen framgår att motivationen, familjen, vännerna, lärare och skolan är av stor betydelse vid utvecklingen av skoltrötthet. Dessa fem faktorer påverkas av samhället, mer omfattande institutionella beslutfattare och socialpolitik, som i sin tur hör samman med en sociohistorisk och kulturell kontext. Alla dessa faktorer är sammankopplade med den ungas utveckling av skoltrötthet och fungerar på så vis som bidragande faktorer till skoltrötthet.



Figur 3. Bidragande faktorer i utvecklingsprocessen för skoltrötthet (Salmela-Aro, 2010, s. 454).

Salmela-Aro (2010) lyfter fram motivationen som utgångspunkt i sin modell för utveckling av skoltrötthet. Modellen visar att skoltrötta ungdomar är i behov av motivation för att skoltröttheten ska övergå till skolintresse. Likaså är ungdomar som saknar motivation och skolintresse i riskzonen för att bli skoltrötta. Enligt Salmela-Aro och Upadyaya (2012) har ett svagt intresse för skolan samband med en cynisk inställning till skolan samt med känslan av otillräcklighet. Skoltrötthet har även en negativ inverkan på skolintresse, och därför poängterar Salmela-Aro (2013, s. 170) att elever behöver stöd för att upprätthålla skolintresset.

Den ungas motivation och välbefinnande regleras i samband med den sociala omgivningen, och i ungdomsåren är familjen, skolan och vännerna centrala faktorer. Salmela-Aro (2010) skriver att den ungas motivation och handlingar influeras av omgivningens möjligheter och begränsningar, exempelvis påverkas den unga av familjens socioekonomiska bakgrund och av olika samhällsförändringar, såsom ekonomiska förändringar. Eftersom skoltrötthet är ett komplext fenomen som påverkas av flera faktorer påpekar Salmela-Aro att det behövs förståelse för den unga i ett bredare sociohistoriskt sammanhang för att få en heltäckande bild av skoltrötthet.

Forskning om skoltrötthet är relativt ny och forskningen är speciellt koncentrerad på faktorer som har samband med skoltrötthet. Forskning har visat att kön har en betydande roll i fråga om skoltrötthet, och att skoltrötthet är vanligare hos flickor än hos pojkar (Salmela-Aro, Kiuru & Nurmi, 2008; Salmela-Aro & Tynkkynen, 2012). Även resultaten från skolhälsoundersökningarna åren 2006–2013 (figur 2) visar att skoltrötthet är vanligare hos flickor än hos pojkar (Institutet för hälsa och välfärd, 2013). Valet av studie- eller yrkesinriktad utbildning är en annan faktor som har samband med skoltrötthet. Forskning har visat att gymnasietiden är en riskperiod för utvecklingen av skoltrötthet (Salmela-Aro, Kiuru & Nurmi, 2008). Över 20 % av flickorna som är i slutskedet av gymnasiet är skoltrötta eftersom prestationspressen ökar inför studentskrivningarna (Salmela-Aro, 2013, s. 165). Den yrkesinriktade utbildningslinjen framstår i sin tur som ett skydd mot utvecklingen av skoltrötthet, speciellt hos flickor (Salmela-Aro & Tynkkynen, 2012). Salmela-Aro (2013, s. 166) lyfter fram att skolövergångar kan vara utmanande för många unga eftersom livssituationen förändras.

Salmela-Aro, Kiuru och Nurmi (2008) lyfter fram att flickor i genomsnitt har högre skolprestationer än pojkar och att lågpresterande elever löper större risk för att bli skoltrötta än högpresterande elever. Både kön och skolprestationer visar vara bidragande faktorer till skoltrötthet, men skoltrötthet är vanligare hos flickor, fastän flickor i genomsnitt har högre skolprestationer. Detta kan möjligen förklaras med att flickor överlag känner större press än pojkar i fråga om skola i det västerländska samhället (Murberg & Bru, 2004), medan förhållandet verkar vara det motsatta i asiatiska länder (Nyroos, Korhonen, Peng, Linnanmäki, Svens-Liavåg, Bagger & Sjöberg, 2015).

Som tidigare nämnt är skolan, vännerna och hemmet centrala faktorer vid utvecklingen av skoltrötthet (Salmela-Aro, 2010). I ungdomsåren är kamraterna viktiga och den unga börjar spendera mera tid med kamraterna och föräldrarnas roll minskar. Skoltrötthet kan utvecklas som ett gruppfenomen i vänkretsen och spridas bland kamrater, och därför kan även kamraterna vara en bidragande faktor till skoltrötthet (Kiuru, Aunola, Nurmi, Leskinen & Salmela-Aro, 2008). Dessutom har föräldrars utbrändhet och ungas skoltrötthet visat ha ett signifikant samband (Salmela-Aro, Tynkkynen & Vuori, 2011). Forskning visar även att ju bättre föräldrarnas ekonomiska situation är, desto mindre är utbrändhetens del i familjen. Familjens ekonomiska situation och föräldrars utbrändhet kan på så vis även vara en bidragande faktor till skoltrötthet.

Salmela-Aro (2010) beskriver att den ungas motivation är av stor betydelse vid utvecklingen av skoltrötthet och att intresse för skolan är av stor vikt vid förebyggandet av skoltrötthet. Salmela-Aro, Kiuru, Pietikäinen och Jokela (2008) lyfter fram att ett negativt skolklimat även har ett starkt samband med skoltrötthet, medan stöd från skolan och lärarnas förmåga att motivera elever skyddar elever från att bli skoltrötta (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). Forskning har också visat att det finns ett samband mellan skoltrötthet och brist på skolengagemang. Därtill är det betydelsefullt att lärare ger elever redskap för att kunna ställa upp realistiska prestationsrelaterade mål, eftersom forskning har visat att oförmågan att kunna ställa upp prestationsrelaterade mål kan vara en bidragande faktor till skoltrötthet (Tuominen-Soini, Salmela-Aro & Niemivirta, 2012). Elevens

motivation gynnas även av att eleven uppnår de prestationsrelaterade mål som ställs upp.

Andra faktorer som är sammankopplade med elevens prestationsförmåga och skolgång, och som har ett samband med skoltrötthet är inlärningssvårigheter och elevens självförtroende (Korhonen, Linnanmäki & Aunio, 2014; Salmela-Aro, 2008, s. 239). Salmela-Aro skriver att skoltrötthet är anknutet till lärandet och det psykiska välbefinnandet, och uppger att det finns ett samband mellan inlärningssvårigheter och skoltrötthet. Därtill kan ett gott självförtroende fungera som en buffert mot skoltrötthet. Resultaten i en studie gjord av Tuominen-Soini och Salmela-Aro (2014) visar att skoltrötta elever ofta har lägre självförtroende än andra elever. Det finns även ett samband mellan skoltrötthet och depression, och forskning har visat att ju mer depressiva symptom ungdomar lider av desto högre nivå av skoltrötthet rapporterar de (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). Sammanfattningsvis kan konstateras att skoltrötthet är ett komplext fenomen som påverkas av många olika faktorer.

2.6 Följder av skoltrötthet

Skoltrötthet kännetecknas av att eleven är utmattad, har en cynisk inställning till skolan och känner sig otillräcklig i skolan (Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11). Följder i samband med att den unga blir skoltrött kan vara olika somatiska symptom, såsom sömnproblem, huvudvärk och nackbesvär (Salmela-Aro, 2008, s. 239, 234–235). Dessutom leder skoltrötthet ofta till försämrat självförtroende och försämrade skolprestationerna. Enligt Salmela-Aro och Näätänen (2005, s. 85) saknar skoltrötta elever en inre motivation och en tro på att studierna framskrider i en positiv riktning. Skoltrötta elever upplever att de inte kan påverka sin skolgång och att de inte kan uppnå de studierelaterade mål som de ställer upp. Därför kan skoltröttheten leda till att studierna skjuts upp och till låga utbildningsambitioner, speciellt bland flickor (Vasalampi, Salmela-Aro & Nurmi, 2009).

Skolengagemang och skolframgång förutspår flera långsiktiga positiva resultat, såsom goda utbildningsmöjligheter, bättre arbetsmöjligheter, en positiv självuppfattning och ett gott välbefinnande (Li & Lerner, 2011; Salmela-Aro & Upadaya, 2012; Wang & Peck, 2013). Skolengagemang förutspår god livstillfredsställelse senare i livet, medan skoltrötthet minskar livstillfredsställelsen bland ungdomar (Salmela-Aro & Tuominen-Soini, 2013, s. 245). Skoltrötthet kan leda till olika problem senare i livet och forskning visar att det finns ett samband mellan brist på skolengagemang och skoltrötthet (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). Tuominen-Soini och Salmela-Aro (2014) kan utgående från resultaten i sin studie konstatera att det finns stabila mönster av skolengagemang och skoltrötthet bland ungdomar. Det innebär att skoltrötthet kan kvarstå från ungdom till ung vuxen ålder. Skoltrötthet kan även ge upphov till depressiva symptom, och forskning har visat att skoltrötthet oftare förutspår depressiva symptom än vice versa (Salmela-Aro, Savolainen & Holopainen, 2009).

Skolavbrott kan också vara en följd av skoltrötthet visar resultaten i en studie utförd av Bask och Salmela-Aro (2013). Resultaten i Basks och Salmela-Aros studie visar att elever som studerar vid gymnasium har en ökad risk för att bli skoltrötta och att det finns ett samband mellan skoltrötthet och avbrytandet av studier. Speciellt är den cyniska inställningen till skolan av stor betydelse vid skolavbrott.

Sammanfattningsvis kan konstateras att följderna av skoltrötthet kan bidra till olika svårigheter senare i livet, och därför är det betydelsefullt att skoltrötthet bland ungdomar tas på allvar. Polarisering är ett hot i det finländska samhället, och polarisering i skolvärlden innebär att andelen ungdomar som mår bra ökar, samtidigt som andelen ungdomar som mår dåligt ökar (Salmela-Aro, 2013, s. 170–171). Förutom polarisering är marginalisering ett annat problem bland finländska ungdomar. Marginalisering innebär att individen stängs ut från delar av samhällslivet (Madsen, 2011, s. 141). När motivationsproblem, skolproblem och problem med välbefinnandet uppstår bland ungdomar bildas en ond cirkel som kan vara svår att bryta, och som kan leda till marginalisering skriver Salmela-Aro och Tuominen-Soini (2013, s. 253–254). Skoltrötta ungdomar behöver få stöd, så att de inte fastnar i skoltrötthetens onda cirkel (Salmela-Aro, 2008, s. 234–235).

2.7 Hur kan skolan och lärare förebygga skoltrötthet och stöda skoltrötta elever?

Eftersom skolan och lärare har en central roll i elevens utveckling av skoltrötthet är det viktigt att lärare förebygger skoltrötthet i skolan. Salmela-Aro (2013, s. 170) skriver att skoltrötthet bör förebyggas, och för att det ska vara möjligt att förebygga skoltrötthet måste skoltrötthet kunna identifieras.

Salmela-Aro (2010) poängterar att elevers individuella styrkor bör stödas och lyftas fram under skoltiden. Den enskilda läraren har möjlighet att förebygga skoltrötthet genom att stöda eleven vid olika svårigheter och motivera eleven (Salmela-Aro, Kiuru, Pietikäinen & Jokela, 2008). Läraren kan också förebygga skoltrötthet genom att stöda elevens självförtroende och försöka engagera eleven i skolrelaterade uppgifter och aktiviteter (Tuominen-Soini & Salmela-Aro, 2014; Vasalampi, Salmela-Aro & Nurmi, 2009). Elevens förmåga att kunna ställa upp prestationsrelaterade mål kan också fungera förebyggande för skoltrötthet visar en studie utförd av Tuominen-Soini, Salmela-Aro och Niemivirta (2012). Salmela-Aro och Näätänen (2005, s. 85) skriver att skoltrötta elever upplever att de inte kan uppnå de studierelaterade mål som de ställer upp. Därför är det viktigt att elever redan i ett tidigt skede lär sig att ställa upp realistiska studierelaterade mål. Vid förebyggandet av skoltrötthet bör skoltrötthet som gruppfenomen dessutom tas i beaktande, eftersom skoltrötthet kan spridas bland kamrater (Kiuru m.fl., 2008; Salmela-Aro, 2008, s. 244). Ett gott klimat i skolan och i klassen kan därför fungera som en förebyggande faktor till skoltrötthet (Salmela-Aro, Kiuru, Pietikäinen & Jokela, 2008).

Framförallt speciallärare kommer i kontakt med elever som har inlärnings svårigheter och elever som har ett svagt självförtroende. Som tidigare nämnt finns det ett samband mellan inlärnings svårigheter, låga skolprestationer och svagt självförtroende och skoltrötthet (Korhonen, Linnanmäki & Aunio, 2014; Salmela-Aro, 2008; Salmela-Aro, Kiuru & Nurmi, 2008). Specialläraren har därför till viss del möjlighet att hjälpa elever som kan vara i riskzonen för skoltrötthet. Det är betydelsefullt att lärare känner till de symptom som skoltrötthet kännetecknas av för

att identifiera och hjälpa skoltrötta elever. Tillika är det viktigt att lärare är medvetna om vilka faktorer som har ett samband med skoltrötthet för att kunna hjälpa elever som är i riskzonen, och för att kunna förebygga skoltrötthet i skolan.

Eftersom skoltrötthet kan ge upphov till flera olika problem senare i livet är det betydelsefullt att elever som visar tecken på skoltrötthet får hjälp och stöd i ett tidigt skede. Då en ung person visar tecken på skoltrötthet och klagar på symptom som är relaterade till skoltrötthet bör läraren diskutera med eleven om dessa symptom (Salmela-Aro och Tuominen-Soini, 2013, s. 251–254). Diskussionen fungerar som en intervention, för att få eleven att fundera på situationen och för att få eleven att bli medveten om att andra bryr sig om honom eller henne samt hans eller hennes välbefinnande. Enligt Salmela-Aro (2012) kan skoltrötthet förändras till skolengagemang genom att vuxna stöder den skoltrötta eleven. Eleven behöver känna att han eller hon klarar av att utföra uppgifter och att han eller hon kan påverka sitt liv. För att förebygga skoltrötthet bör skolan och lärare stöda elevernas utveckling, och centralt är att stöda elevens självförtroende och hjälpa eleven att skapa ett intresse för lärandet.

