

MIELENTERVEYDEN JA OPPIMISEN ONGELMAT NUORTEN SYRJÄYTYMISEN TAUSTALLA

Kuntoutussäätiön NUTTU – Nuoret tuella työelämään -hankkeessa (2014–2017) tuetaan mielenterveyden ongelmia tai oppimisen vaikeuksia omaavien työttömien tai työttömyysuhan alaisten nuorten opiskelu- ja työelämävalmiuksien vahvistumista. Hanke kuuluu Raha-automaattiyhdistyksen Paikka auki – Nuoret työelämään -kehittämishjelmaan. Tässä katsauksessa käsitellään hankkeen taustalla olevaa tutkimustietoa ja esitellään NUTTU-hankkeen alustavia kokemuksia.

Nuorisotyöttömyys edelleen kasvussa

Tilastokeskuksen (2015) mukaan joulukuussa 2014 nuorten 15–24-vuotiaiden työttömyysaste oli 19,8 %, joka oli 3,2 prosenttiyksikköä korkeampi kuin vuotta aiemmin. Talouden suhdannevaihtelut, elinkeinoelämän rakennemuutokset, työmarkkinoiden korkeat osaamisvaatimukset ja kiristynyt kilpailu vaikuttavat nuorison työllistymiseen ja vaikeuttavat työhön kiinnittymistä. Tästä johtuen nuorten perusasteen jälkeinen toisen asteen koulutus ja jonkin ammatillisesti suuntautuneen tutkinnon merkitys ovat nousseet entistä tärkeämpään asemaan.

Toisen asteen koulutus on tärkeää myös siksi, että koulutustasoltaan korkeammat ryhmät ovat vähemmän herkkiä talouden suhdannevaihteluille. Opetus- ja kulttuuriministeriön selvityksen mukaan 2000-luvun taantumien aikana työllisten määrä väheni vaille perusasteen jälkeistä koulutusta olevien osalta

noin 13,5 %:lla, kun toisen asteen koulutuksen suorittaneilla työllisten määrä väheni noin 4 %:lla (Kalenius 2014). Nuorten jatkokoulutus heti perusasteen jälkeen on tärkeää myös, koska 90 % niistä työttömistä, joilla ei 25-vuotiaana ole perusasteen jälkeistä tutkintoa tai kesken olevia opintoja, jää kokonaan vaille jatkokoulutusta (Myrskylä 2011).

Nuorisotyöttömyyden taustalla usein mielenterveyden ongelmia

Työhön ja koulutukseen kiinnittymättömyys on usein yhteydessä sosiaalisiin ja psyykkisiin ongelmiin (Reneflot & Evensen 2014; Suvisaari ym. 2009). Mielenterveyden ongelmien esiintyvyys työttömällä on laajojen kansainvälisten katsausten perusteella noin 34 %, kun työssäkäyvillä mielenterveyden ongelmien esiintyvyys on noin 16 %. Kansainvälisten tutkimusten mukaan mielenterveyden ongelmat ja työttömyys eivät vain korreloi keskenään, vaan työttömyyden on havaittu ennustavan mielenterveyden ongelmia (ks. esim. meta-analyysi Paul & Moser 2009).

Niin ikään Suvisaaren ym.:iden (2009) tekemän suomalaisen aineistoon perustuvan selvityksen mukaan nuorten työttömyys oli yhteydessä ahdistuneisuuteen, päihteiden väärinkäyttöön ja tiettyihin psykiatrisessa diagnoosijärjestelmässä, DSM-IV:ssä, I-akselilla luokiteltuihin akuutteihin häiriöihin, kuten masennukseen tai fobiaan. Korkeampi koulutus vähensi mielenterveyden ongelmien

ja päihteiden väärinkäytön todennäköisyyttä.