3 Metod

I detta kapitel presenteras studiens syfte och forskningsfrågor. Därefter diskuteras val av forskningsmetod och forskningsprojektet *Vem väljer vad?* presenteras. Därtill beskrivs det mätinstrument som är relevant för denna studie. Efter det redogörs för bearbetning och analys av data, och avslutningsvis presenteras aspekter för reliabilitet, validitet och etik som bör tas i beaktande i forskningsarbetet.

3.1 Syfte och forskningsfrågor

Det övergripande syftet med studien är att ta reda på hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar. Utvecklingen av skoltrötthet undersöks både på gruppnivå och individnivå under en femårsperiod. Därtill undersöks om utvecklingen av skoltrötthet skiljer sig med avseende på kön. Fokus ligger på att ta reda på om skoltrötthet kvarstår hos skoltrötta ungdomar under en femårsperiod. För att få svar på studiens syfte har tre forskningsfrågor formulerats. Forskningsfrågorna lyder:

1. Hur utvecklas skoltrötthet hos ungdomar som är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen i jämförelse med ungdomar som inte är skoltrötta?
2. Hur skiljer sig utvecklingen av skoltrötthet mellan flickor och pojkar?
3. Hur stabil är skoltrötthet bland ungdomar över tid?

Utgående från den första forskningsfrågan undersöks hur utvecklingen av skoltrötthet ser ut på gruppnivå under en femårsperiod. Utgående från forskningsfråga två kan i sin tur undersökas hur utvecklingen av skoltrötthet skiljer sig på gruppnivå med avseende på kön. Utgående från den tredje forskningsfrågan undersöks utvecklingen av skoltrötthet på individnivå. Stabilitet i skoltrötthet undersöks bland ungdomar och det innebär att andelen ungdomar som är skoltrötta under en femårsperiod kan fastställas.

3.2 Val av forskningsmetod

Forskningsarbetet utgår från ett eller flera forskningsproblem som ska undersökas. Inför forskningsarbetet behöver forskaren avgöra om forskningsproblemet ska belysas ur ett kvalitativt eller kvantitativt perspektiv. Enligt Olsson och Sörensen (2011, s. 18–19) är forskarens forskningsproblem avgörande vid metodvalet. Forskningsmetoden är därför ett redskap som används för att få svar på studiens frågeställningar (Bjereld, Demker & Hinnfors, 2009, s. 107–108).

Den kvalitativa forskningsmetoden är lämplig vid studier där forskaren vill få en djup förståelse för forskningsproblemet (Olsson & Sörensen, 2011, s. 18–19). Karaktäristiskt för kvalitativ forskning är att antalet respondenter är litet, och att forskaren ofta själv deltar i datainsamlingen samt skapar en närhet till respondenterna. Eliasson (2010, s. 21–22) lyfter fram att kvalitativ forskning används då forskaren vill förklara forskningsproblemet med ord. Vid kvalitativ forskning har forskaren som uppgift att tolka och beskriva den insamlade informationen, och de vanligaste datainsamlingsmetoderna vid kvalitativ forskning är intervjuer och observationer (Olsson & Sörensen, 2011, s. 19; Eliasson, 2010, s. 22).

Vid kvantitativa studier är en distanserad kontakt med respondenterna vanlig och forskaren håller sig objektiv till respondenterna (Olsson & Sörensen, 2011, s. 18–19). Eliasson (2010, s. 21) skriver att forskningsproblemet går att beskriva med siffror vid kvantitativ forskning. Kvantitativ forskning är därför lämplig vid ett stort antal respondenter och passar bra då forskaren vill få ett generaliserbart resultat. De vanligaste datainsamlingsmetoderna vid kvantitativ forskning är enkätundersökning eller intervjuundersökning i form av frågeformulär (Eliasson, 2010, s. 28).

Forskningsmetoden för denna studie är kvantitativ och studien baseras på färdiginsamlade data från ett flerårigt projekt. Syftet är att få en generaliserbar kunskap om hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar, och därför är det ändamålsenligt att utföra en kvantitativ studie.

3.3 Projektet *Vem väljer vad?*

Vid enheten för specialpedagogik vid Åbo Akademi bedrivs ett flerårigt projekt *Vem väljer vad?* (VVV), som är en uppföljningsstudie om mönster i de mekanismer som leder till marginalisering hos finlandssvenska elever. Avsikten med projektet är att undersöka sambanden mellan skolprestationer, inlärningsvårigheter, självuppfattning, temperamentsegenskaper, skoltrivsel, yrkesval och avbrott i utbildningen (Åbo Akademi, 2012). Projektet inleddes år 2008 och i projektet deltog 1154 finlandssvenska elever från 14 olika skolor. Dessa 14 skolor hade dessutom regional spridning.

Forskarna i projektet har samlat in data under tre tillfällen: år 2008, 2010 och 2013–2014. Enkäter har använts som datainsamlingsmetod. Ledningsgruppen för VVV-projektet utförde en pilotstudie i februari 2008 för att testa enkätens tillförlitlighet, och i pilotstudien deltog 21 niondeklassare. Pilotundersökningen medförde inte några avsevärda förändringar i enkätens utformning, men utgående från pilotundersökningen kunde ledningsgruppen uppskatta hur lång tid eleverna behövde för att besvara enkäten. En fördel vid användning av enkät som datainsamlingsmetod är att forskaren når många respondenter samtidigt (Ejvegård, 2009, s. 55). Vid användning av enkät underlättas även bearbetningen av det insamlade materialet, eftersom enkäterna besvaras skriftligt. Jämförandet av svar underlättas dessutom eftersom alla respondenter får besvara samma frågor.

Vid det första och det andra datainsamlingstillfället användes samma enkät för att samla in data, medan det vid det tredje datainsamlingstillfället endast användes delar av den tidigare enkäten. Vid det tredje datainsamlingstillfället kontaktades dessutom respondenterna per telefon. De respondenter som ville delta i uppföljningen uppgav sin e-postadress och fick därefter besvara en elektronisk enkät. I alla tre enkätundersökningar finns det med ett mätinstrument för att kartlägga skoltrötthet. Respondenterna vid det tredje datainsamlingstillfället fick besvara ett skoltrötthetstest eller ett utbrändhetstest beroende på om de studerade eller arbetade. Utbrändhetstestet motsvarar skoltrötthetstestet, men påståendena i testet är arbetsrelaterade. Eftersom VVV-projektet är en uppföljningsstudie lämpar sig väl det insamlade materialet för att få svar på syftet till denna studie. Materialet i denna

studie baseras därför endast på data från VVV-projektet. Till näst presenteras deskriptiv data om respondenterna i VVV-projektet.

3.3.1 Respondenter

Respondenterna som deltog i VVV-projektet bestod ursprungligen av 1154 ungdomar från 14 finlandssvenska skolor, på olika orter i Finland. Könsfördelningen i undersökningen var jämn, eftersom 574 flickor och lika många pojkar deltog i undersökningen. Urvalet av respondenter kan antas vara representativt för hela Svenskfinland eftersom samplet omfattade respondenter från 14 olika skolor, och för att dessa 14 skolor hade regional spridning.

Vid det första datainsamlingstillfället år 2008, var respondenterna niondeklassare i 15-års ålder. Av dessa 1154 elever var det 861 elever (442 flickor och 418 pojkar) som besvarade alla påståenden som hör samman med mätinstrumentet för skoltrötthet. Vid det andra datainsamlingstillfället, som utfördes 2010, var respondenterna i 17-års ålder och studerade vid andra stadiets utbildning (gymnasium eller yrkesskola). Totalt besvarade 693 andrastadietsstuderande (342 flickor och 350 pojkar) skoltrötthetstestet. Det tredje datainsamlingstillfället utfördes under hösten 2013 och våren 2014, och under denna tidpunkt studerade de flesta av respondenterna vid en högskola eller vid ett universitet, medan en del av respondenterna arbetade. Endast 414 respondenter (242 flickor och 170) besvarade skoltrötthetstestet vid det tredje datainsamlingstillfället, och totalt besvarade 219 respondenter på skoltrötthetstestet vid alla tre datainsamlingstillfällen.

För att tydliggöra antalet respondenter vid varje datainsamlingstillfälle har en tabell (tabell 1) utformats. Utgående från tabellen kan avläsas antalet respondenter och procentandelen av respondenterna som besvarade skoltrötthetstestet vid respektive datainsamlingstillfälle. Även fördelningen mellan flickor och pojkar, som besvarade skoltrötthetstesten, presenteras i tabellen. Det bör påpekas att antalet flickor och pojkar tillsammans inte motsvarar det totala antalet respondenter, eftersom några enstaka respondenter inte angett information om kön.

Tabell 1

Deskriptiv data om respondenterna i denna studie

Datainsamlingstillfälle	Andel av respondenterna	Antal respondenter	Antal flickor	Antal pojkar
1	75 %	861	442	418
2	60 %	693	342	350
3	36 %	414	242	170

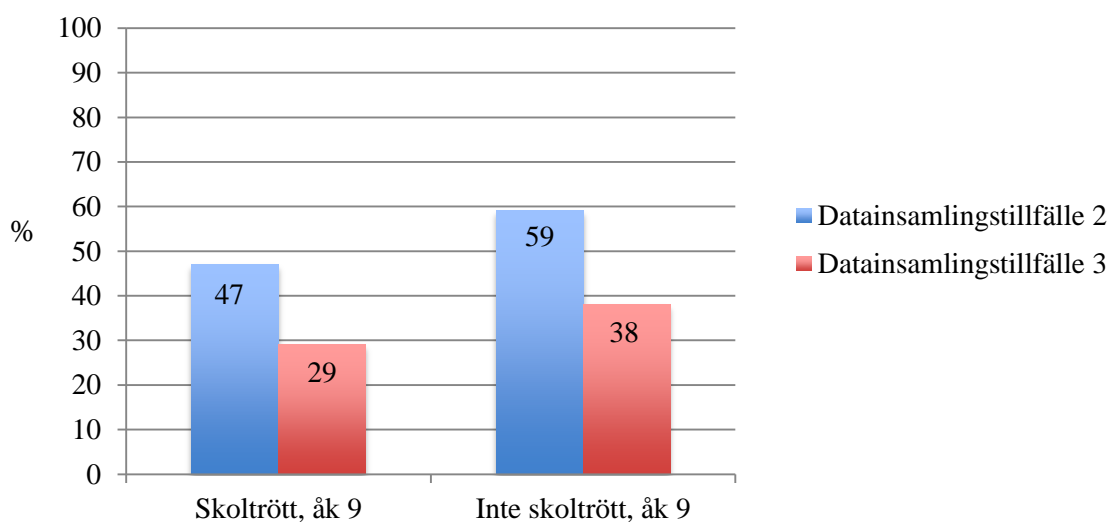
3.3.2 Bortfall

Olsson och Sörensen (2011, s. 154–155) skriver att en studie med stort bortfall inte har generaliserbara resultat ifall studien saknar en bortfallsanalys. Utgående från föregående tabell (tabell 1) kan konstateras att bortfallet mellan det första och det tredje datainsamlingstillfället är stort. Endast 36 % av respondenterna vid det tredje datainsamlingstillfället besvarade skoltrötthetstestet, vilket innebär att 64 % av respondenterna inte svarade på testet. Bortfallet vid det första datainsamlingstillfället var 25 %, och 40 % vid det andra datainsamlingstillfället.

För att höja studiens generaliserbarhet har en bortfallsanalys utförts. Syftet är att ta reda på om det kan urskiljas något mönster i vem av respondenterna som valt att besvara på skoltrötthetstesten i denna studie. Inledningsvis beräknas en svarsprocent för det andra och det tredje datainsamlingstillfället utgående från det totala antalet svar för skoltrötta elever respektive inte skoltrötta elever vid det första datainsamlingstillfället. Därefter jämförs svarsprocenten för gruppen med skoltrötta elever i årskurs nio med gruppen elever som inte är skoltrötta i årskurs nio. Vid jämförelsen av svarsprocenten kan likheter och skillnader utmärkas.

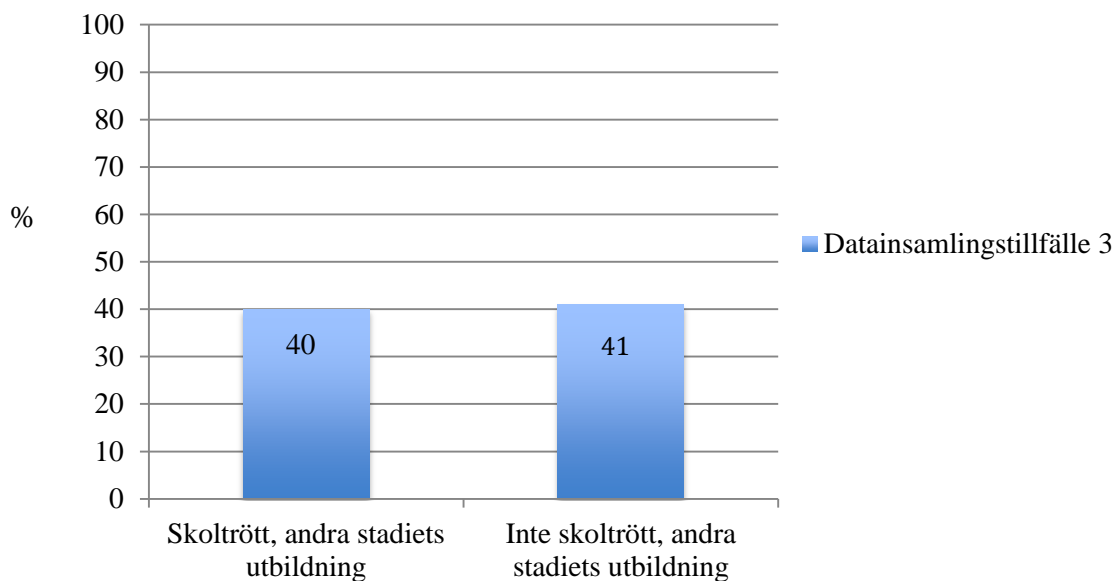
I nedanstående figur (figur 4) presenteras svarsprocenten för det andra och det tredje datainsamlingstillfället. Utgående från respondenternas svar i den första enkäten har respondenternas kategoriserats i två grupper, det vill säga skoltrötta elever respektive

inte skoltrötta elever i årskurs nio. Från figuren kan avläsas att svarsprocenten för respondenterna i årskurs nio som inte är skoltrötta är högre än svarsprocenten för respondenterna som är skoltrötta i årskurs nio, både vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället. Utgående från denna analys kan därför konstateras att svarsprocenten vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället är aningen högre ($\approx 10\%$) för respondenterna som inte är skoltrötta i årskurs nio än för respondenterna som är skoltrötta i årskurs nio.



Figur 4. Svarsprocenten vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället för skoltrötta och inte skoltrötta elever i årskurs 9.

Vidare undersöks även svarsprocenten för det tredje datainsamlingstillfället utgående från skoltrötta respektive inte skoltrötta respondenter vid andra stadiets utbildning. Ur nedanstående figur (figur 5) kan avläsas att svarsprocenten för det tredje datainsamlingstillfället endast skiljer sig med en procent för skoltrötta respondenter respektive inte skoltrötta respondenter vid andra stadiets utbildning. Detta innebär att svarsprocenten vid det tredje datainsamlingstillfället ungefär är lika för elever som känner sig skoltrött och elever som inte känner sig skoltrötta vid andra stadiets utbildning.



Figur 5. Svarsprocenten vid det tredje datainsamlingstillfället för skoltrötta och inte skoltrötta elever vid andra stadiets utbildning.

3.4 Mätinstrument och deskriptiv statistik

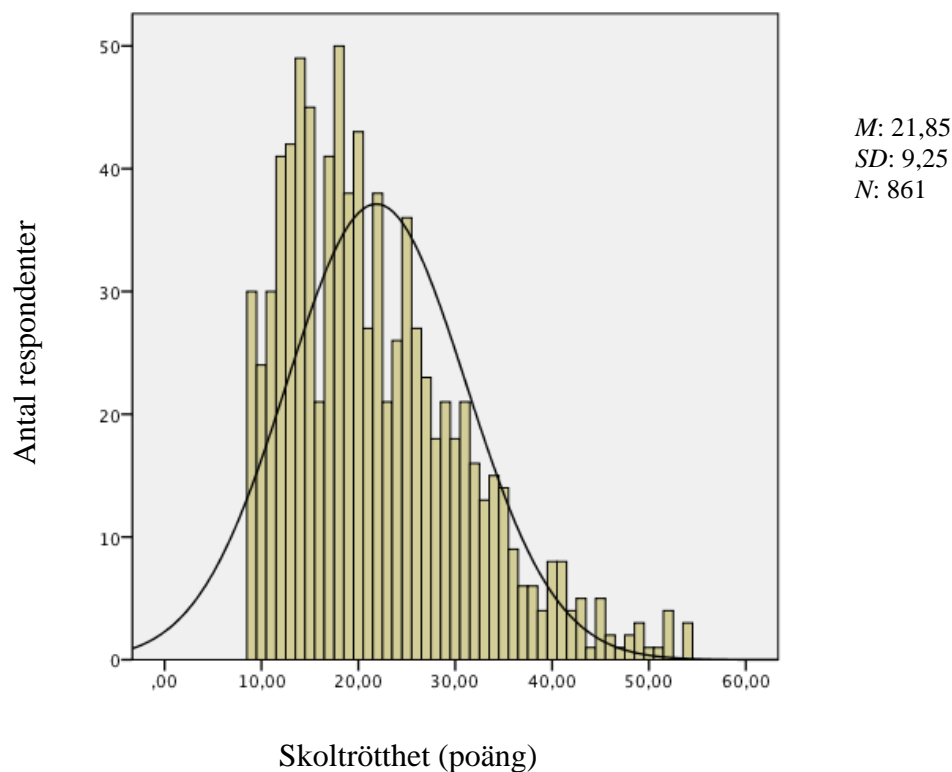
Ledningsgruppen för VVV-projektet har sammanställt två enkäter för de tre olika datainsamlingstillfällena. Ett mätinstrument för skoltrötthet, *School Burnout Inventory* (SBI), har använts i alla tre enkäter, och genom nio påståenden med fasta svarsalternativ har nivån av skoltrötthet hos respondenterna kunnat fastställas. Påståendena besvaras på en sexgradig likertskala (se bilaga 1) (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). På den sexgradiga likertskalan motsvarar talet 1 *helt av annan åsikt* och talet 6 *helt av samma åsikt*. Den maximala poängsumman för testet är 54 poäng, medan minimipoängen är 9. Mätinstrumentet mäter dessutom alla tre dimensioner av skoltrötthet: utmattning (påstående 1, 4, 7 och 9), en cynisk inställning till skolan och skolarbete (påstående 2, 5, och 6) och känslan av otillräcklighet i skolan (påstående 3 och 8).

School Burnout Inventory är utformat från mätinstrumentet *Nuorten koulu-uupumusmittari* (BBI-10), som består av tio påståenden (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009; Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 17). Forskning har ändå visat att mätinstrumentet SBI med nio påståenden lämpar sig bäst vid kartläggning av

skoltrötthet, eftersom mätinstrumentet med nio påståenden har större validitet än mätinstrumentet med tio påståenden (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). Dessutom har mätinstrumentet SBI använts i flertal studier och har visat sig vara ett tillförlitligt instrument för att mäta skoltrötthet.

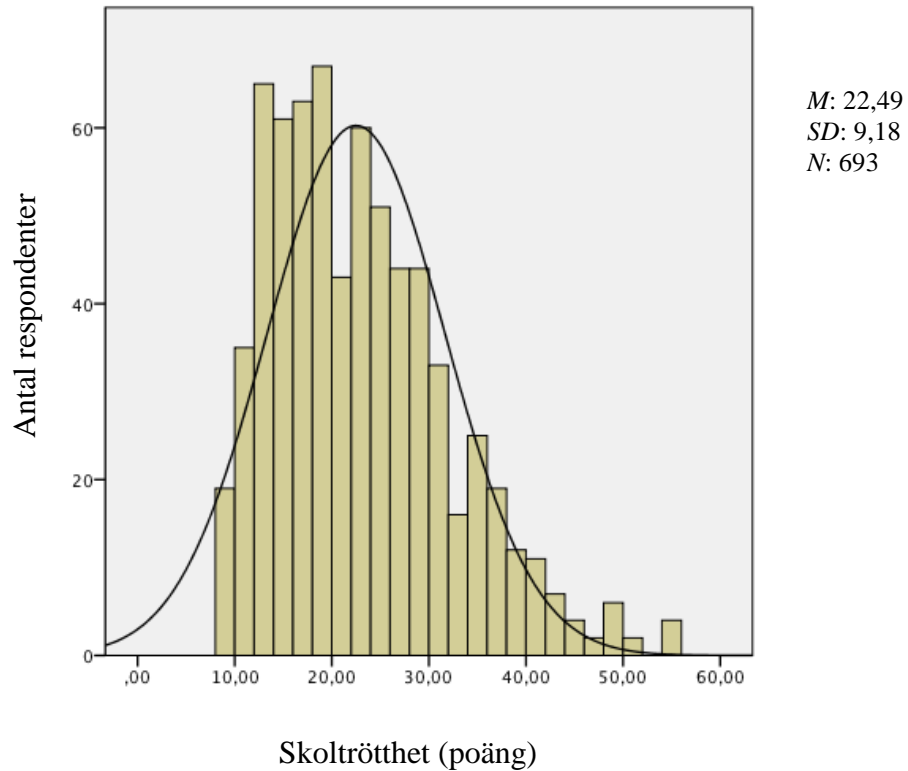
Eftersom denna studies fokus ligger på skoltrötthet som helhet har ett beslut om att skoltrötthet definieras som en summa av alla tre dimensioner fattats. Enligt Salmela-Aro och Näätänen (2005, s. 102–103) motsvarar 40 poäng eller mer en betydligt förhöjd risk för skoltrötthet, vid kartläggning av skoltrötthet med mätinstrumentet BBI-10. Den maximala poängsumman för mätinstrumentet BBI-10 är 60, medan den totala poängsumman för mätinstrumentet SBI är 54. Det motsvarande poängtalet för mätinstrumentet SBI blir vid omräkning 36 poäng, och utgående från denna poänggräns definieras skoltrötthet i denna studie. Det innebär att en respondent anses vara skoltrött om respondenten har en poängsumma på 36 poäng eller mer i skoltrötthetstestet.

I de tre följande figurerna presenteras resultatet från skoltrötthetstestet vid respektive datainsamlingstillfälle. Den första figuren (figur 6) visar poängfördelningen för skoltrötthetstestet vid det första datainsamlingstillfället, då respondenterna gick i årskurs nio. Medelvärdet för skoltrötthetstestet vid det första datainsamlingstillfället är 21,85 poäng. Flest respondenter har lågt resultat i skoltrötthetstestet, men det finns även några respondenter med mycket höga poäng. Förkortningen *SD* anger standardavvikelsen, och ju större värde standardavvikelsen har desto större är spridningen kring medelvärdet för resultatet (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2013, s. 64–65). Ju mindre värde standardavvikelsen har desto mindre spridning har poängresultatet, och det innebär att resultatet är mer koncentrerat kring medelvärdet. Standardavvikelsen för resultatet i den första datainsamlingen är 9,25 som tyder på att poängfördelningen är utspridd.



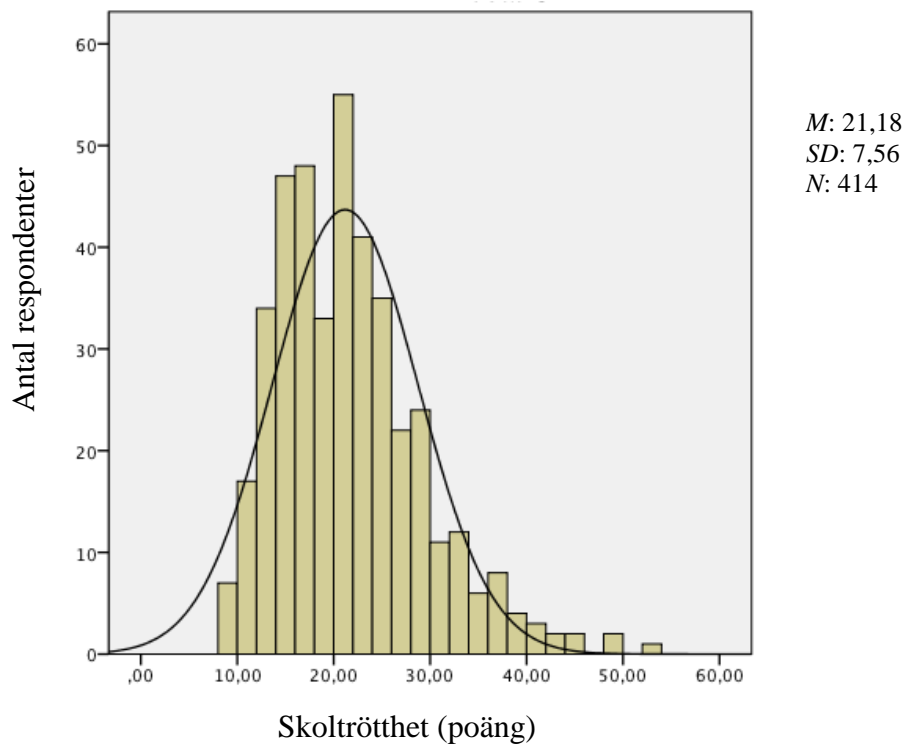
Figur 6. Skoltrötthetstestets poängfördelning vid det första datainsamlingstillfället.

Det andra datainsamlingstillfället utfördes två år senare, då respondenterna studerade vid andra stadiets utbildning, vid ett gymnasium eller vid en yrkesskola. Poängfördelningen (figur 7) i skoltrötthetstestet vid det andra datainsamlingstillfället har tydliga likheter med poängfördelning i skoltrötthetstestet för det första datainsamlingstillfället, men medelvärdet (22,49) är aningen högre än vid det första datainsamlingstillfället. Standardavvikelsen är 9,18 som indikerar att det fortfarande finns en stor spridning i resultatet i förhållande till medelvärdet.



Figur 7. Skoltrötthetstestets poängfördelning vid det andra datainsamlingstillfället.

Det tredje datainsamlingstillfället utfördes på hösten 2013 och våren 2014. Medelvärden för resultaten i skoltrötthetstestet vid det tredje datainsamlingstillfället (figur 8) är 21,18, vilket är aningen lägre än medelvärdet för resultaten från de två tidigare datainsamlingstillfällena. Standardavvikelsen är 7,56, vilket innebär att spridningen fortfarande är stor i förhållande till medelvärdet. Standardavvikelsen för resultaten i det tredje skoltrötthetstestet är däremot lägre än i jämförelse med de två tidigare datainsamlingstillfällena, vilket tyder på en mindre spridning.



Figur 8. Skoltrötthetstestets poängfördelning vid det tredje datainsamlingstillfället.