Käsitys suomalaisten nuorten mielenterveyden häiriöiden yleisyydestä vaihtelee. Eri tutkimusten mukaan noin 20–25 %:lla nuorista on jokin mielenterveyden häiriö (Marttunen & Kaltiala-Heino 2011). Toisaalta Suvisaari tutkimusryhmineen (2009) havaitsi, että jopa noin 40 %:lla suomalaisista 19–34-vuotiaista nuorista oli ollut elämänsä aikana jokin DSM-IV akseli I:lla diagnosoitavissa oleva mielenterveyden häiriö, yleisimmin masennus. Näistä nuorista lähes 60 %:lla oli diagnosoitavissa useampi kuin yksi häiriö.

Pitkään jatkuvina ja kasautuvina ongelmat voivat syrjäyttää nuoren kokonaan koulutuksesta ja työelämästä (Myrskylä 2011). Alle 30-vuotiaiden nuorten mielenterveyden häiriöiden vuoksi korvattujen sairauspäivien lukumäärä on kasvanut noin 37 %:lla vuodesta 2004 vuoteen 2009 (Raitasalo & Maaniemi 2011). Mielenterveyden ongelmat ovat nuorilla aikuisilla myös yleisin työkyvyttömyyden peruste. Esimerkiksi vuonna 2013 mielenterveyden häiriöt kattoivat 77 % kaikista 16–34-vuotiaiden työkyvyttömyyden syistä (Kelan tilastot 2013).

Työkyvyttömyyseläkkeelle päätymistä edeltää kuitenkin usein pitkä ja vaikea sairastamishistoria, liittännäissairauksia ja vaikeat elinolosuhteet. Tuoreen kotimaisen selvityksen mukaan ikäryhmäänsä nähden nuorilla, jotka olivat työkyvyttömiä mielenterveyden häiriön vuoksi, oli myös matala koulutustaso, vähän työkokemusta ja heikommat työelämävalmiudet (Ahola ym. 2014). Nuorten aikuisten mielenterveyden hoitoon ja työkyvyttömyyden ehkäisyyn onkin panostettava. Tukitoimet olisi aloitettava varhain ja tukea olisi oltava helposti saatavilla.

Nuorisotyöttömyyden ja syrjäytymisen taustalla myös oppimisen vaikeuksia

Mielenterveyden ongelmien ohella oppimisen vaikeudet tuovat mukanaan työttömyyttä, alityöllisyyttä ja tyytymättömyyttä omaan elämään. Suomalaiset kouluvaikeuksia raportoineet nuoret aikuiset ovat kokeneet enemmän

työttömyyttä ja erityisesti pitkäaikaistyöttömyyttä kuin muut ikäryhmänsä edustajat. Samoin heidän koulutustasonsa on tutkimusten mukaan matalampi muihin nuoriin aikuisiin verrattuna. (Korkeamäki ym. 2010; Lavikainen ym. 2006.) Oppimisvaikeuksiin liittyy usein vaikeutta opiskelutaidoissa ja erityisesti luki- vaikeus voi olla yhteydessä vieraiden kielten oppimisen vaikeuteen (Service 2008). Nämä ongelmat vaikeuttavat menestymistä nykyaikajan opiskelu- ja työelämässä.

Oppimisvaikeuksiin liittyy ydinongelmien (kuten lukemisen, kirjoittamisen, matemaattisten taitojen tai muistisuoriutumisen vaikeuksien) lisäksi myös monenlaisia emotionaalisia ja mielenterveyden ongelmia. Kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu, että oppimisvaikeuksia omaavilla oppilailla on muita suurempi riski sairastua masentuneisuuteen ja ahdistuneisuuteen (MacInnes & Broman 2013; Kiuru ym. 2011; Maag & Reid 2006).

Esimerkiksi Kiurun ym.:iden (2011) mukaan oppimisen vaikeudet erityisesti peruskoulun päättävillä tytöillä ennustivat masennusoireilua vuoden seurannassa. Myös meta-analyysi, jossa oli mukana 15 kansainvälistä tutkimusta vuosilta 1977–2003, osoitti, että masennusta on enemmän niillä nuorilla, joilla on oppimisvaikeuksia kuin niillä nuorilla, joilla ei ole oppimisvaikeuksia (Maag & Reid 2006). Kuntoutussäätiössä vuosina 2006–2010 toteutetussa Opi oppimaan -hankkeessa oppimisen vaikeuksien vuoksi hankkeen palveluihin haakeutuneista noin 40 %:lla oli tai oli ollut myös mielenterveyden ongelmia, joista yleisin oli masennus (Nukari 2010).