3.5 Bearbetning och analys av data

Patel och Davidson (2011, s. 111) klargör för att statistik är den vetenskap som används för att bearbeta kvantitativ information. I denna studie har analyserna huvudsakligen utförts i statistikprogrammet *IBM SPSS Statistics 21*. Alla insamlade data från VVV-projektet har kodats om till numeriska data för att möjliggöra statistiska analyser. Inledningsvis kontrolleras normalfördelningen för det insamlade materialet, och resultaten från ett korrelationstest presenteras. Dessutom beskrivs hur data har bearbetas. I detta avsnitt redogörs därefter för de analysmetoder som har använts för att analysera data, och analysförfarandet för varje frågeställning presenteras skilt för sig.

För att ta reda på om det finns ett samband mellan skoltrötthet vid de olika datainsamlingstillfällena utförs ett korrelationstest. Testet utförs för att bevisa att det inte är slumpen som styr resultatet (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2013, s. 183).

Det finns olika korrelationstest, och för att välja det lämpligaste testet för det insamlade materialet undersöks materialets normalfördelning. Huck (2012, s. 27) redogör för att de flesta forskare anser att data är approximativt normalfördelad om värdet för toppighet och snedhet är mellan -1 och +1. Vid deskriptiv analys av insamlade data i denna studie kan det konstateras att resultaten från skoltrötthetstestet vid det första och det andra datainsamlingstillfället är normalfördelade. Toppigheten och snedheten för dessa variabler är inom gränsvärdet -1 och 1. Vid kontroll av normalfördelningen för resultatet vid det tredje datainsamlingstillfället visar resultatet att snedheten är 0,93 och toppigheten är 1,12. Ett beslut om att utföra parametriska test har fattats, eftersom toppigheten endast aningen överskrider det rekommenderade gränsvärdet.

Om data är parametriskt lämpar sig testet Pearson för att undersöka korrelationen (Sprinthall, 2012, s. 300). Om resultatet i testet anger ett signifikansvärde under 0,05 ($p < 0,05$) tyder resultatet på att det finns ett samband mellan poängresultatet och tidpunkterna i fråga. Signifikansvärdet för resultaten visar att det finns ett signifikant samband mellan poängresultaten från det första och det andra datainsamlingstillfället ($r(523) = 0,44, p < 0,05$), samt det andra och det tredje tillfället ($r(283) = 0,14, p < 0,05$). Det finns dock inte ett signifikant samband mellan resultaten från det första och det tredje datainsamlingstillfället ($r(315) = 0,08, p = 0,19$). Resultaten visar att korrelationskoefficienten för poängresultaten för det första och det andra datainsamlingstillfället är positiv, och moderat, medan korrelationskoefficienten är positiv, men svag för det andra och det tredje tillfället (Huck, 2012, s. 48–50).

Studiens data har även bearbetas före analyserna har utförts. Resultaten från skoltrötthetstestet vid alla tre datainsamlingstillfällena har kodats om till talet 0 eller 1, för varje enskild respondent. Som tidigare nämnts utgår denna studie från att respondenter som fått en poängsumma på 36 poäng eller mer i skoltrötthetstestet anses vara skoltrötta. Talet 1 motsvarar en respondent som är skoltrött, och det innebär att respondenten har en poängsumma på 36 poäng eller mer (poängsumma ≥ 36 poäng). Talet 0 motsvarar i sin tur en respondent som inte är skoltrött, och det innebär att respondenten har fått en poängsumma på 35 poäng eller mindre (poängsumma < 36).

Dessutom bör påpekas att signifikansnivån som används i denna studies analyser är minst 95 %. Det innebär att det finns en signifikant skillnad eller ett signifikant samband med minst 95 % säkerhet ($p < 0,05$). Olsson och Sörensen (2011, s. 224, 252) skriver att signifikansvärdet anger en uppfattning om hur säker slutsats som kan dras från resultatet, och då signifikansvärdet är mindre än 0,05 ($p < 0,05$) är resultatet signifikant (Olsson & Sörensen, 2011, s. 252).

3.5.1 Utveckling av skoltrötthet

För att ta reda på hur skoltrötthet utvecklas hos skoltrötta ungdomar i jämförelse med ungdomar som inte är skoltrötta genomförs en variansanalys (ANOVA) med upprepad mätning. Det finns olika typer av variansanalys med upprepad mätning (Huck, 2012, s. 312–313, 330–331), och i denna studie används en tvåvägs-mixed ANOVA.

Variansanalys gör det möjligt för forskare att jämföra skillnader mellan flera testgrupper (Sprinthall, 2012, s. 330). För att utföra en variansanalys med upprepad mätning fordras det att respondenterna testas flera gånger, men endast en gång vid varje testtillfälle (Huck, 2012, s. 312). Respondenterna i VVV-projektet har testats tre gånger och totalt en gång vid varje testtillfälle. Det som är specifikt för en mixed-design av variansanalys i jämförelse med andra variansanalyser med upprepad mätning är att tvåvägs-mixed ANOVA innefattar en mellangrupsfaktor och en inomgrupsfaktor. I denna studie fungerar resultaten från skoltrötthetstesten vid de tre datainsamlingstillfällena som en inomgrupsfaktor, medan mellangrupsfaktorn är en indelning av skoltrötta elever respektive inte skoltrötta elever i årskurs nio.

Ett antagande för att kunna utföra en variansanalys är att beroende variabler ska vara approximativt normalfördelade (Sprinthall, 2012, s. 344), vilket uppfylls i denna studie. Vidare ska varianserna inom grupperna vara lika (homogena), och vid upprepade mätningar ska även variationen i mellantidpunktsdifferanserna vara lika (Huck, 2012, s. 302–303; 338). Dessa antaganden uppfylls om signifikansvärdet för homogenitetstestet (*Levene's test of Equality of Error Variances*) överstiger 0,05 och

om signifikansvärdet för sfäriskheten (*Mauchly's Test of Sphericity*) även överstiger 0,05. Dessa antaganden testas i samband med de egentliga analyserna.

Därefter kontrolleras signifikansvärdet och effektstorleken för inomgruppsfaktorn samt mellangruppsfaktorn. Resultatet för inomgruppsfaktorn indikerar att det finns en signifikant skillnad mellan resultaten över tid om signifikansvärdet är mindre än 0,05 ($p < 0,05$). Resultaten för mellangruppsfaktorn indikerar att det finns en signifikant skillnad mellan skoltrötta elever och inte skoltrötta elever i årskurs nio om signifikansvärdet är mindre än 0,05 ($p < 0,05$). Dessutom finns det en signifikant skillnad i utvecklingen av skoltrötthet om interaktionseffekten (tid x grupp) är signifikant ($p < 0,005$). Vid genomförandet av variansanalys fås dessutom ett F-värde, och ett stort F-värde indikerar att det finns större skillnader mellan grupperna än inom gruppen (Pallant, 2007, s. 242). Effektstorleken (η_p^2) för resultaten i en variansanalys är liten om värdet är omkring 0,01, moderat vid 0,06 och effektstorleken är stor då värdet är omkring 0,14 (Huck, 2012, s. 306).

3.5.2 Skillnader mellan flickors och pojkars utveckling av skoltrötthet

Den andra forskningsfrågans fokus ligger på könsskillnader i utvecklingen av skoltrötthet. För att ta reda på hur utvecklingen av skoltrötthet skiljer sig mellan flickor och pojkar görs även i detta fall en tvåvägs-mixed ANOVA. Dessutom utförs tre korstabuleringar för att ta reda på hur många flickor och pojkar som är skoltrötta respektive inte skoltrötta vid varje datainsamlingstillfälle. Korstabulering möjliggör en kombination av frekvensfördelningarna mellan två kvalitativa variabler (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2013, s.142). Det innebär att en korstabell i denna studie visar hur fördelningen av skoltrötthet ser ut för flickor och pojkar.

Från resultatet i en korstabell kan avläsas antalet och procentandelen flickor samt pojkar som är skoltrötta respektive inte skoltrötta vid varje datainsamlingstillfälle. Resultatet anger antalet och andelen skoltrötthet hos flickor och pojkar vid varje datainsamlingstillfälle. Tre korstabeller presenteras i resultatet eftersom resultaten för varje datainsamlingstillfälle åskådliggörs skilt för sig.

I samband med korstabuleringen utförs även ett χ^2 -test. χ^2 -testet undersöker samband mellan olika variabler, och lämpar sig för variabler på nominalnivå (Eliasson, 2010, s. 94–96). I χ^2 -testet jämförs observerade frekvenser, utgående från studien, med förväntade frekvenser (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2013, s. 213–214). I detta fall undersöks om det finns ett samband mellan kön och skoltrötthet vid varje datainsamlingstillfälle. Om signifikansvärdet för resultaten i testet är under 0,05 finns det ett signifikant samband mellan variablerna. Effektstorleken för χ^2 -testet kan anges enligt ett *C*-värde (*coefficient of contingency*). Effektstorleken är liten om *C*-värdet är omkring 0,10, moderat omkring 0,25 och stor omkring 0,40 (Sprinthall, 2012, s. 392–394).

3.5.3 Stabilitet i utvecklingen av skoltrötthet

Syftet med den tredje forskningsfrågan är att undersöka hur stabil skoltrötthet är bland ungdomar. För att undersöka stabiliteten i skoltrötthet används metoden Configural Frequency Analysis (CFA), som utförs manuellt. CFA är en statistisk metod för multivariat analys av variabelkategorier, och möjliggör att identifiera variabelmönster som är typiska (typ) eller icketytiska (antityp) (von Eye, Spiel & Wood, 1996). *Typer* är mönster av variabelkategorier som framkommer oftare än förväntat av slumpen, medan *antityper* är mönster av variabelkategorier som framkommer mer sällan än förväntat av slumpen.

Eftersom denna studie omfattar tre datainsamlingstillfällen används en longitudinell metod av CFA, *Longitudinal Configural Frequency Analysis*, för att undersöka stabiliteten i skoltrötthet. Det finns två olika sifferkombinationer som tyder på att det inte sker någon förändring, och dessa är sifferkombinationen 000 eller 111. Sifferkombinationen 000 innebär att respondenten inte är skoltrött vid något datainsamlingstillfälle, medan sifferkombinationen 111 innebär att respondenten är skoltrött vid varje datainsamlingstillfälle. Sifferkombinationerna 100, 010, 001, 110 och 011 betyder att det sker en förändring i utvecklingen av skoltrötthet. Om dessa sifferkombinationer förekommer oftare än förväntat av slumpen tyder det på *typer av*

stabilitet i resultatet. Ifall sifferkombinationen förekommer mer sällan än förväntat av slumpen tyder det på *antityper av stabilitet* i resultatet.

Resultatet från CFA anger ett förväntat cellvärde på stabiliteten, *expected cell frequency* (e) och ett observerat cellvärde på stabiliteten, *observed cell frequency* (o) (von Eye, Spiel & Wood, 1996). Om det observerade cellvärdet är större än det förväntade cellvärdet ($o > e$) tyder resultatet på att det finns typer av stabilitet. Om det observerade cellvärdet är mindre än det förväntade cellvärdet ($o < e$) tyder resultaten på att det finns antityper av stabilitet. För att fastställa om de observerade värdena skiljer sig signifikant från de förväntade värdena används *Binomial test*. Testet anger ett z-värde, och ifall z-värdet är större än 1,96 innebär det att det observerade värdet skiljer sig signifikant från slumpen. En Bonferonni-korrektion används dessutom i CFA signifikanstesten för att kontrollera för Typ-I fel, eftersom många Binomial-test utförs. Bonferonni-korrektionen innebär att en ny signifikansnivå uppstår ($p = 0,05/\text{antal test}$).

3.6 Reliabilitet, validitet och etik

Forskare bör eftersträva hög reliabilitet och hög validitet i studiens mätprocess för att öka kvaliteten på studien. Dahmström (2011, s. 368–369) skriver att reliabilitet motsvarar graden av tillförlitlighet i mätprocessen. Enligt Eliasson (2010, s. 14–15) ökar studiens reliabilitet eller pålitlighet om studiens resultat kan upprepas. Detta innebär att studien bör kunna genomföras i liknande förhållanden och ge samma resultat som ursprungsstudien. Reliabiliteten för studien ökar även genom att det ställs flera olika frågor som mäter en och samma variabel. Vid kvantitativa studier är det möjligt att testa reliabiliteten i mätinstrument genom beräkning av Chronbach's alfa (Olsson & Sörensen, 2011, s. 123–124). Då Chronbach's alfa (α) anger värdet 0,90 eller högre är reliabiliteten för variabeln hög, medan värden under 0,70 tyder på låg reliabilitet.

Resultaten vid testning av Chronbach's alfa för variablerna i skoltrötthetstestet visar att α -värdet för det första skoltrötthetstestet är 0,88 och även 0,88 för det andra

skoltrötthetstestet. α -värdet för det tredje skoltrötthetstestet är 0,93 och α -värdet för utbrändhetstestet vid det tredje datainsamlingstillfället är 0,97. Utgående från resultatet kan därför konstateras att reliabiliteten för mätinstrumentet är hög.

Hög validitet i studiens mätprocess innebär att studiens mätinstrument mäter det som avses mätas (Eliasson, 2010, s. 16–17). Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen och Nurmi (2009) visar i sin studie att mätinstrumentet *School Burnout Inventory* har hög validitet. Validiteten kan testas genom faktoranalys, och forskarna Korhonen, Linnanmäki och Aunio (2014) har gjort faktoranalys på data som används i denna studie. Forskarna kunde konstatera att mätinstrumentet för skoltrötthet har hög validitet. Enligt Eliasson ökar även validiteten eller giltigheten för studien då de operationella definitionerna av väsentliga begrepp i studien stämmer överens med de teoretiska definitionerna. I denna studie innebär det att begreppet skoltrötthet, som används i studien, ska motsvara den teoretiska definitionen av skoltrötthet. Detta krav uppfylls i denna studie. Det finns även flera sätt att granska det enskilda mätinstrumentets validitet, och Olsson och Sörensen (2011, s. 124–125) beskriver bland annat att man kan granska mätinstrumentets överenskommelsevaliditet och begreppsvaliditet. Överenskommelsevaliditeten kontrolleras genom att ett antal experter inom området är överens om att mätinstrumentet har hög validitet. Begreppsvaliditet innebär att det finns ett starkt samband mellan mätinstrumentet som används i studien och andra närstående mätinstrument. Även dessa två synpunkter uppfylls för mätinstrumentet.

Avslutningsvis presenteras etiska aspekter som bör beaktas i vetenskaplig forskning. Enligt Patel och Davidson (2011, s. 62–63) bör fyra forskningsetiska aspekter beaktas. Dessa är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskravet innebär att deltagarna ska få information om projektet, och att informationen ska vara begriplig. Deltagarna bör få information om projektets syfte och uppläggning. Vid beaktande av samtyckeskravet bör deltagarna ha rätt att bestämma över sin medverkan. Konfidentialitetskravet innebär att deltagarnas personuppgifter ska behandlas konfidentiellt, medan nyttjandekravet betyder att uppgifterna om deltagarna som samlas in endast får användas för forskningsändamålet.

Dessa fyra forskningsetiska aspekter har beaktats vid alla tre datainsamlingstillfällen av medlemmarna i VVV-projektet. Vid det första datainsamlingstillfället kan samtyckeskrauet ifrågasättas, eftersom skolans ledning fattade beslut om skolans deltagande. Det bör dock påpekats att inga respondenter har varit tvungna att delta i datainsamlingen mot sin vilja. Vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället var deltagandet frivilligt, och då uppfylldes informationskrauet och samtyckeskrauet. Efter att data samlats in har respondenternas namn bytts ut till ett ID-nummer och tillgången till materialet har begränsats till de som deltar i VVV-projektet. På så vis uppfylls konfidentialitetskrauet och nyttjandekrauet.

4 Resultatredovisning

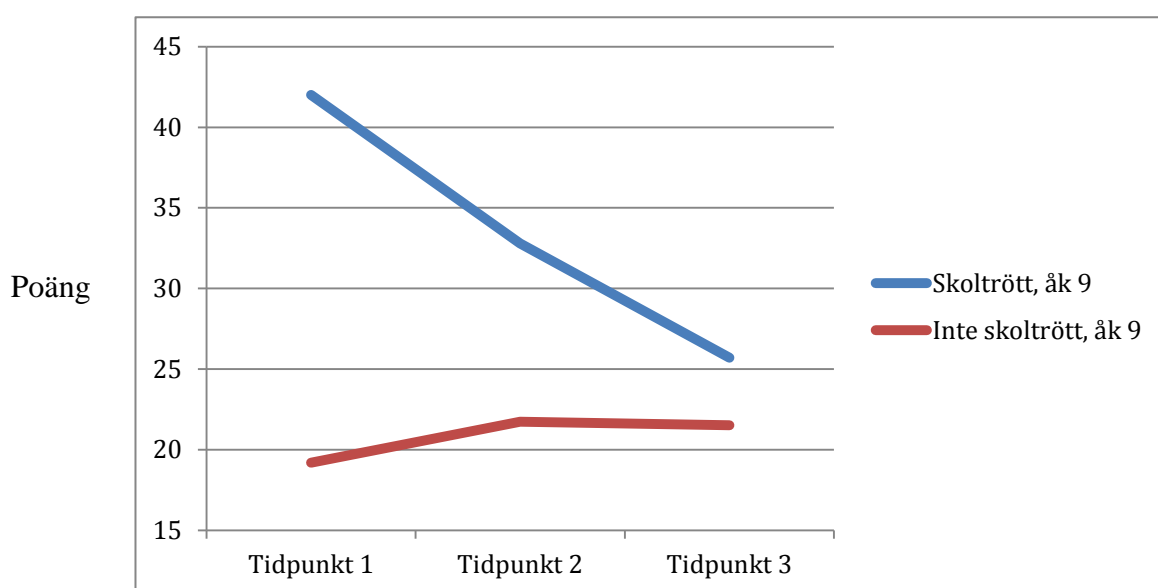
I detta kapitel presenteras studiens resultat. Resultatet för varje forskningsfråga presenteras skilt för sig och tydliggörs med stöd av tabeller och figurer. Totalt presenteras två figurer och fem tabeller i samband med resultatredovisningen.

4.1 Utveckling av skoltrötthet

För att undersöka hur skoltrötthet utvecklas hos ungdomar som är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen i jämförelse med ungdomar som inte är skoltrötta har en tvåvägs-mixed ANOVA utförts. Inledningsvis kontrolleras om kraven för homogenitet och sfäriskhet uppfylls. Utgående från analysen kan konstateras att dessa antaganden uppfylls, eftersom signifikansvärdet för varianserna inom grupperna är lika ($p > 0,05$, $p_1 = 0,274$, $p_2 = 0,246$, $p_3 = 0,479$) och för att variationerna i mellantidspunkterna är lika ($p > 0,005$, $p = 0,206$).

Eftersom varianserna inom grupperna och variationerna i mellantidspunkts-differenserna är lika kontrolleras signifikansvärdet och effektstorleken för inomgruppsfaktorn samt mellangruppsfaktorn. Resultatet för inomgruppsfaktorn visar att det finns en signifikant skillnad mellan resultaten över tid, $F(2, 219)=9,70$, $p < 0,001$, $\eta_p^2 = 0,043$. Resultaten för mellangruppsfaktorn visar att det finns en signifikant skillnad mellan skoltrötta elever och inte skoltrötta elever i årskurs nio, $F(1, 219)=60,62$, $p < 0,001$, $\eta_p^2 = 0,218$. Likaså finns det en signifikant skillnad i utvecklingen av skoltrötthet mellan elever som i årskurs nio är skoltrötta respektive inte skoltrötta vid de olika datainsamlingstillfällena eftersom interaktionseffekten (tid x grupp) är signifikant, $F(2, 219)=17,68$, $p < 0,001$. Effektstorleken är moderat ($\eta_p^2 = 0,075$). I figur 9 presenteras utvecklingen av skoltrötthet hos skoltrötta elever i årskurs nio i jämförelse med elever som inte är skoltrötta i årskurs nio. I figur 9 anges medelvärdet i skoltrötthetstestet för respektive grupp vid varje datainsamlings-tillfälle. Figuren visar att det finns skillnader i medelvärdet i skoltrötthetstestet för

respektive grupp. Medelvärdet i skoltrötthetstestet för skoltrötta elever i årskurs nio är 42,0 poäng, medan medelvärdet vid det andra datainsamlingstillfället för skoltrötta elever i årskurs nio är 32,8 poäng. Medelvärdet i skoltrötthetstestet, för skoltrötta elever i årskurs nio, vid det tredje datainsamlingstillfället är 25,7 poäng. Medelvärdet i skoltrötthetstestet för elever som inte är skoltrötta i årskurs nio är 19,2 poäng. Medelvärdet i skoltrötthetstestet vid det andra datainsamlingstillfället för elever som inte är skoltrötta i årskurs nio är 21,7 poäng, medan medelvärdet vid det tredje datainsamlingstillfället är 21,5 poäng.



Figur 9. Utveckling av skoltrötthet hos elever i årskurs nio.

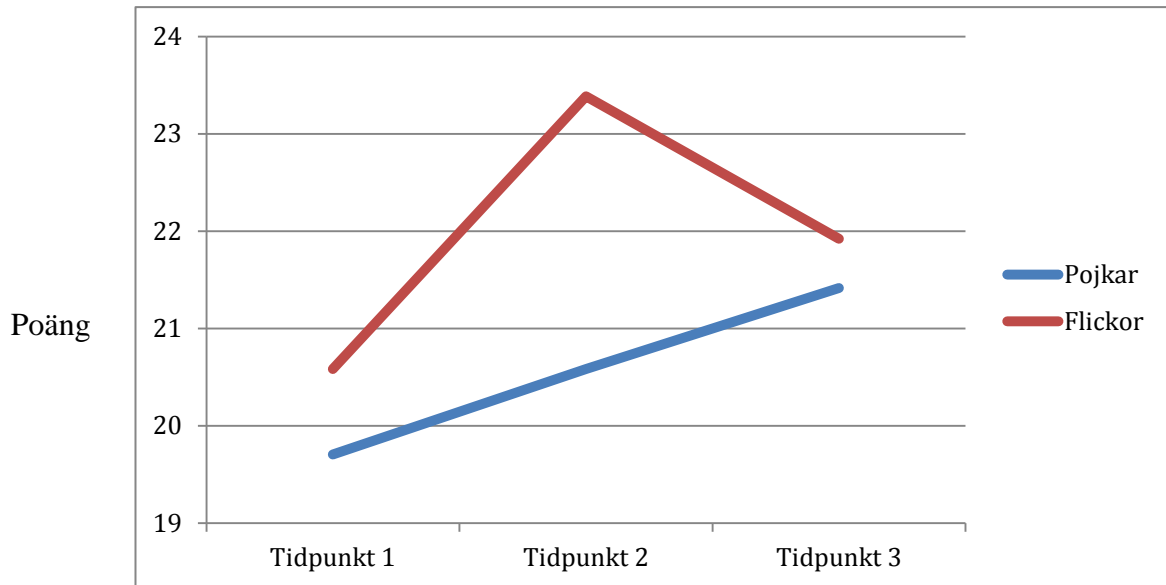
Ur figur 9 kan avläsas att medelvärdet i skoltrötthetstestet för elever som är skoltrötta i årskurs nio sjunker vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället i jämförelse med medelvärdet från det första datainsamlingstillfället. Dessutom visar figuren att medelvärdet i skoltrötthetstestet för elever som inte är skoltrötta i årskurs nio är högre vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället i jämförelse med det första datainsamlingstillfället.

4.2 Skillnader mellan flickors och pojkars utveckling av skoltrötthet

Inledningsvis har en tvåvägs-mixed ANOVA utförts för att ta reda på hur utvecklingen av skoltrötthet skiljer sig mellan flickor och pojkar. Först kontrolleras om varianserna inom grupperna är lika och om variationen i mellantidspunktsdifferenserna är lika. Resultaten visar att varianserna inom grupperna inte är lika ($p_1 = 0,261$, $p_2 = 0,052$, $p_3 = 0,020$), men att kravet för sfäriskhet uppfylls, eftersom signifikansvärdet är över 0,05 ($p = 0,054$).

Resultatet för inomgruppsfaktorn indikerar att det finns en signifikant skillnad mellan resultaten i skoltrötthetstestet över tid, $F(2, 219)=3,97$, $p < 0,05$, $\eta_p^2 = 0,018$. Däremot visar resultaten för mellangruppsfaktorn att det inte finns en signifikant skillnad mellan poängresultatet i skoltrötthetstesten för flickor och pojkar ($p = 0,074$). Resultaten visar även att det inte finns en signifikant skillnad i utvecklingen av skoltrötthet mellan flickor och pojkar vid de olika datainsamlingstillfällena ($p = 0,212$), eftersom interaktionseffekten (tid x kön) inte är signifikant.

I följande figur (figur 10) presenteras medelvärdet för flickor och pojkar i skoltrötthetstestet vid alla tre datainsamlingstillfällena. Medelvärdet i skoltrötthetstestet för flickor vid det första datainsamlingstillfället är 20,6 poäng, medan medelvärdet för pojkar är 19,7 poäng. Medelvärdet i skoltrötthetstestet för flickor vid det andra datainsamlingstillfället är 23,4 poäng, medan medelvärdet för pojkar är 20,6 poäng. Vid det tredje datainsamlingstillfället visar resultaten att flickornas medelvärde i skoltrötthetstestet är 21,9 poäng, medan pojkarnas är 21,4 poäng. Figuren visar att medelvärdet är högre för flickor än för pojkar vid alla tre datainsamlingstillfällena. Dessutom visar resultaten att pojkarnas medelvärde i skoltrötthetstestet stiger från det första till det andra datainsamlingstillfället, och även från det andra till det tredje datainsamlingstillfället. Flickornas medelvärde i skoltrötthetstestet stiger i sin tur från det första till det andra datainsamlingstillfället, men sjunker från det andra till det tredje datainsamlingstillfället.



Figur 10. Medelvärdet i skoltrötthetstestet för flickor och pojkar vid tre datainsamlingstillfällena.

Resultaten visar att det inte finns en signifikant interaktionseffekt mellan kön och tid. Dessutom är medelvärdet i skoltrötthetstestet för flickor och pojkar vid det tredje datainsamlingstillfället relativt lika. Det innebär att resultaten i denna studie inte påverkas av att homogenitetskravet inte kan uppfyllas.

Tre korstabuleringar har även utförts för att åskådliggöra hur fördelningen av skoltrötthet ser ut för flickor och pojkar vid alla tre datainsamlingstillfällena. Resultaten visar (tabell 2) att 41 flickor och 32 pojkar är skoltrötta vid det första datainsamlingstillfället. Den motsvarande procentandelen skoltrötta flickor vid det första datainsamlingstillfället är 9,3 %, medan andelen skoltrötta pojkar är 7,7 %. Ett χ^2 - test har utförts i samband med varje korstabulering, och resultaten visar att det inte finns ett signifikant samband mellan kön och skoltrötthet vid det första datainsamlingstillfället, $\chi^2(1, 860)=0,726, p = 0,394$.