Oppimisvaikeuksien yhteydessä esiintyy usein itsetunto-ongelmia. Tutkijat ovat havainneet, että oppilaiden riittämättömyyden tunne opiskelijana toimi oppimisvaikeuden ja masennusoireilun välittävänä tekijänä (Kiuru ym. 2011). Lisäksi yläkouluikäisten (12–15 v.) nuorten pystyvyysodotusten (self-efficacy) on havaittu olevan yhteydessä työttömyyteen ja tyytyväisyyteen työelämässä 21-vuotiaana. Kansainväliseen pitkittäistutkimukseen osallistuneet nuoret, joilla oli koulussa korkeat pystyvyysodotukset, työllistyivät todennäköisemmin ja olivat tyytyväisempiä työhön-

sä kuin ne nuoret, joiden pystyvyysodotukset kouluaikana olivat alhaisemmat. (Pinquart ym. 2003.)

Tiedetään myös, että masennukseen liittyy muistin ja toiminnan ohjauksen vaikeuksia. Muistin heikentyminen masennuksen yhteydessä liittyy erityisesti uuden aineksen mielen painamiseen ja oppimiseen. Silloin kun masennukseen ei liity diagnosoitavia kehityksellisiä oppimisvaikeuksia, henkilöt todennäköisesti hyötyvät kognitiivisten valmiuksien ja oppimiseen liittyvien taitojen kohentamisesta. Oppimisen vaikeuksiin ja vahvuuksiin liittyvä itsetuntemus voi myös parantaa itsetuntoa, koska masennukseen liittyy usein taipumusta aliarvioida omaa suorituskykyä (Kalska & Kähkönen 2004). Näin ollen interventioilla, joiden avulla tuetaan nuorten akateemista kyvykkyyttä ja pystyvyysodotuksia, voidaan vähentää masennusoireilua ja helpottaa transitiota koulusta työelämään.

Nuorten mielenterveyden ongelmiin ja oppimisvaikeuksiin kohdistuvat interventiot tarpeellisia

Kansainvälisten selvitysten mukaan (esim. Paul & Moser 2009) interventio-ohjelmat on todettu kohtalaisen tehokkaiksi, erityisesti työttömien ahdistuneisuuden lievittämisessä. Myös kotimaisissa selvityksissä on saatu kannustavia tuloksia nuorille kohdistettujen interventioiden hyödyistä.

Kelan vuosina 2011–2013 toteuttamassa hankkeessa kehitettiin avomuotoista mielenterveyskuntoutusta ammattioppilaitoksissa opiskeleville nuorille, joilla oli masennus- ja/ tai ahdistuneisuushäiriö. Kuntoutujista valtaosa (81 %) oli naisia, joiden opiskelukyky oli mielenterveydellisistä syistä huomattavasti keskiarvoa heikompi. Kuntoutus toteutettiin avomuotoisena ryhmäkuntoutuksena (8 krt), johon kuului myös yksilöllisiä käyntikertoja sekä verkostotapaamisia. Kuntoutus kesti seurantoiheen noin 1,5 vuotta ja se toteutettiin oppilaitosten lukukausien aikana. Hankkeen arviointitutkimuksessa todettiin kuntoutusmalli hyödylliseksi ja vaikuttavaksi. Kuntoutukseen osallistuneiden vointi koheni, erityisesti opiskeluky-

vyn, elämänlaadun ja terveydentilan osalta. Lisäksi nuorten masennusoireet vähenivät. (Appelqvist-Schmidlechner ym. 2014.)