Tabell 2

Fördelning av skoltrötthet enligt kön vid det första datainsamlingstillfället

Korstabell					
			Kön		Totalt
			Flickor	Pojkar	
Skoltrötthet	0	Antal	401	386	787
		Andel (%)	90,7 %	92,3 %	91,5 %
	1	Antal	41	32	73
		Andel (%)	9,3 %	7,7 %	8,5 %
Total		Antal	442	418	860
		Andel (%)	51,4 %	48,6 %	100 %

Korstabellen för det andra datainsamlingstillfället presenteras i tabell 3. Procentandelen skoltrötta flickor vid det andra datainsamlingstillfället är 5,6 % ($n=39$), medan andelen skoltrötta pojkar är 4,0 % ($n=28$). Resultaten från χ^2 -testet visar att det inte finns ett signifikant samband mellan skoltrötthet och kön vid det andra datainsamlingstillfället, $\chi^2(1, 692)=2,291$, $p = 0,130$. Resultaten för det tredje datainsamlingstillfället (tabell 4) visar att 4,6 % ($n=19$) av flickorna är skoltrötta, medan endast 0,7 % ($N=3$) av pojkarna är skoltrötta. Resultatet från χ^2 -testet visar att det finns ett signifikant samband, $\chi^2(1, 412)=7,318$, $p = 0,007$, mellan kön och skoltrötthet vid det tredje datainsamlingstillfället, men effektstorleken för sambandet är svagt ($C = 0,133$).

Tabell 3

Fördelning av skoltrötthet enligt kön vid det andra datainsamlingstillfället

Körstabel					
			Kön		Totalt
			Flickor	Pojkar	
Skoltrötthet	0	Antal	303	322	625
		Andel (%)	43,8 %	46,5 %	90,3 %
	1	Antal	39	28	67
		Andel (%)	5,6 %	4,0 %	9,7 %
Total		Antal	342	350	692
		Andel (%)	49,4 %	50,6 %	100 %

Tabell 4

Fördelning av skoltrötthet enligt kön vid det tredje datainsamlingstillfället

Körstabel					
			Kön		Totalt
			Flickor	Pojkar	
Skoltrötthet	0	Antal	223	167	390
		Andel (%)	54,1 %	40,5 %	94,7 %
	1	Antal	19	3	22
		Andel (%)	4,6 %	0,7 %	5,3 %
Total		Antal	242	170	412
		Andel (%)	58,7 %	41,3 %	100 %

4.3 Stabilitet i utvecklingen av skoltrötthet

För att ta reda på hur stabil skoltrötthet är bland ungdomar har metoden Configural Frequency Analysis (CFA) använts. Resultaten presenteras i tabellerna 5 och 6. Tabellerna anger olika sifferkombinationer för respondenterna beroende på respondenternas svar vid varje datainsamlingstillfälle. Siffran 1 indikerar att respondenten är skoltrött, medan siffran 0 innebär att respondenten inte är skoltrött. Sifferkombinationen 000 innebär att respondenten inte är skoltrött vid något datainsamlingstillfälle, medan sifferkombinationen 111 innebär att respondenten är skoltrött vid varje datainsamlingstillfälle. I tabell 5 kan utläsas antalet respondenter tillhörande varje grupp med en specifik sifferkombination och procentandelen som tillhör gruppen, utgående från hela samplet i studien. Tabellen anger även en giltig procent, det vill säga procentandelen respondenter som tillhör en viss grupp utgående från antalet respondenter som besvarade alla tre skoltrötthetstest.

Ur tabell 5 kan avläsas att 219 respondenter svarade på alla tre skoltrötthetstest. Av dessa 219 respondenter hör 187 respondenter till gruppen med sifferkombinationen 000, som innebär att respondenterna inte är skoltrötta vid de tre datainsamlingstillfällena. Det innebär att 85,4 % av respondenterna inte är skoltrötta under de tre datainsamlingstillfällena. Den näst största gruppen med 5,5 % av respondenterna har sifferkombinationen 010, och det innebär att respondenterna tillhörande denna grupp är skoltrötta vid det andra datainsamlingstillfället. Sifferkombinationen 111 (0,9 %) och 011 (0,9 %) förekommer mest sällan bland respondenterna.

Tabell 5
Stabilitetsindex för skoltrötthet

Stabilitetsindex			Antal (N)	Procent %	Giltig procent %
		000	187	16,2	85,4
		001	8	0,7	3,7
		010	12	1	5,5
		011	2	0,2	0,9
		100	5	0,4	2,3
		110	3	0,3	1,4
		111	2	0,2	0,9
	Totalt		219	19	100
	Bortfall		935	81	
Totalt			1154	100	

Om de olika sifferkombinationerna förekommer oftare än förväntat av slumpen tyder det på *typer av stabilitet* i resultatet. Ifall sifferkombinationerna förekommer mer sällan än förväntat av slumpen tyder det på *antityper av stabilitet* i resultatet. I tabell 6 presenteras de fall där *typer* eller *antityper* förekommer. Tabellen anger det observerade värdet (o), det vill säga antalet respondenter som förekommer i respektive grupp för sifferkombination. I tabellen framgår även det förväntade värdet (e), z-värdet och signifikansvärdet. Resultatet i tabell 6 visar att sifferkombinationen 111 förekommer oftare än slumpen, vilket tyder på *typer av stabilitet*. Det innebär att skoltrötthet är stabilt över tid och att det finns fler respondenter än förväntat av slumpen som är skoltrötta vid alla tre datainsamlingstillfällena.

Tabell 6

Stabilitet i skoltrötthet

Stabilitet					Typ/Antityp
	o	e*	z**	p(z)***	
000	187	180,4090824	1,168950684	0,2424	
001	8	10,45849753	-0,779042114	0,436	
010	12	17,13886283	-1,292920208	0,196	
011	2	0,993557265	1,01199883	0,3115	
100	5	8,632013511	-1,261315208	0,2072	
110	3	0,820041284	2,411820824	0,0159	
111	2	0,047538625	8,955839131	0,0001	Typ

von Eye, Spiel, & Wood, 1996, *s. 306, **s. 310
 ***critical value with Bonferroni correction: 0,05/7

5 Diskussion

I detta kapitel diskuteras val av metod och studiens resultat. Inledningsvis diskuteras de metodval som gjorts inför denna studie och även de val som gjorts av ledningsgruppen för VVV-projektet vid insamlingen av data. Därefter diskuteras studiens resultat, och varje forskningsfråga diskuteras skilt för sig. Avslutningsvis lyfts några slutsatser fram och även möjliga förslag till fortsatt forskning.

5.1 Metoddiskussion

Det centrala syftet med studien var att undersöka hur skoltrötthet utvecklas hos skoltrötta ungdomar. Studien utgick från färdiginsamlade data, som tillhör projektet *Vem Väljer Vad?* (VVV). Metoddiskussionen baserar sig därför på de val som ledningsgruppen för VVV-projektet har gjort för att samla in material och även de metodval som gjorts i denna studie.

I denna studie har en kvantitativ forskningsmetod använts. Olsson och Sörensen (2011, s.18–19) skriver att kvantitativ forskning är lämplig vid ett stort antal respondenter för att få ett generaliserbart resultat. Eftersom avsikten med denna studie var att få generaliserbar kunskap om hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar var det ändamålsenligt att utföra en kvantitativ studie. Ursprungligen deltog 1154 elever från 14 olika skolor med regional spridning i VVV-projektet.

Enkäter användes som datainsamlingsmetod i VVV-projektet och enkäterna utformades av ledningsgruppen för projektet. Enligt Ejvegård (2009, s. 55) är en fördel vid användning av enkät som datainsamlingsmetod att forskaren når många respondenter samtidigt. Enligt Eliasson (2010, s. 42–43) är det lönsamt att göra en pilotundersökning före enkäten skickas ut till respondenterna och detta gjorde även ledningsgruppen för VVV-projektet, innan den första enkäten skickades ut. Pilotundersökningen i VVV-projektet medförde inte några större förändringar, men

ledningsgruppen kunde utgående från pilotundersökningen uppskatta hur lång tid det skulle ta för eleverna att besvara enkäten. Enkäterna i VVV-projektet bestod av flera sektioner av frågor och påståenden, och mätinstrumentet *School Burnout Inventory* (SBI) användes för att mäta skoltrötthet vid alla tre datainsamlingstillfällen. SBI består av nio påståenden, och har utformats från mätinstrumentet *Nuorten koulu-uupumusmittari* (BBI-10), som består av tio påståenden. Forskning visar att mätinstrumentet SBI har hög validitet och reliabilitet samt att ett mätinstrument med nio påståenden lämpar sig bättre vid mätning av skoltrötthet än BBI-10 med tio påståenden (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). I denna studie har även reliabiliteten för mätinstrumentet testats med hjälp av Chronbach's alfa och resultaten visade att de olika variablerna i skoltrötthetstestet har en hög reliabilitet. Dessutom är SBI ett känt mätinstrument som har använts i flertal studier.

Andra aspekter som kan ha inverkat på studiens reliabilitet och validitet är insamlingen av data. Eftersom denna studie baseras på färdiginsamlade data från VVV-projektet har jag inte haft möjlighet att påverka genomförande av datainsamlingen. Däremot har medlemmarna i ledningsgruppen för VVV-projektet intygat att de omsorgsfullt behandlat det insamlade materialet, och följt etiska aspekter som bör beaktas i vetenskaplig forskning. Patel och Davidson (2011, s. 62–63) lyfter fram fyra forskningsetiska krav som bör beaktas i vetenskaplig forskning: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Dessa krav har följts vid insamling och bearbetning av data.

Vid det första datainsamlingstillfället, våren 2008, var respondenterna niondeklassare och besvarade enkäten i skolan. Detta bidrog till ett minimerat antal bortfall. Vid det andra datainsamlingstillfället, hösten 2010, kontaktades alla finlandssvenska skolor på andra stadiet för att få tag på respondenterna som deltog i det första datainsamlingstillfället. Av 1154 respondenter fick ledningsgruppen för VVV-projektet tag i 1024, och dessa respondenter fick besvara den andra enkäten. Vid det tredje datainsamlingstillfället kontaktades respondenterna per telefon, och därefter skickades en elektronisk enkät till dem som ville delta i undersökningen. Det visade sig att den elektroniska enkäten inte kunde kopplas ihop med respondentens tidigare svar, vilket ledde till att en ny enkät skickades ut. Eftersom svaren från den första elektroniska enkäten inte kunde användas fick respondenterna besvara samma enkät

en gång till och det kan möjligen vara en orsak till det stora bortfallet vid det tredje datainsamlingstillfället.

Avsikten med denna studie var att få generaliserbar kunskap om hur skoltrötthet utvecklas hos skoltrötta ungdomar. Som tidigare nämnt var det ursprungliga samplet stort ($N=1154$), men det bör påpekas att endast 219 elever besvarade skoltrötthetstestet vid alla tre datainsamlingstillfällena. Det innebär att även bortfallet var stort. Resultatens generaliserbarhet bör därför diskuteras, eftersom bortfallet kan ha påverkat studiens generaliserbarhet (Olsson & Sörensen, 2011, s. 18–19). Utgående från bortfallsanalysen (kap. 3.3.2) framkommer det däremot att skoltrötthet inte påverkade svarsprocenten bland respondenterna i hög grad. Av respondenterna som var skoltrötta i årskurs nio svarade 10 % färre på skoltrötthetstestet vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället, än respondenterna som inte var skoltrötta i årskurs nio. Svarprocenten var i sin tur jämn vid det tredje datainsamlingstillfället för de respondenter som var skoltrötta vid andra stadiets utbildning i jämförelse med de som inte var skoltrötta.

Skoltrötthet har genomgående varit studiens fokus, men det bör ändå påpekas att ett litet antal ($N=28$) av respondenterna vid det tredje datainsamlingstillfället besvarade ett arbetsutbrändhetstest istället för skoltrötthetstestet. Detta beror på att en del av respondenterna vid det tredje datainsamlingstillfället arbetade. Däremot definieras skoltrötthet och arbetsutbrändhet utgående från samma tre dimensioner och motsvarar därför varandra (Maslach & Leiter, 2001, s. 31–32; Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11). Skoltrötthet och arbetsutbrändhet uppstår i olika kontexter, men dessa kontexter är jämförbara med varandra (Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen & Nurmi, 2009). Valet att inkludera respondenterna som arbetade vid det tredje datainsamlingstillfället i studien gjordes på grund av att få ett större sampel.

Enligt Eliasson (2010, s. 14–17) ökar studiens reliabilitet om studiens resultat kan upprepas i liknande förhållanden som ursprungsstudien. Som forskare har jag strävat efter att omsorgsfullt beskriva analysförfarandet i metodkapitlet för att öka på studiens reliabilitet. De krav som fordrades för analysförfarandet kunde även uppfyllas i alla analyser förutom en. Homogenitetskravet, det vill säga att varianserna inom grupperna är lika, kunde inte uppfyllas i analysen om skillnader

mellan flickors och pojkars utveckling av skoltrötthet. Eftersom resultaten visade att det inte fanns någon signifikant interaktionseffekt mellan kön och tid samt eftersom medelvärdet för flickor och pojkar i skoltrötthetstestet vid det tredje datainsamlingstillfället var relativt lika påverkades inte resultaten av att homogenitetskravet inte kunde uppfyllas. Vidare har även analysmetoderna varit välmotiverade för att få svar på studiens forskningsfrågor. Därtill finns en tydlig struktur för presentationen av resultaten till varje enskild forskningsfråga.

5.2 Resultatdiskussion

5.2.1 Utveckling av skoltrötthet

Avsikten med den första forskningsfrågan var att undersöka hur skoltrötthet utvecklas hos skoltrötta ungdomar i slutet av den grundläggande utbildningen i jämförelse med ungdomar som inte är skoltrötta i årskurs nio. Resultaten i denna studie påvisar att det finns en signifikant skillnad mellan medelvärdet i skoltrötthetstesten för de elever som är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen och de elever som inte är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen. Det som däremot är intressant, och även positivt, är att medelvärdet i skoltrötthetstestet för de elever som i årskurs nio är skoltrötta sjunker med nästan tio poäng från det första till det andra datainsamlingstillfället, och omkring sju poäng från det andra till det tredje datainsamlingstillfället. Vid granskning av skoltrötta elever i årskurs nio, på gruppnivå, kan det konstateras att skoltröttheten avtar, eftersom medelvärdet drastiskt sjunker.

Resultaten i denna studie visar att medelvärdet i skoltrötthetstestet stiger för elever som inte är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen, men endast med något enstaka poäng från det första till det andra datainsamlingstillfället. Vid det tredje datainsamlingstillfället är medelvärdet för de elever som inte är skoltrötta i slutet av den grundläggande utbildningen ungefär lika som vid det andra datainsamlingstillfället. Vid granskning av elever som inte är skoltrötta i årskurs nio, på gruppnivå, kan det konstateras att utvecklingen ser ut att hållas stabil.

Forskningsfråga tre svarar i sin tur på hur utvecklingen av skoltrötthet ser ut utgående från en personorienterad ansats.

Utgående från resultaten för skoltrötthet i skolhälsoundersökningen läsåret 2013, gjord av Institutet för hälsa och välfärd (2013), kan konstateras att 12,5 % av åttonde- och niondeklassarna var skoltrötta år 2013, medan ungefär 9 % av studerandena vid andra stadiets utbildning var skoltrötta. Eftersom resultaten i denna studie visar att medelvärdet i skoltrötthetstestet för gruppen med skoltrötta elever i årskurs nio avtar från det första till det andra datainsamlingstillfället stämmer det överens med resultaten från skolhälsoundersökningen, som visar att andelen skoltrötta elever vid andra stadiets utbildning är mindre än andelen skoltrötta elever i slutet av den grundläggande utbildningen.

Salmela-Aro och Upadyaya (2014) har i sin studie undersökt hurdana banor skoltrötthet kan utvecklas i. Vid övergången från årskurs nio till gymnasiet visade resultaten att fyra olika grupper kunde identifieras. Dessa olika grupper var låg och stabil nivå av skoltrötthet (60 %), ökande skoltrötthet (29 %), kraftigt ökande skoltrötthet (3 %) och mycket kraftigt ökande skoltrötthet (8 %). Under gymnasietiden visade resultaten att två möjliga grupper av utveckling av skoltrötthet kunde identifieras. Till gruppen med moderat och något sjunkande skoltrötthet hörde 94 %, medan 6 % upplevde kraftigt ökande skoltrötthet. Utgående från resultaten i denna studie kan det konstateras att det hittas likheter med Salmela-Aros och Upadyayas studie, eftersom medelvärdet i skoltrötthetstestet tydligt sjunker för gruppen med skoltrötta elever från årskurs nio till andra stadiets utbildning och därtill efter andra stadiets utbildning.

Sammanfattningsvis kan påpekas att medelvärdet i skoltrötthetstestet för gruppen med skoltrötta elever i årskurs nio sjunker under en period på fem år. Utvecklingen för skoltrötta elever i årskurs nio ser därför positiv ut på gruppnivå. Utvecklingen för elever som inte är skoltrötta i årskurs nio ser även relativt positiv ut, eftersom medelvärdet i skoltrötthetstestet nästan hålls samma under en femårsperiod.

5.2.2 Skillnader mellan flickors och pojkars utveckling av skoltrötthet

Det övergripande syftet med studien var att undersöka hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar, och avsikten med den andra forskningsfrågan var att undersöka könsskillnader i utvecklingen av skoltrötthet. Resultaten i denna studie visar att det inte finns signifikanta könsskillnader i utvecklingen av skoltrötthet. Vidare visar resultaten att medelvärdet i skoltrötthetstestet är aningen högre för flickor än för pojkar vid alla tre datainsamlingstillfällena. Även procentandelen skoltrötta flickor är större vid alla datainsamlingstillfällena än procentandelen skoltrötta pojkar. Positivt är att procentandelen skoltrötta flickor och pojkar minskar under en tvåårsperiod och även under en femårsperiod. Det som däremot är anmärkningsvärt är att medelvärdet i skoltrötthetstestet för pojkar aningen ökar från det första datainsamlingstillfället till det andra datainsamlingstillfället, och även från det andra till det tredje datainsamlingstillfället. Även flickornas medelvärde i skoltrötthetstestet ökar från det första till det andra datainsamlingstillfället, men sjunker aningen från det första till det tredje datainsamlingstillfället. För flickornas del är medelvärdet i skoltrötthetstestet vid det tredje datainsamlingstillfället ändå högre än vid det första datainsamlingstillfället. Anmärkningsvärt är att flickornas medelvärde i skoltrötthetstestet är som högst vid det andra datainsamlingstillfället. Oroväckande för pojkarnas del är att medelvärdet i skoltrötthetstestet ser ut att öka successivt från det första till det tredje datainsamlingstillfället. Men det bör tas i beaktande att ökningen är liten.

Tidigare forskning har visat, såsom denna studie indikerar, att skoltrötthet är vanligare hos flickor än hos pojkar (Salmela-Aro, Kiuru & Nurmi, 2008; Salmela-Aro & Tynkkynen, 2012). Enligt statistiken från skolhälsoundersökningen läsåret 2013 förekommer skoltrötthet hos 14 % av flickorna i slutet av den grundläggande utbildningen och i gymnasiet, medan motsvarande procentandel för pojkar är 11 % i slutet av den grundläggande utbildningen och 7 % i gymnasiet (Institutet för hälsa och välfärd, 2013). Endast 6 % av pojkarna i yrkesskolor var skoltrötta läsåret 2013, medan motsvarande andel flickor var 10 %.

Tidigare forskning visar dessutom att valet av studieinriktning är en bidragande faktor till skoltrötthet, och att studier vid gymnasium kan ha en avgörande roll vid

utvecklingen av skoltrötthet (Salmela-Aro, Kiuru & Nurmi, 2008; Salmela-Aro & Tynkkynen, 2012). Andelen flickor som väljer att studera vid gymnasium är dessutom fler än andelen pojkar. År 2014 var andelen flickor som studerade vid gymnasier 57 % (Statistikcentralen, 2015). Dessutom skriver Salmela-Aro (2013, s. 165) att över 20 % av flickorna i slutskedet av gymnasiet är skoltrötta, eftersom pressen inför studentskrivningarna ökar i slutskedet av gymnasietiden. Detta kan möjligtvis förklara flickornas förhöjda medelvärde i skoltrötthetstestet vid det andra datainsamlingstillfället. Dessutom visar forskning att flickor vanligtvis har högre skolprestationer, men att lågpresterande elever löper större risk för att bli skoltrötta än högpresterande elever (Salmela-Aro, Kiuru och Nurmi, 2008). Att flickor ofta presterar bättre än pojkar i skolan, men ändå oftare är skoltrötta än pojkar kan möjligtvis förklaras med att flickor överlag känner större press än pojkar i fråga om skola i det västerländska samhället (Murberg & Bru, 2004).

Sammanfattningsvis kan konstateras att skoltrötthet är vanligare hos flickor än hos pojkar, men att utvecklingen av skoltrötthet inte skiljer sig mellan kön. Dessutom tyder resultaten på att andelen skoltrötta elever eller studerande avtar under en tidsperiod på fem år.

5.2.3 Stabilitet i utvecklingen av skoltrötthet

De två första forskningsfrågorna har fokuserat på utvecklingen av skoltrötthet ur ett grupperspektiv. Den tredje forskningsfrågan har i sin tur en individorienterad ansats, och avsikten med forskningsfrågan är att undersöka hur stabil skoltrötthet är bland skoltrötta ungdomar. Resultaten visar att den överlägset största andelen respondenter, 85,4 %, inte är skoltrötta under de tre datainsamlingstillfällena. Detta är positivt, men det innebär att 14,6 % av respondenterna är skoltrötta vid ett eller flera tillfällen under en period på fem år. Över en tredjedel av respondenterna som är skoltrötta vid ett eller flera tillfällen är endast skoltrötta vid det andra datainsamlingstillfället. Det innebär att dessa respondenter är skoltrötta vid andra stadiets utbildning. Speciellt skolövergångar kan vara utmanande för många unga eftersom livssituationen förändras (Salmela-Aro, 2013, s. 166), och det kan vara en möjlig orsak till att en

stor del av respondenterna är skoltrötta vid andra stadiets utbildning. Resultaten visar dessutom att färst respondenter är skoltrötta vid varje datainsamlingstillfälle eller skoltrötta vid det andra och det tredje datainsamlingstillfället. Men resultaten visar att flera respondenter än förväntat av slumpen är skoltrötta vid alla tre datainsamlingstillfällen.

Det finns få longitudinella personorienterade studier om stabilitet i skoltrötthet. Tuominen-Soini och Salmela-Aro (2014) har i sin studie undersökt hurdana profiler av engagemang och skoltrötthet som kan identifieras i gymnasiet och även bland samma respondenter sex år senare. I studien kunde fyra olika grupper av elever med olika profiler för skolengagemang och skoltrötthet identifieras i gymnasiet. Dessutom kunde fyra liknande profiler för skolengagemang och skoltrötthet identifieras bland respondenterna i ung vuxen ålder. Nästan 70 % av respondenterna visade ha ett stabilt mönster av engagemang och skoltrötthet från ungdom till ung vuxen ålder. Resultaten i denna studie visar att totalt 86,3 % av respondenterna visar ett stabilt mönster i sin utveckling, då skoltrötthet undersökts. Av dessa 86,3 % av respondenterna, som visar ett stabilt mönster, är 85,4 % inte skoltrötta under en femårsperiod, medan 0,9 % av respondenterna är stabilt skoltrötta över tid. Resultaten i Tuominen-Soinis och Salmela-Aros (2014) studie visar att skoltrötthet *kan* kvarstå från ungdom till ung vuxen ålder, och det uppvisar även resultaten i denna studie.

Skoltrötthet definieras utgående från samma dimensioner som utbrändhet, men skoltrötthet är sammankopplat med skolan, medan utbrändhet förknippas med arbetsrelaterade problem (Maslach & Leiter, 2001, s. 31–32; Salmela-Aro & Näätänen, 2005, s. 11–12). Stabilitet i arbetsutbrändhet har undersökts i större utsträckning än skoltrötthet. Forskning om arbetsutbrändhet har visat att ungefär en fjärdedel av utbrända läkare visar ett stabilt mönster av utbrändhet efter en period på tio år (Schaufeli, Maassen, Bakker & Sixma, 2011). Men det bör tas i beaktande att utbrändhet är mer allmänt förekommande bland läkare än bland andra yrkesgrupper. Leone, Huibers, Knottnerus och Kant (2008) har i sin studie kunnat konstatera att endast 34 % av arbetare, inom olika yrkesbranscher, hade återhämtat sig från en svår utbrändhet vid testning tre år senare. Det innebär att 66 % av arbetarna med svår utbrändhet fortfarande var utbrända efter en period på tre år. Resultaten från denna

studie indikerar att endast en liten andel av respondenterna har ett stabilt mönster av skoltrötthet under en tidsperiod på fem år. Resultaten från denna studie är därför positiva i jämförelse med forskning om stabilitet i arbetsutbrändhet.

5.3 Slutsatser och förslag till fortsatt forskning

Syftet med denna studie har varit att undersöka hur skoltrötthet utvecklas bland ungdomar. Tidigare forskning har visat att skoltrötthet kan kvarstå från ungdom till ung vuxen ålder (Tuominen-Soini & Salmela-Aro, 2014), men forskning om stabilitet i skoltrötthet saknas i större grad. Det mest centrala resultatet i denna studie är att andelen elever som visar ett stabilt mönster av skoltrötthet under en period på fem år är liten. Resultaten i denna studie visar att under en procent av finlandssvenska elever som i årskurs nio är skoltrötta, fortfarande är skoltrötta två år senare och även tre år efter det. Det centrala resultatet i denna studie är därför positivt. Därtill visar resultaten i studien att andelen skoltrötta elever avtar under en tidsperiod på fem år, och även detta resultat är positivt. Könsskillnader i utvecklingen av skoltrötthet har också undersökts, och utgående från resultaten kan konstateras att utvecklingen av skoltrötthet inte skiljer sig signifikant mellan flickor och pojkar.

Resultaten i denna studie visar att andelen ungdomar som visar ett stabilt mönster av skoltrötthet är liten, men resultaten visar ändå att *det finns* ungdomar som är skoltrötta en lång period. Dessa ungdomar behöver identifieras och dessa ungdomar behöver få hjälp för att skoltrötthetens onda cirkel ska brytas. Ifall skoltrötta ungdomar inte får hjälp finns det risk för att ungdomarnas psykiska välmående ytterligare försämras (Salmela-Aro, 2008, s. 239), och då finns det risk för att ungdomarna marginaliseras (Salmela-Aro & Tuominen-Soini, 2013, s. 254). Marginalisering bland ungdomar är ett problem i Finland och enligt Myrskylä (2012) är utbildning det främsta sättet att förebygga marginalisering och få ungdomar tillbaka till arbetsmarknaden. För att ungdomar ska trivas i skolan har lärare en betydande roll. Lärare har bland annat möjlighet att motivera och stöda eleverna i sitt

lärande, och dessa faktorer förebygger skoltrötthet visar resultaten i en studie av Salmela-Aro, Kiuru, Pietikäinen och Jokela (2008).

Resultaten i denna studie kan även påvisa att skoltrötthet är ett fenomen som förekommer bland ungdomar och att ungefär 15 % av ungdomarna i åldern 15–21 år är skoltrötta vid ett eller flera tillfällen under sin studietid. Eftersom skoltrötthet motsvarar arbetsutbrändhet, men är förknippat med skolan, är skoltrötthet ett allvarligt problem som bör tas tag i. Jag anser att procentandelen ungdomar som är skoltrötta under sin studietid är stor, och att förebyggandet av skoltrötthet därför bör lyftas fram i skolor. Lärare har en betydande roll vid ungdomars utveckling av skoltrötthet. Därför behöver lärare vara medvetna om vilka tecken hos elever som tyder på skoltrötthet. Dessutom kan skoltrötthet leda till senare problem i livet om eleven inte får den hjälp han eller hon behöver. Skoltrötthet kan exempelvis leda till att elevens studier skjuts upp, till skolavbrott och till depression (Bask & Salmela-Aro, 2013; Salmela-Aro, Savolainen & Holopainen, 2009; Vasalampi, Salmela-Aro & Nurmi, 2009). Det är därför betydelsefullt att skoltrötthet förebyggs och att ungdomar som visar tecken på skoltrötthet får stöd i ett tidigt skede.