Myös oppimisvaikeuksiin kohdistetut interventiomallit on koettu tarpeellisiksi. Kuntoutussäätiön Opi oppimaan -hankkeessa (2006–2010) kehitettiin oppimisvaikeuksiin kohdistuvaa ryhmäkuntoutusmallia. Hankkeeseen osallistui 180 kuntoutujaa, joiden oppimisen vaikeudet häiritsivät opiskelua, työssä selviytymistä ja yleistä elämänhallintaa. Hankkeessa kehitettäviin palveluihin kuuluivat oppimisvaikeuksien ja -valmiuksien arviointi, oppimisvalmennus, ryhmäkursit ja lukikonsultointi. Kehitetyt palvelut paransivat asiakkaiden elämäntilannetta, esimerkiksi opintojen sujumisen, valmistumisen, töihin palaamisen ja työssä jaksamisen osalta. Tiedon saaminen omasta oppimisvaikeudesta, kokemusten jakaminen, sosiaalinen tuki sekä uudet oppimiskeinot koettiin keskeisenä kuntoutuksen ja ohjauksen antina. (Korkeamäki ym. 2010.)

Nuorille tulisi olla tarjolla helposti saatavilla olevaa kokonaisvaltaista tukea, johon olisi sisällytettävä myös opiskelu- ja työelämävalmiuksia vahvistavia elementtejä (Aholta ym. 2014). Työttömille tai työttömyysuhan alaisille nuorille, joilla esiintyy mielenterveyden ongelmia tai oppimisvaikeuksia, ei kuitenkaan ole kehitetty tarpeeksi palveluja, jotka tukisivat opiskelu- ja työelämävalmiuksien kehittymistä ja koulutukseen tai työhön pääsyä. Esimerkiksi suuri osa psyykkisesti oireilevista nuorista ei ole hyvinvointia edistävien palvelujen piirissä (Suvisaari ym. 2009).

Suvisaaren ym.:iden (2009) tekemän selvityksen mukaan nuorista, joille voitiin diagnosoida DSM-IV kriteerien mukainen mielenterveyden häiriö, vain 24 % sai selvityksen tekoheikellä psykiatrasta hoitoa. Vastaavasti THL:n tutkimusraportin mukaan Kelan toteuttamaan avomuotoiseen mielenterveyskuntoutukseen osallistuneista nuorista vain osalla (12 %) oli aikaisempaa kokemusta mielenterveyskuntoutuksesta. Kuitenkin näistä nuorista 49 % raportoi kärsivänsä kohtalaisesta ja 26 % vakavasta masennuksesta. (Appelqvist-Schmidlechner ym. 2014.)

Oppimisvaikeuksia omaavien nuorten tilanne on vieläkin haastavampi, koska peruskouluiän ohittaneiden nuorten oppimisvaikeuksien tunnistaminen, kuntoutus ja tukitoimet eivät ole julkisen sektorin vastuulla. Kuntoutussäätiön Opi oppimaan -hankkeen kokemusten perusteella alle puolella hankkeen asiakkaista oppimisvaikeus oli tunnistettu kouluaikana. Lisäksi hankkeen asiakkaista yli 60 % ei ollut oman ilmoituksensa mukaan saanut aikaisemmin tukipalveluita oppimisvaikeuksiinsa. (Korkeamäki ym. 2010.) Nuorten oppimisvaikeuksien ja kuntoutuksen tarpeen tunnistaminen sekä nuoren ohjaaminen palveluiden piiriin voi myös olla haastavaa jos nuori itse ei näe ongelmiaan tai ei halua vastaanottaa apua. Onkin perusteltua kehittää oppimisvaikeuksien tunnistamista edesauttavia menetelmiä ja varhaisen tuen malleja.

NUTTU-hanke tarjoaa tukea nuorten työ- ja opiskelunvalmiuksiin

NUTTU – Nuoret tuella työelämään -hankkeen tavoitteena on parantaa mielenterveyden ongelmia tai oppimisen vaikeuksia omaavien alle 25-vuotiaiden työttömien tai työttömyysuhan alaisten nuorten opiskelu- ja työelämävalmiuksia lisäämällä heidän omaa toimijuuttaan. Hankkeessa kehitetään järjestöjen ja julkisen sektorin käyttöön seulontamenetelmä nuorten mielenterveyden ongelmien ja oppimisen vaikeuksien kartoittamiseksi sekä ammattilaisten ohjaamia vertaisryhmiä työttömille tai työttömyysuhanalaisille nuorille, joilla on mielenterveyden ongelmia ja/tai oppimisen vaikeuksia. Vertaistuen hyödyntäminen on keskeinen osa toimintamallia.

Hankkeen aikana tullaan toteuttamaan yhteensä 18 vertaisryhmää, jotka kokoontuvat 10 kertaa. Tarpeen mukaan nuorille tarjotaan myös mahdollisuutta yksilökeskusteluihin. Hankkeen tavoitteena on, että hankkeessa kehitettävät toimintamenetelmät ja -mallit soveltuvat myös muiden syrjäytymisvaarassa olevien nuorten kanssa toimivien kolmannen ja julkisen sektorin toimijoiden hyödynnettäviksi. NUTTU-hanketta toteutetaan yhteistyössä Uudenmaan TE-toimiston, ELY-keskuksen,

Suomen Mielenterveysseuran, Vantaan kaupungin työllisyysyksikön (Petra-hankkeen) ja HYKS/Vantaan Nuorisopsykiatrian avohoidon klinikan sekä Osallistuvat Nuoret 2013 ry:n (OSNU) kanssa.

Hankkeeseen rekrytoitavat nuoret täyttävät mielenterveyden ongelmia ja oppimisen vaikeuksia kartoittavan seulan TE-toimistossa työllistymissuunnitelmaan tähtäävässä tapaamisessa. NUTTU-työntekijä kutsuu oireita raportoineen nuoren henkilökohtaiseen tapaamiseen, jossa tarkennetaan nuorten ongelmien laatua ja vaikeusastetta. Tämän jälkeen nuorelle tarjotaan mahdollisuutta osallistua ammattilaisten ohjaamaan vertaisryhmään ja tarvittaessa tehdään lisäselvityksiä.

Ammattilaisen ohjaamissa vertaisryhmissä tarjotaan tukea nuorten opiskelu- ja työelämävalmiuksien kehittymiseen. Nuori ohjataan joko mielenterveyden ongelmiin painottuvaan ryhmään, oppimisen vaikeuksiin painottuvaan ryhmään tai ryhmään, jossa on sekä mielenterveyden ongelmia että oppimisen vaikeuksia omaavia nuoria. Kuhunkin ryhmään valitaan noin 10 nuorta.

Alustavia kokemuksia NUTTU-hankkeesta

Vuoden 2014 aikana nuorten ongelmia kartoittavia seuloja kertyi 309. Alustavat kokemukset seulasta ovat olleet myönteisiä, mutta menetelmää kehitetään edelleen saadun palautteen sekä yksilöhaastattelujen, neuropsykologisten tutkimusten ja kyselyiden tietojen avulla.

Psyykkisistä ongelmista ja/tai oppimisen vaikeuksista raportoi seulan palauttaneista nuorista 60 %. Vaikeuksia raportoineista nuorista 40 % otti vastaan NUTTU-hankkeen tarjoaman yksilötapaamisen psykologin kanssa, 23 %:a nuorista ei tavoitettu, 13 % kieltäytyi tarjotusta tuesta ja 24 % nuorista ei kokenut tarvitsevansa tukea. He olivat joko työllistyneet tai saaneet opiskelupaikan.

Psykologin yksilötapaamisessa selvitettiin nuoren opiskelu- ja työhistoriaa, somaattista ja psyykkistä terveydentilaa sekä aikaisemmin saatua hoitoa ja kuntoutusta. Lisäksi selvi-

tettiin tarkemmin seulassa esiin tulleita mielen terveyden pulmia ja oppimisen vaikeuksia. Samalla kartoitettiin nuoren halukkuutta ja soveltuvuutta vertaisryhmään. Haastatteluun osallistuneista nuorista 20 nuorta voitiin rekrytoida NUTTU-hankkeen ensimmäisiin vertaisryhmiin.

Ensimmäiset NUTTU-vertaisryhmät toteutettiin Kuntoutussäätiössä vuoden 2014 lopulla. Mielen terveyden ongelmiin painottuvaan ryhmään osallistui yhdeksän nuorta ja oppimisen vaikeuksiin painottuvaan ryhmään kuusi nuorta. Ryhmäkeskustelujen ja harjoitusten avulla pyrittiin kohentamaan nuorten yleistä hyvinvointia, mielialaa, itsetuntoa, sosiaalisia taitoja ja opiskelu- sekä työelämävalmiuksia. Kokemukset vertaisryhmistä ovat olleet kannustavia, ryhmät vastasivat nuorten odotuksia. Molemmissa ryhmissä vertaistuen merkitys korostui.

Oppimisvaikeusryhmään osallistuneet nuoret kokivat saaneensa tukea vaikeuksiinsa ja oppineensa tunnistamaan oppimiseen liittyvät vaikeutensa ja vahvuutensa. Nuorten tavoitteet ja kuva siitä, minkälaiset tehtävät soveltuisivat heille parhaiten, selkeytyivät ryhmän aikana. Nuoret pitivät neuropsykologin tekemää tutkimusta ja siitä saatua palautetta kirjallisine lausuntoineen ja jatkosuosituksineen erittäin tärkeänä. Mielen terveyden ongelmiin painottuvaan ryhmään osallistuneet nuoret kokivat niin ikään ryhmän hyödyllisenä, vaikka nuorten ongelmat olivat vai-

keita ja lyhyellä interventiolla vaikuttamisen mahdollisuudet vähäisemmät kuin pitkän ajan kuntouttavalla toiminnalla.

Vaikka NUTTU-hankkeen alustavat kokemukset ovat olleet pääosin positiivisia, esiin on tullut myös haasteita. Nuorten tavoittaminen ja motivoiminen hankkeen vertaisryhmiin on osoittautunut haastavaksi. Moni nuori ei koe tarvitsevansa tarjottua tukea, vaikka on seulan kautta tuonut esiin mielen terveyden ja/tai oppimisen vaikeuksia. Esimerkiksi hankkeen yksilötapaamisesta kieltäytyneet ovat raportoineet eniten oppimisen vaikeuksia. Monilla nuorilla mielen terveyden ongelmat ovat vaikeita, eikä NUTTU-hankkeen tarjoama lyhyt interventio tällöin riitä. Alustavien kokemusten perusteella tarvetta NUTTU-hankkeen tarjoamalle kuntoutusmuodolle kuitenkin on, ja niin seulon tamenetelmän kuin vertaisryhmämallien kehittämistyö hankkeessa jatkuu.

Mila Gustavsson-Lilius, PsT, terveys- ja kriisi-psykologiaan erikoistuva psykologi, erikoistutkija, Kuntoutussäätiö

Pirjo Lehtoranta, PsL, psykoterapeutti, johtava psykologi, Kuntoutussäätiö

Tuula Mentula, PsL, neuropsykologian erikoispsykologi, Kuntoutussäätiö

Marika Ketola, PsM, psykologi, suunnittelija, Suomen Mielen terveysseura

Erja Poutiainen, FT, kliinisen neuropsykologian dosentti, neuropsykologi, tutkimusjohtaja, Kuntoutussäätiö

Kevään 2015 NUTTU-vertaisryhmät kokoontuvat Kuntoutussäätiössä seuraavasti:

- Oppimisvaikeuksiin painottuva ryhmä tiistaisin 24.3.–26.5. klo 15–17.
- Mielen terveyden ongelmiin painottuva ryhmä keskiviikkoisin 25.3.–27.5. klo 13.30–15.30.

Kumpaankin ryhmään valitaan 10 nuorta. Osallistuminen on maksutonta eikä vaadi B-lausuntoa.

Lisätietoja: Pirjo Lehtoranta, pirjo.lehtoranta@kuntoutussaatio.fi tai Mila Gustavsson-Lilius, mila.gustavsson-lilius@kuntoutussaatio.fi.

Lähteet

- Ahola K, Joensuu M, Mattila-Holappa P, Tuisku K, Vahtera J, Virtanen M (2014) Mielenterveyssyistä työkyvyttömiä nuorten aikuisten tausta. Suomen Lääkärilehti 50–52/2014, vsk 69.
- Appelqvist-Schmiedlechner K, Wessman J, Salmelainen U, Tuulio-Henriksson A, Luoma M-L (2014) ”Ne tietää, miltä se tuntuu” Tuloksia nuorille suunnatun avomuotoisen OPI-mielenterveyskuntoutuksen arviointitutkimuksesta. THL - Tutkimuksesta tiiviisti 23/2014.
- Kalenius A (2014) Koulutus, työllisyys ja työttömyys. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2014:13.
- Kalska H & Kähkönen S (2004) Kognitiiviset muutokset yksisuuntaisessa masennuksessa. Duodecim, 120, 1738–44.
- Kela/tilastoryhmä (2013) Suomen työkyvyttömyyseläkkeensaajat sairauden mukaan. Kelasto-raportit.
- Kiuru N, Leskinen E, Nurmi J-E, Salmela-Aro K (2011) Depressive symptoms during adolescence: Do learning difficulties matter? International Journal of Behavioral Development 35, 298–306.
- Korkeamäki J, Reuter A, Haapasalo S (2010) Aikuisten oppimisvaikeuksien tunnistus, arviointi ja kuntoutus. Opi oppimaan -hankkeen toimeenpano ja tulokset. Työselosteita 40. Kuntoutussäätiö, Helsinki.
- Lavikainen H, Koskinen S, Aro H, Kestilä L, Lyytinen H, Martelin T ym. (2006) Kouluvaikeuksien yleisyys ja yhteydet aikuisiän elämäntilanteeseen ja koettuun terveyteen. Yhteiskuntapolitiikka, 71, 402–410.
- Maag JW & Reid R (2006) Depression among student with learning disabilities. Assessing the risk. Journal of Learning disabilities, 39 (1), 3–10.
- MacInnes M & Broman CL (2013) Learning disability and depression in young adulthood. Learning Disabilities, 19, 38–46.
- Marttunen M & Kaltiala-Heino R (2011) Nuorisopsykiatria. Teoksessa Lönnqvist J, Henriksson, M, Marttunen M, Partonen T (toim.) Psykiatria. 9. painos. Kustannus Oy Duodecim, Keuruu 2011.
- Myrskylä P (2011) Nuoret työmarkkinoiden ja opiskelun ulkopuolella. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. Työ ja yrittäjyys, 12/2011.
- Nukari J (2010) Aikuisten oppimisvaikeuksien psykologinen arviointi. Kuntoutussäätiön työselosteita 39/2010. Yliopistopaino, Helsinki.
- Paul KI & Moser K (2009) Unemployment impairs mental health. Meta-analyses. Journal of Vocational Behavior 74, 264–282.
- Pinquart M, Juang LP, Silbereisen RK (2003) Self-efficacy and successful school-to-work transition. A longitudinal study. Journal of Vocational Behavior 63, 329–346.
- Raitasalo R & Maaniemi K (2011) Nuorten mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat sairauspoissaolot ja työkyvyttömyys vuosina 2004–2009, Kelan tutkimusosasto, Nettityöpapereita 23/2011.
- Reneflot A & Evensen M (2014) Unemployment and psychological distress among young adults in the Nordic countries: A review of the literature. International Journal of Social Welfare, 23, 3–15.
- Service E (2008) Mitä tutkimus kertoo vieraan kielen oppimisvaikeuksista. Teoksessa: Kairaluoma L, Ahonen T, Aro M, Kakkuri I, Laakso K, Peltonen M ym. (toim.) Lukemalla ja tekemällä. Opettajan opas lukivaikeudesta ammatillisille oppilaitoksille. Jyväskylä: NMI, 2008.
- Suvisaari J, Aalto-Setälä T, Tuulio-Henriksson A, Härkänen T, Saarni SI, Perälä J ym. (2009) Mental disorders in young adulthood. Psychological Medicine 39, 287–299.
- Tilastokeskus (2015) Työvoimatutkimus 2014, joulukuu.