Sammanfattningsvis kan konstateras att denna studie har bidragit med ny forskning, men på grund av det stora bortfallet i denna studie är resultaten inte generaliserbara för elever i hela Svenskfinland. Ett förslag till fortsatt forskning är därför att utföra en ny studie med ett större sampel från hela Finland, och då använda samma analysmetoder som det har använts i denna studie för att få ett generaliserbart resultat. Det skulle även vara intressant att undersöka vilka gemensamma faktorer som hittas hos elever som visar ett stabilt mönster av skoltrötthet, för att i ett tidigt skede kunna stöda elever som är i riskzonen för att skapa ett stabilt mönster av skoltrötthet. Dessutom är ett annat förslag till fortsatt forskning att undersöka om andra stadiets studieeval, det vill säga studier vid gymnasium eller yrkesskola, påverkar stabiliteten i skoltrötthet. Är det möjligtvis flera gymnasiestuderande som visar ett stabilt mönster av skoltrötthet än studerande vid yrkesskola? Ett förslag till fortsatt forskning är även att undersöka om stabilitet i skoltrötthet leder till marginalisering, eftersom skoltrötthet kan leda till olika problem senare i livet som vidare kan leda till marginalisering.

Källförteckning

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilén, M. (2007). *Ungdomstiden*. Vammala: Vammalan kirjainpaine.

Arbetshälsoinstitutet (2015). *Työuupumuksen ennaltaehkäisy*. Hämtad 2 juli 2015, från http://www.ttl.fi/fi/tyohyvinvointi/tyouupumus/tyouupumuksen_ennaltaehkaisy/sivut/default.aspx

Bask, M. & Salmela-Aro, K. (2013). Burned out to drop out: Exploring the relationship between school burnout and school drop out. *European Journal of Psychology of Education*, 28(2), 511–528.

Bjereld, U., Demker, M. & Hinnfors, J. (2010). *Varför vetenskap?: om vikten av problem och teori i forskningsprocessen*. Lund: Studentlitteratur.

Dahmström, K. (2011). *Från datainsamling till rapport – att göra en statistisk undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Djurfeldt, G., Larsson, R. & Stjärnhagen, O. (2013). *Statistisk verktygslåda – samhällsvetenskaplig orsaksanalys med kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur.

Eliasson, A. (2010). *Kvantitativ metod från början*. Lund: Studentlitteratur.

Ejvegård, R. (2009). *Vetenskaplig metod*. Lund: Studentlitteratur.

Haapasalo, I. Välimaa, R., & Kannas, L. (2010). How comprehensive school students perceive their psychosocial environment. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 54(2), 133–150.

Harju-Luukkainen, H., Nissinen, K., Stolt, S., & Vettenranta, J. (2014). *PISA 2012: Resultatnivån för de svenskspråkiga skolorna i Finland*. Jyväskylä Universitet, Pedagogiska forskningsinstitutet. Hämtad 22 juni 2015, från <https://ktl.jyu.fi/julkaisut/julkaisuluettelo/julkaisut/2014/D111.pdf>

Huck, S. W. (2012). *Reading statistics and research*. Boston: Alley & Bacon.

Institutet för hälsa och välfärd (2011a). *Bergen Burnout Indicator 15*. Hämtad 2 juli 2015, från <http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/mittariversio/73/>

Institutet för hälsa och välfärd (2011b). *Klassifikation av sjukdomar ICD-10*. Hämtad 23 juli 2015, från <https://www.thl.fi/documents/10531/1449887/ICD-10.pdf/8091c7cc-fda6-4e86-8ef9-7790d8d6a1a2>

Institutet för hälsa och välfärd (2011c). *Maslachin yleinen työuupumuksen arviointimenetelmä*. Hämtad 2 juli 2015, från <http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/mittariversio/72/>

Institutet för hälsa och välfärd (2013). *Nuorten mielenterveys – koulu-uupumus*. Hämtad 17 mars 2014, från http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/aiheittain/mielenterveys#koulu-uupumus

Kiuru, N., Aunola, K., Nurmi, J-E., Leskinen, E. & Salmela-Aro, K. (2008). Peer group influence and selection in adolescents' school burnout. *Merrill-Palmer Quarterly*, 54(1), 23–55.

Korhonen, J., Linnanmäki, K. & Aunio, P. (2014). Learning difficulties, academic well-being and educational dropout: A person-centred approach. *Learning and Individual Differences*, 31, 1–10.

Kupari, P., Välijärvi, J., Andersson, L., Arffman, I., Nissinen, K., Puhakka, E. & Vettenranta, J. (2013). PISA12 Ensituloksia [Elektronisk version]. *Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2013:20*.

Langelaan, S., Bakker, A., van Doornen, L. & Schaufeli, W. (2006). Burnout and work engagement: Do individual differences make a difference? *Personality and Individual Differences* 40, 521–532.

Leone, S., Huibers, M., Knottnerus, J., & Kant, I. J. (2008). The prognosis of burnout and prolonged fatigue in the working population: A comparison. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 50, 1195–1201.

Li, Y., & Lerner, R. M. (2011). Trajectories of school engagement during adolescence: Implications for grades, depression, delinquency, and substance use. *Developmental Psychology*, 47, 233–247.

Luopa, P., Lommi, A., Kinnunen, T. & Jokela, J. (2010). *Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla - Koulu-terveyskysely 2000–2009*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 20/2010. Helsinki: Yliopistopaino.

Madsen, B. (2011). *Socialpedagogik: integration och inklusion i det moderna samhället*. Lund: Studentlitteratur.

Maslach, C. & Leiter M. (2001). *Sanningen om utbrändhet – Hur jobbet förorsakar personlig stress och vad man kan göra åt det*. Falun: AIT.

Murberg, T. A., & Bru, E. (2004). School-related stress and psychosomatic symptoms among Norwegian adolescents. *School Psychology International*, 25, 317–332.

Myrskylä, P. (2012). HUKASSA – keitä ovat syrjäytyneet nuoret? *Elinkeinoelämän valtuuskunta 2012:19*. Hämtad 27 juli 2015, från <http://www.eva.fi/wp-content/uploads/2012/02/Syrjaytyminen.pdf>

Nyroos, M., Korhonen, J., Peng, A., Linnanmäki, K., Svens-Liavåg, C., Bagger, A., & Sjöberg, G. (2015). Cultural and gender differences in experiences and expression of test anxiety among Chinese, Finnish and Swedish grade 3 pupils. *International Journal of School and Educational Psychology*, 3(1), 37–48.

OECD (2010). *PISA 2009 Results: Executive Summary*. Hämtad 22 juli 2015, från <http://www.oecd.org/pisa/pisaproducts/46619703.pdf>

OECD (2014). *PISA 2012 results: What students know and can do*. Hämtad 22 juli 2015, från <http://www.oecd.org/pisa/keyfindings/pisa-2012-results-volume-I.pdf>

Olsson, H. & Sörensen, S. (2011). *Forskningsprocessen: Kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber.

Pallant, J. (2007). *SPSS Survival Manual: A Step-by-Step Guide to Data Analysis using SPSS version 15*. Berkshire: Open University Press.

Patel, R. & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder. Att planera genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Salmela-Aro, K. (2008). Ajankohtaisia näkemyksiä nuorten koulu-uupumuksesta. I A. Lahikainen, R. Punamäki & T. Tamminen (Red.), *Kulttuuri lapsen kasvattajana* (s. 233–245). Helsinki: WSOY.

Salmela-Aro, K. (2010). Koulu-uupumus sosiaalisessa kontekstissa: koulu, koti ja kaveripiiri. *Psykologia*, 45(5–6), 448–459.

Salmela-Aro, K. (2012). *Koulu-uupumus*. Hämtad 29 juni 2015, från <http://www.nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/koulutus-tyo-ja-raha/koulu-uupumus>

Salmela-Aro, K. (2013). Koulu-uupumus ja -into koulutuksellisissa siirtymissä. I K. Pyhältö & E. Vitikka (Red.), *Oppiminen ja pedagogiset käytännöt varhaiskasvatuksesta perusopetukseen* (s. 164–172). Tampere: Juvenes Print.

Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E. & Nurmi, J-E. (2009). School burnout inventory (SBI) reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48–57.

Salmela-Aro, K., Kiuru, N. & Nurmi, J-E. (2008). The role of educational track in adolescents' school burnout: A longitudinal study. *British Journal of Educational Psychology*, 78, 663–689.

Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Pietikäinen, M. & Jokela J. (2008). Does school matter? The role of school context in adolescents' school-related burnout. *European Psychologist*, 13(1), 12–23.

Salmela-Aro, K & Näätänen, P. (2005). *Nuorten koulu-uupumusmittari BBI-10*. Helsinki: Edita.

Salmela-Aro, K., Savolainen, H. & Holopainen, L. (2009). Depressive symptoms and school burnout during adolescence: Evidence from two cross-lagged longitudinal studies. *J Youth Adolescence*, 38, 1316–1327.

Salmela-Aro, K. & Tuominen-Soini, H. (2013). Koulu-uupumuksesta innostukseen?. I J. Reivinen & L. Vähäkylä (Red.), *Ketä kiinnostaa? Lasten ja nuorten hyvinvointi ja syrjäytyminen* (s. 242–254). Helsinki: Gaudeamus.

Salmela-Aro, K. & Tynkkynen, L. (2012). Gendered pathways in school burnout among adolescents. *Journal of Adolescence*, 35, 929–939.

Salmela-Aro, K., Tynkkynen, L. & Vuori, J. (2011). Parents' work burnout and adolescents' school burnout: Are they shared?. *European Journal of Developmental Psychology*, 8(2), 215–227.

Salmela-Aro, K. & Upadyaya, K. (2012). The schoolwork engagement inventory: energy, dedication, and absorption (EDA). *European Journal of Psychological Assessment*, 28, 60–67.

Salmela-Aro, K. & Upadyaya, K. (2014). Developmental trajectories of school burnout: Evidence from two longitudinal studies. *Learning and Individual Differences*, 36, 60–68.

Schaufeli, W., Maassen, G., Bakker, A. & Sixma, H. (2011). Stability and change in burnout: A 10-year follow-up study among primary care physicians. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 248–267.

Schaufeli, W., Martinez, I., Pinto, A., Salanova, M. & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students: A crossnational study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481.

Scheel, M. J., Madabhushi, S. & Backhaus, A. (2009). The academic motivation of at-risk students in a counseling prevention program. *The Counseling Psychologist*, 37, 1147–1178.

Shin H., Lee J., Kim B., & Lee S. M. (2012). Students perceptions of parental bonding styles and their academic burnout. *Asia Pacific Education Review*, 13, 509–517.

Soini, T., Pietarinen, J. & Pyhältö, K. (2013). Oppimista ja hyvinvointia peruskoulun arjessa. I K. Pyhältö & E. Vitikka (Red.), *Oppiminen ja pedagogiset käytännöt varhaiskasvatuksesta perusopetukseen* (s. 131–145). Tampere: Juvenes Print.

Sprinthall, R. (2012). *Basic statistical analysis*. Boston: Alley & Bacon.

Statistikcentralen (2015). *Antalet studerande i gymnasieutbildning minskade något*. Hämtad 27 juli 2015, från https://www.stat.fi/til/lop/2014/lop_2014_2015-06-10_tie_001_sv.html

Tuominen-Soini, H. & Salmela-Aro, K. (2014). Schoolwork engagement and burnout among Finnish high school students and young adults: profiles progressions and educational outcomes. *Developmental Psychology*, 50(3), 649–662.

Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K. & Niemivirta M. (2012). Achievement goal orientations and academic well-being across the transition to upper secondary education. *Learning and Individual Differences*, 22, 290–305.

Vasalampi, K. Salmela-Aro, K. & Nurmi, J-E. (2009). Adolescents' self-concordance, school engagement, and burnout predict their educational trajectories. *European Psychologist*, 14(4), 332–341.

von Eye, A., Spiel, C. & Wood, P. (1996). Configural frequency analysis in applied psychological research. *Applied Psychology*, 45(4), 301–352.

Wang, M-T. & Peck, S. C. (2013). Adolescent educational success and mental health vary across school engagement profiles. *Developmental Psychology*, 49, 1266–1276.

Åbo Akademi. (2012). *Forskning - Vem väljer vad? Samband mellan skolprestationer, inlärningssvårigheter, självuppfattning, temperamentsgenskaper, yrkesval och avbrott i utbildningen hos finlandssvenska elever*. Hämtad 16 oktober 2014, från http://www.abo.fi/fakultet/forskning_spi

Bilaga 1. Skoltrötthetstest.

Ringa in det påstående som bäst motsvarar dina studieförhållanden

(1 = stämmer inte alls överens... 6 = stämmer helt överens)

- | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|
| 1. Det känns som om jag skulle drunkna i mina studier | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. Jag känner mig ofta omotiverad i skolan och funderar på att sluta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. Jag känner mig ofta otillräcklig när det gäller mina studier | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. Jag sover ofta dåligt p.g.a. mina studier | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. Det känns som om jag håller på att tappa intresset för mina studier | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. Jag frågar mig själv ständigt om mina studier har någon betydelse | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. Jag känner att jag hela tiden har mindre att ge i skolan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. Jag funderar mycket på mina studier också på fritiden | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9. Förr förväntade jag mig mer av mina studier än nu | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |