

**NUORTEN KOKEMA YKSINÄISYYS JA SEN YHTEYS
TULEVAISUUSORIENTAATIOON**

Mervi Aalto
Pro gradu -tutkielma
Helsingin yliopisto
Kasvatustieteen laitos
Joulukuu 2003

SISÄLLYS

1 VALOA VAI HÄMÄRYTTÄ YKSINÄISEN TULEVAISUUDESSA?	1
2 NUORUUS – VALINTOJEN JA HAASTEIDEN AIKA	2
2.1 Nuoruus ihmisen elämänkaaressa	2
2.2 Nuoruusiän kehitystehtävät	3
2.3 Itsetunto nuoren kehityksen edistäjänä tai esteenä	5
3 YKSINÄISYYS JA SEN VAIKUTUS NUORUUDESSA	6
3.1 Yksinäisyys tutkimuskohteena	6
3.2 Yksinäisyys kokemuksena ja siihen vaikuttaminen	7
3.3 Yksinäisyyden ulottuvuudet	9
3.4 Mistä nuoruudessa koettu yksinäisyys muodostuu?	12
3.4.1 Kiintymyssuhde ja suhteet vanhempiin	12
3.4.2 Sosiaalinen ikätoveristatus	13
3.4.3 Sosiaaliset syytulkinnat, strategiat ja taidot	14
4 TULEVAISUUSORIENTAATIO JA SEN MERKITYS NUORUUDESSA	15
4.1 Tulevaisuusorientaatio tutkimuskohteena	15
4.2 Tulevaisuusorientaatio suuntautumista ja toimimista	17
4.3 Tulevaisuusorientaatioon vaikuttavat tekijät	18
4.4 Miten nuoret suuntautuvat tulevaisuuteensa?	20
4.4.1 Tulevaisuuden tavoitteet	20
4.4.2 Tulevaisuuden suunnittelu ajallisesti	21
4.4.3 Asenteet ja vaikutusmahdollisuudet tulevaisuuteen	22
5 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT JA TOTEUTUS	24
5.1 Tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat ja tarkoitus	24
5.2 Hypoteettinen malli yksinäisyyden ja tulevaisuusorientaation yhteydestä	25
5.3 Tutkimusongelmat, -menetelmä ja -kaavio	26
5.4 Kyselylomake	28
5.4.1 Yksinäisyyden mittaaminen	29
5.4.2 Tulevaisuusorientaation ja itsetunnon mittaaminen	30
5.5 Aineiston keruu ja tutkimushenkilöt	31
5.6 Aineiston analyysimenetelmät ja uudet muuttujat	33
5.7 Mittareiden ja tutkimuksen luotettavuuden tarkastelua	37

6 TUTKIMUSTULOKSET	40
6.1 Nuorten yksinäisyyskokemukset	40
6.1.1 Globaalinen, yleinen yksinäisyys	40
6.1.2 Ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute	42
6.1.3 Ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne	44
6.1.4 Sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus	46
6.1.5 Vanhemmista johtuva yksinäisyys	48
6.2 Nuorten tulevaisuusorientaatio	50
6.2.1 Tulevaisuuteen vaikuttaminen ja sen suunnittelu ajallisesti	50
6.2.2 Tulevaisuuden tärkeimmät ja vähiten tärkeimmät yksittäiset tavoitteet	51
6.2.3 Kouluttautuminen ammattiin ja työnteko	52
6.2.4 Elämäkumppanin löytäminen ja perheen perustaminen	54
6.2.5 Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen	55
6.2.6 Varallisuus	56
6.2.7 Muita tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita	57
6.2.8 Tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet	58
6.3 Yksinäisyyskokemusten ja tulevaisuusasenteiden yhteys itsetuntoon	61
6.4 Yksinäisyyskokemusten ja yksinäisyyden osa-alueiden yhteys tulevaisuusorientaatioon ..	62
6.4.1 Yksinäisyyskokemusten yhteys tulevaisuusattribuutioihin ja -ekstensioon	63
6.4.2 Yksinäisyyden osa-alueiden yhteys tulevaisuusasenteisiin	64
6.4.3 Yksinäisyyskokemusten yhteys tulevaisuuteen kohdistuviin tavoitteisiin ja asenteisiin	65
6.4.4 Tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita ja asenteita selittävät yksinäisyyden osa-alueet	66
7 POHDINTA	70
7.1 Johtopäätökset	70
7.1.1 Yksinäisyys monen nuoren moninainen ongelma	70
7.1.2 Tulevaisuus tärkeiden asioiden tavoittelua	73
7.1.3 Yksinäinen nuori - näkykö valo tulevaisuudessa?	77
7.2 Yksinäisyyden vähentäminen ja jatkotutkimusaiheet	79
7.3 Kiitossanat	82
LÄHTEET	83
Liite 1: Kyselylomake	91
Liite 2: Yksinäisyyden ja tulevaisuusorientaation osa-alueiden korrelaatiomatriisit	95
Liite 3: UCLA-mittarin faktorianalyysi	96
Liite 4: Tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita koskeva faktorianalyysi	100
Liite 5: Neljä lisätaulukkoa	102
Liite 6: Korrelaatiomatriisi regressioanalyysiin	104

1 VALOA VAI HÄMÄRYTTÄ YKSINÄISEN TULEVAISUUDESSA?

”Yksin olo on kuin katsoisi synkkään metsään”, kirjoittaa tutkimukseeni osallistunut poika. Yksinäisyys puhuttaa lukuisissa laulujen sanoissa ja runojen lyriikassa. Ongelmana ja tutkimuskohteena nuorten yksinäisyys on jäänyt Suomessa kuitenkin varjoon. Tutkittaessa nuorten sosiaalisia suhteita on yksinäisyyden sijaan oltu kiinnostuneempia nuorten ryhmien ja jengien aiheuttamista häiriöistä, ikätoveripaineen vaikutuksista ja nuorten kapinallisista suhteista vanhempiin ja muihin aikuisiin (Vehkakoski 2001, 159). Yksinäisyys on näkymättömänä ja monitasoisena ilmiönä pitkälti unholaan hukkunut ongelma, joka tulee julkisuuteen usein vasta sitten, kun jotain olisi jo pitänyt tehdä. Yksinäisyys näyttääkin olevan nuorille yksilökeskeisen tuloksellisuutta ja tehokkuutta korostavan aikamme ilmiö. Yksinäisyyden kokeminen saattaa vaikuttaa ratkaisevasti nuorten hyvinvointiin ja oletettavasti myös heidän tulevaisuuteen suuntautumiseensa. Tulevaisuus puolestaan jo valmiiksi – ilman yksinäisyyttäkin – näyttäytyy nuorille Lehtosen ja Rubinin (1998) tutkimuksen mukaan sirpaloituneena ja ristiriitaisena. *”Tulevaisuuteni on kuin katsoisi tähtiin – valintoja ja silti kaukana”*, kirjoittaa sama poika tulevaisuudestaan.

Yli kymmenen vuotta sitten tehdyn tutkimuksen mukaan pysyvästi yksinäisiä nuoria oli Suomessa arvioituna kymmeniä tuhansia (Laine 1990, 83-85). Eikä nuorten yksinäisyys ole mitä ilmeisimmin vuosien saatossa kadonnut. Päinvastoin, Heikkilän (2003) ja Penttisen (1999) mukaan nuoret kokevan arjen yksinäisyyttä tänäkin päivänä ja näkevät yksinäisyyden tunteen jopa pelottavana. Siksi nuoret tarvitsevat hyviä sosiaalisia suhteita, läheisyyttä, tukea ja eväitä myönteiseen tulevaisuusajatteluun kasvaakseen tulevaisuuden inhimillisiksi ja tasapainoisiksi aikuisiksi. Olemalla läsnä nuorille voimme yhteiskunnassamme vallitsevan käsityksen mukaan odottaa nuorten osaavan, taitavan ja jaksavan sekä näyttävän tietä tulevaisuudelle (Kemppinen 2000, 1). Jatkuvasti muuttuva suorituskeskeinen yhteiskuntamme ei suinkaan helpota tätä työtämme tai nuorten aikuistumista.

Siirtymä nuoruudesta aikuisuuteen on yksi tärkeimmistä elämän siirtymävaiheista (Rönkä 1992, 1). Tällöin nuoret ovat valintojen ja haasteiden edessä. Heitä edellytetään tekevän tulevaisuutta koskevia päätöksiä, joilla he luovat suuntansa aikuisuuteen (Nurmi 2001, 4). Nuoruutta kutsutaan myös toiseksi mahdollisuudeksi, jolloin nuori saa mahdollisuuden täydentää lapsuuden kesken jääneitä alueita sekä ymmärtää ja ratkaista ristiriitoja uudella tavalla (Siltala 1992, 92). Sanotaan, että nuoruudessa yksilöllisyys ei ole vielä täysin

puhjennut kukkaansa, mutta silloin alkavat yksilöllisyyden valmistelu- ja kokeiluaika (Dunderfelt 1997, 93). Matkalla aikuisuuteen vanhemmilla, ystävillä, tovereilla ja jopa sukulaisilla on keskeinen rooli. Eli vaikka jokainen on nykyaikana oman onnensa seppä, kyllä sepälläkin on tukiverkostonsa onnensa takomiseksi ja tulevaisuutensa rakentamiseksi.

Nämä näkökulmat sekä erityisesti kiinnostukseni nuoriin ja heidän hyvinvointiinsa ovat lähtökohtia käsillä olevalle tutkielmalle, jonka päätarkoituksena on selvittää, onko yksinäisyydellä yhteyttä nuorten tulevaisuuteen suuntautumiseen eli tulevaisuusorientaatioon. Näkeekö yksinäinen nuori tulevaisuudessaan valoa? Näiden kahden yhteyttä ei aiemmin ole tutkittu. Tutkimus on kvantitatiivinen kyselylomaketutkimus, johon osallistui 172 yhdeksänsien luokkien oppilasta Piikkiön ja Sauvon maaseutukuntien yläasteilta sekä Espoonlahden yläasteelta. Aineisto kerättiin syksyllä 2003 ja analysoitiin tilastollisesti.

2 NUORUUS – VALINTOJEN JA HAASTEIDEN AIKA

2.1 Nuoruus ihmisen elämänkaaressa

Elämänkaari käsitteenä on tullut merkittäväksi 1970-luvulta alkaen (Coleman 1993, 263). Siinä tarkastellaan ihmisen kehitystä kokonaisuudessaan (Baltes & Reese 1986, 113-117; Dunderfelt 1997, 15; Stevens-Long & Cobb 1983, 35) ja huomioidaan yksilön elämää ympäröivän sosiaalisen, maantieteellisen, historiallisen ja poliittisen areenan vaikutus kehitykseen. Yksilö kasvaa, kehittyy ja muuttuu aina vuorovaikutuksessa toisiin. (Coleman 1993, 263-265.) Elämänkaarinäkökulmassa on oleellista nähdä ihmisen kehitys elinikäisenä jatkumona, jossa jokaisen ihmisen elämä muodostaa ainutlaatuisen kokonaisuuden. Yksilöllisistä eroista huolimatta elämänkaarinäkökulman mukaan ihmisen elämästä löytyy yleiset kehityksen lainalaisuudet, jotka auttavat meitä hahmottamaan elämänkaaren kokonaisuuden uudella tavalla. (Dunderfelt 1997, 15-18.) Elämänkaarinäkökulman painopiste voi olla määrätty käyttäytymisen alue, kuten muisti tai persoonallisuus, jolloin tutkitaan muutoksia ja jatkuvuutta. Painopisteenä voi olla myös eri ikäkaudet (lapsuus, nuoruus, aikuisuus, vanhuus), jolloin tarkastellaan ikäkausien välisiä vuorovaikutuksia. (Baltes & Reese 1986, 113-114, 128.)

Nuoruudesta on tullut monimutkainen ja alati pitenevä ikäkausi (Kasurinen 1996, 241; Mäki-Kulmala 1994, 124; Nurmi 1995, 257) yksilöllisyyttä korostavassa aikakaudessamme,

jossa arvot ovat epäselvät, kulttuurit murroksessa ja perheen luonne muuttumassa. Näköalattomuus, hämmennys ja ennustamattomuus valtaavat tämän päivän nuoren elämässä. (Coleman 1993, 268; Rubin 1995, 1, 12, 18.) Nuoruus voidaan jakaa varhaisnuoruuteen (13–16-vuotiaat), keskinuoruuteen (16–19-vuotiaat) ja myöhäisnuoruuteen (19–25-vuotiaat). Nuoruusiän varhaisvaihe sisältää ihmissuhdekriisin, jolloin solmitaan uusia ystävyysuhteita ikätovereiden kanssa ja protestoidaan vanhempia ja muita auktoriteetteja vastaan. Keskivaihe sisältää identiteettikriisin, johon liittyy samastumista, ihastumista, minäkokemuksen selkiinnyttämistä ja omien rajojen kokeilua. Nuoruusiän loppuvaiheeseen liittyy ideologinen kriisi, joka sisältää henkilökohtaisen arvomaailman pohdiskelua ja itsenäisen elämän rakentamista. (Dunderfelt 1997, 92-93; Stevens-Long & Cobb 1983, 36.)

2.2 Nuoruusiän kehitystehtävät

Kehitystehtävät ovat haasteita, joiden kohtaaminen ja joista selviytyminen mahdollistavat yksilön kehittymisen ja siirtymisen seuraavaan ikävaiheeseen (Dunderfelt 1997, 94). Nurmen (1983, 8; 1995, 258) mukaan kehitystehtävät ovat yksilön ympäristön häneen kohdistamia vaatimuksia, jotka vaihtelevat elämänkaaren eri vaiheissa. Ne ovat osa terveellistä ja tyydyttävää kasvamista yhteiskunnassa. Yksilön tulee käydä läpi kehitystehtävät, jotta hän tulee oikeutetuksi sekä hyväksyy ja kokee itsensä onnistuneeksi ihmiseksi. Epäonnistunut kehitystehtävien läpikäyminen tuottaa tyydytyksen ja palkkion sijaan onnettomuutta ja sosiaalista paheksuntaa. (Havighurst 1972, 2.) Kehitystehtävien kautta nuori kokee muutoksia fyysisellä, sosiaalisella, biologisella ja kognitiivisella tasolla (mm. Durkin 1998, 509-514, 556; Havighurst 1972, 45-79).

Havighurst (1972) oli ensimmäinen tutkija, joka on kuvannut eri ikäkausiin liittyviä normatiivisia tekijöitä systemaattisesti. Hän on jakanut nuoruuden kehitystehtävät seitsemään osaan: 1) uusien, kypsempien suhteiden luominen kumpaakin sukupuolta oleviin ikätovereihin, 2) sukupuoliroolin omaksuminen ja oman fyysisen olemuksen hyväksyminen, 3) itsenäisyyden saavuttaminen vanhemmista, muista aikuisista ja ikätovereista, 4) avioliittoon tai parisuhteeseen valmistautuminen, 5) koulutusuralle ja työelämään valmistautuminen, 6) oman maailmankatsomuksen, arvojen ja moraalin kehittäminen sekä 7) sosiaalisen vastuullisen käyttäytymisen omaksuminen. (Havighurst 1972, 45-79.) Vaikka Havighurstin jaottelu on vanha, se sisältää edelleen tekijät, jotka kuuluvat nuoruusiän kehitystehtäviin. Myöhemmät tutkijat ovat pääasiassa vain kehittäneet

Havighurstin teorioita eteenpäin (Nurmi 1995, 259). Durkin (1998) lisää nuoruuden kehitystehtäviin kognitiivisen kehityksen, joka liittyy tiedon käsittelyyn, suunnitteluun, ongelmanratkaisukykyyn ja päättelyyn. Kognitiiviseen kehitykseen liittyvät myös tulevaisuuskäsitys ja tulevaisuuteen suuntautuminen. (Durkin 1998, 508-514, 546-548.)

Vaikka muutokset nuoruusiässä ovatkin pääosin sisäisiä muutoksia kehossa ja persoonallisuudessa, nuoren kehitykseen vaikuttaa paljon yhteiskunta ja muut ihmiset (Havighurst 1972, 43). Nuoruutta kuvataan toiveiden ja unelmien ajaksi, vaikka se on myös vaatimusten aikaa. Nuoren on valittava suunta elämälleen ja suljettava joitakin mahdollisuuksia itseltään pois. Toiveiden ja unelmien on realistisoiduttava vastaamaan ympäristön odotuksia ja vaatimuksia. (Nurmi 1983, 1; Rönkä 1992, 50.) Nuoren tekemät ulkoiset ratkaisut riippuvat paljolti ympäristön tarjoamista mahdollisuuksista ja vallitsevista arvoista. Entiseen aikaan verrattuna nuorelle sallitaan useampia tapoja toteuttaa aikuistumisen tavoitteita, mutta samalla häneltä edellytetään elämänhallintaa ja kykyä suunnitella elämää eteenpäin. (Rönkä 1992, 1, 13, 50, 52.) Jokaisen on luotava keinonsa, joilla vastaanottaa epävarmuus, selvitä maailmassa ja olla onnellinen (Rubin 1995, 1). Selviytyäkseen kaikesta tästä nuoren tulisi olla sopeutuva ja aktiivinen, minäkuvaltaan positiivinen ja omiin vaikutusmahdollisuuksiin luottava (Rönkä 1992, 53).

Yksilökeskeisestä aikakaudesta huolimatta sosiaaliset suhteet, verkostot ja tuki ovat nuorelle erittäin tärkeitä kehitystehtävien onnistuneeseen läpikäymiseen. Usein yksikin läheinen ihmissuhde auttaa vaikeuksien yli, mutta nuoren olisi tärkeää saada tukea ja läheisyyttä myös lähipiiriin ulkopuolelta. Koulujen ja muiden instituutioiden edustajilla onkin keskeinen merkitys nuoren, etenkin riskinuoren, elämässä tuen ja positiivisten kokemusten välittäjinä. (Rönkä 1992, 13, 53.) Tämän päivän suomalaisten nuorten aikuistumista ja itsenäistymistä varjostavat edelleen palkkatyön puute sekä ahtaas koulutus- ja asuntomarkkinoilla. Kulttuurimme on ankara siinä suhteessa, että ihmisen tarvitsee saavuttaa jotain saadakseen kunniaa itselleen ja antaakseen sitä muille. Yksilön hyvä olo ja itsekunnioitus ovat pitkälti kiinni siitä arvostuksesta, mitä hän saa kanssaihmisiltään; on ikään kuin tultava hyväksytyksi muiden silmissä ollakseen olemassa itselleen. Hoikkala (1994) mainitsee tämän olevan yksilöllistyneen ajan suuri paradoksi – ”ihmiset ovat yksilöitä ikään kuin toisiaan varten”. (Hoikkala 1994, 184, 188.)

2.3 Itsetunto nuoren kehityksen edistäjänä tai esteenä

Itsetunnolla on vaikutusta nuoren kehitykseen. Itsetunto on ihmisen keskeisin voimavara ja sen kehittyminen on yhteydessä melkein kaikkeen, mitä ihmiselle tapahtuu. Murrosiässä itsetunto on herkästi haavoittuva ja itsevarmuudentunne ailahteleva. Tovereiden muodostama taustaryhmä on merkittävä tekijä erityisesti murrosikäisten itsetunnon kehitykselle. Ryhmään kuuluminen ja ennen kaikkea ryhmän nauttima arvostus vaikuttavat siihen, miten murrosikäinen kokee itsensä. (Keltikangas-Järvinen 1998, 33, 60, 242.)

Yksinkertaisuudessaan itsetuntoa on se, kuinka paljon hyviä ominaisuuksia ihminen itsessään näkee. Itsetunto on hyvä silloin, kun ihmisen minäkäsityksessä ovat voitolla positiiviset ominaisuudet ja huono silloin, kun negatiivisten ominaisuuksien määrä on positiivisia suurempi. Hyvän itsetunnon omaavan ihmisen minäkuva on kuitenkin totuudenmukainen, sillä hyvien ominaisuuksien lisäksi hän havaitsee ja tietää myös heikkoutensa. (Keltikangas-Järvinen 1998, 17-23, 33, 242; Ojanen 1994, 31.) Hyvään itsetuntoon liittyy lisäksi se, että yksilö tuntee hallitsevansa omaa elämää eli kykenee tekemään päätöksiä ja ratkaisuja. Yksilö, jolla on hyvä itsetunto, on myös sosiaalisesti sopeutuva, jolloin itsetunto on yhteydessä sosiaalisiin taitoihin ja kykyyn tulla toimeen muiden ihmisten kanssa. (Keltikangas-Järvinen 1998, 36.) Itsetunto on pitkäaikaisen oppimisen tulos, johon vaikuttavat yksilön temperamentti ja perimä, kyvyt ja taidot tehdä havaintoja toisten käyttäytymisestä sekä omat reaktiot, jotka heijastuvat muiden käyttäytymiseen ja toisilta ihmisiltä saatu palaute (Aho 1996, 26).

Heikko itsetunto näkyy monilla ihmisen toiminnan alueilla. Itsetunnoltaan heikko asennoituu erittäin negatiivisesti suoritustilanteisiin, ja hänen suoritusmotivaationsa on heikko (Aho 1996, 42-43) Huono itsetunto vaikeuttaa sosiaalista kanssakäymistä ja sosiaalisissa suhteissa on usein ongelmia (Aho 1996, 45; Keltikangas-Järvinen 1998, 36). Itsetunnoltaan heikot ovat usein kiusattuja, syrjäänvetäytyviä, torjuttuja, ujoja tai itse kiusaajia. Jos nuoren itsetunnossa on ongelmia, hänellä on taipumusta kätkeytyä itseensä ja rajoittaa osallistumistaan. (Aho 1996, 45-46.) Itsetunnoltaan heikot ovat herkkiä kritiikille ja he ovat voimakkaasti riippuvaisia siitä, mitä muut heistä ajattelevat. Lisäksi he ovat usein yksinäisiä (Kalliopuska 1997, 12) ja heidän käyttäytymistä ei leimaa optimistisuus ja positiivisuus, eivätkä he ole täten yhtä tulevaisuuteen suuntautuneita kuin hyvän itsetunnon omaavat (Aho, 1996, 10).

3 YKSINÄISYYS JA SEN VAIKUTUS NUORUUDESSA

3.1 Yksinäisyys tutkimuskohteena

Yksinäisyyskäsitteen määritelmiä ja teoreettisia tarkastelutapoja on useita. Yksinäisyyteen liittyvässä kirjallisuudessa ja sitä koskevissa tutkimuksissa yksinäisyyteen ollaan kuitenkin yhdistetty tiettyjä ydinpiirteitä keskeisimpiin teoreettisiin lähtökohtiin pohjautuen. Sosiaalisen tarveteorian (mm. Weiss 1972, 16-19) mukaan yksinäisyys johtuu yksilön sosiaalisissa suhteissa ilmenevistä puutteista; se on läheisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteiden puutetta ja näyttäytyy yksin olemisena ja eristäytymisenä (mm. Peplau & Perlman 1982, 3, 7-9; Parkhurst & Hopmayer 1999, 56-57; Terrell-Deutsch 1999, 14). Kognitiivisen teorian mukaan yksinäisyys on aina subjektiivinen, yksilökohtainen kokemus. Yksilöt havaitsevat ja kokevat omat sosiaaliset suhteensa eri tavoin. Yksinäisyyden tunne voi kasvaa tai vähentyä sen mukaan, millaiset odotukset yksilö asettaa sosiaalisille suhteilleen. (Marangoni & Ickes 1989, 98; Perlman & Peplau 1982, 7-9, 31 Peplau & Perlman 1982, 3, 7-9; Parkhurst & Hopmayer 1999, 56-57; Terrell-Deutsch 1999, 14.) Tunnetasolla yksinäisyys koetaan epämiellyttävänä, ahdistavana, surullisena ja kipeänä. Yksinäisyyteen liitetään usein myös muutos; se on seurausta aiemmin tapahtuneista asioista, jotka ovat laukaisseet yksinäisyyden tai äkillisestä muutoksesta kuten läheisen kuolemasta. (mm. Peplau & Perlman 1982, 3, 7-9; Parkhurst & Hopmayer 1999, 56-57; Terrell-Deutsch 1999, 14.)

Yksinäisyyden arkipäiväisen olemuksen vuoksi yksinäisyyteen on alun alkaen tieteellisesti kiinnitetty vähän huomiota. Tutkimuksia yksinäisyydestä on kasvavissa määrin tehty vasta 1970-luvun lopulla ja 1980-luvun alussa. Tuohon asti yleisenä käsityksenä oli, ettei nuoruusiässä koeta juurikaan yksinäisyyttä. Vielä 1970-luvulle saakka oletettiin, ettei lapsilla esiinny yksinäisyyttä lainkaan. (Peplau & Perlman 1982, 1-3; Perlman & Landolt 1999, 334-335; Rotenberg 1999, 3-4, 6.) Tämän vuoksi nuorten yksinäisyyden ongelmaa ei ole laajasti tiedostettu, vaikka sittemmin yksinäisyyden on havaittu olevan jopa yleisempää nuoruudessa kuin pienillä lapsilla tai vanhemmilla ikäryhmillä (Brage, Meredith & Woodward 1993; Brennan 1982, 269-271; Coleman 1993, 262-263; Perlman & Landolt 1999, 333; Vehkakoski 2001, 159). Toistaiseksi melko vähäistä huomiota saanut kehitysteoreettinen näkökulma on vahvistanut lapsena ja nuorena koetun yksinäisyyden olevan mahdollista (Parkhurst & Hopmayer 1999, 63-69). Nuori kokee yksinäisyyttä hyvinkin herkästi, koska hän käy läpi sosiaalisia, emotionaalisia, kognitiivisia ja biologisia

kehitykseen liittyviä muutoksia. Yksinäisyyttä koetaan, kun nuorella on liian vähän tai huonosti kehittyneet sosiaaliset taidot siihen nähden, mitä vaaditaan siirryttäessä lapsuuden toverisuhteista kypsempien läheisten ihmissuhteiden luomiseen. (Marcoen & Goossens 1993, 203.)

Yksinäisyystutkimukset alkoivat yleistymään, kun havaittiin yksinäisyyden kokemuksen olevan monilla ihmisillä pysyvä olotila. Yksinäisyyden tutkiminen on tärkeää johtuen yksinäisyyden yleismaailmallisuudesta ja siitä, että pitkittyessään se on vaarana yksilön henkiselle ja psykososiaaliselle kehitymiselle ja terveydelle (Rotenberg 1999, 3). Yksinäisyyden tutkiminen on monitahoista, koska yksinäisyyttä ei voi havaita suoraan (Peplau & Perlman 1982, 1-3, 69). Yksinäisyyttä ei voida tutkia pelkästään behavioristisin tai fenomenologisin menetelmin yksinäisyyden subjektiivisen luonteen ja aiheen arkaluontoisuuden vuoksi. Suurin osa yksinäisyystutkimuksista on tehty positivistisin menetelmin kyselylomaketutkimuksin. (Laine 1989, 36-38.) Tutkimuskirjallisuuden perusteella yksinäisyystutkimukset kohdentuvat yksinäisyyden kokemuksiin, yksinäisyyden kokemuksesta johtuviin asenteisiin tai yksin olemisen myönteisiin vaikutuksiin (Marcoen & Goossens 1993, 197-199). Yksinäisyyttä kartoittavien tutkimusten kautta pyritään löytämään keinoja ja ratkaisuja, joilla voidaan auttaa selviytymään yksinäisyydestä ja välttää yksinäisyyden kokemuksesta johtuvia seurauksia (Peplau & Perlman 1982, 69-70).

Suomessa yksinäisyyttä on tutkittu suhteellisen vähän. Kouluikäisten ja nuorten yksinäisyyttä kartoittavat tutkimusprojektit aloitettiin Suomessa 1980-luvulla, kun yksinäisyystutkimusten määrä yleensä kasvoi ja yksinäisyyden havaittiin olevan maailmanlaajuinen ilmiö. (Laine 1998, 401.) Laine (mm. 1989, 1990, 1998) on Suomessa tutkinut pääasiallisesti lasten ja nuorten yksinäisyyttä. Mikäli suomalaisista 8–18-vuotiaista nuorista noin 14% kokee yksinäisyyttä, kuten Laineen tutkimukset osoittavat (Laine 1989; 1990; 1998, 402), nuorten yksinäisyyden kartoittamiseen ja sopivien interventiomenetelmien löytämiseen näyttäneen olevan Suomessa sosiaalinen tilaus.

3.2 Yksinäisyys kokemuksena ja siihen vaikuttaminen

Yksinäisyyttä koetaan läpi elämän (Perlman & Landolt 1999, 325) ja yksinäisyyden kokeminen vaihtelee eri ikäisten ja eri kulttuureissa elävien yksilöiden kesken (Jong-Gierveld & Raadschelders 1982, 105-117; Larson 1999, 244; Peplau & Perlman 1982, 9-10). Yksinäisyys yhdistetään yksilön tarpeiden, halujen ja taitojen väliseen

yhteensopimattomuuteen, mikä ilmenee erityisesti sosiaalisena ongelmana (Peplau & Perlman 1982, 9-10). Yksinäisyys on harvoin itse valittua (Välimaa 1993, 6), jolloin se on monelle ihmiselle mielenterveyttä uhkaava vakava asia, johon ei itse pystytä helposti vaikuttamaan (Aho & Laine 1997, 182).

Yksinäisyydestä puhuttaessa on tärkeä muistaa, että ajoittainen yksinäisyyden tunne on osa jokaisen ihmisen elämää (Laine 1998, 409). Tosin liiallinen yksinolo ei ole kenellekään hyväksi (Larson 1997, 90; 1999, 262). Oleellista on myös erottaa yksin oleminen varsinaisesta yksinäisyydestä. Yksin oleminen on merkitykseltään myönteinen ja voi osaltaan parantaa ja olla keino nauttia ja kasvaa ihmisenä. Kulttuurimme kuitenkin mieltää useimmiten kaikenlaisen yksinolon kielteisesti. (Marcoen & Goossens 1993, 197-199; Suedfelt 1982, 54-65.) Ihminen voi olla myös fyysisesti yksin kokematta itseään psyykkisesti yksinäiseksi. Yksinäisyyttä lähestytään useimmiten psyykkisestä yksinäisyydestä käsin. (Laine 1989, 4; 1998, 402; Marcoen & Goossens 1993, 198; Peplau & Perlman 1982, 3.)

Yksinäisyyden kokeminen erityisesti nuoruusiässä selittyy ihmissuhteiden luonteen muutoksista, nuorelle asetetuista vaatimuksista sekä yksilön sisäisistä ja ulkoisista syistä. Nuoret kokevat herkästi psyykkistä yksinäisyyttä, koska nuoruusiässä muuttuvat tärkeimpien suhteiden luonne ja tarvittavat läheisyyden ja liittymisen tunteet. (Parkhurst & Hopmayer 1999, 63-69.) Tovereista ja ystävistä tulee erittäin tärkeä osa nuoren jokapäiväistä elämää (mm. Brennan 1982, 269; Durkin 1998, 530; Aho & Laine 1997, 176; Laine 1998, 401; Larson 1999, 244; Weiss 1973, 92). Yksinäisyyden kokeminen ei liity ainoastaan suhteiden olemassaoloon tai niiden puuttumiseen, vaan myös sosiaalisten suhteiden laadulliseen aspektiin. Mikäli tyytyväisyys sosiaalisten suhteiden osalta laskee, yksinäisyyden kokeminen lisääntyy. (Peplau & Perlman 1982, 8.) Syyt nuoruusiässä yleisesti koettuun yksinäisyyteen ovatkin osittain siinä, että nuorilla on ystävyysuhteilta suuria odotuksia ja samalla heidän on itse vaikea täyttää ystävyiden vaatimia toiveita ja keskittyä identiteettinsä kehittämiseen muiden muutosten ohella (Laine 1998, 409). Tyttöjen ja poikien yksinäisyyskokemuksissa on vaihtelevasti havaittu eroa. Koenigin, Isaacsin ja Schwartzin (1994, 27-29) mukaan pojilla on taipumusta olla tyttöjä yksinäisempiä, vaikka tytöt ovat huomattavasti poikia masentuneempia.

Yksinäisyyden kokemiseen vaikuttaa yksilön sisäiset syyt, jolloin yksinäisyys on yhdistetty persoonallisuuspiirteisiin. Yksinäisten on todettu olevan ujoja ja sisäänpäinkääntyneitä (Peplau & Perlman 1982, 7-10; Weiss 1973, 12-13). Väitetään, että yksinäiset kokevat

itsensä usein erilaiseksi ja ei-rakastetuksi, mikä johtaa sosiaalisten kontaktien välttelemiseen ja muista eristäytymiseen (Peplau & Perlman 1982, 7-10; Horowitz, French & Anderson 1982, 183, 187). Lisäksi yksinäisillä on todettu olevan heikko itsearvostus, itsetunto ja taipumus itsensä vähättelemiseen (Brage ym. 1993; Peplau & Perlman 1982, 7-10; Välimaa, Kannas & Pötsönen 1994, 83). Sanotaan myös, että yksinäisillä nuorilla on usein huonot sosiaaliset taidot ja että he ovat onnettomia, masentuneita ja omaavat ei-itseään palvelevat attribuutiotyylit eli syyttävät yksinäisyydestä itseään. (Aho & Laine 1997, 185-186; Brage ym. 1993; Brennan 1982, 281-282; Inderbitzen-Pisaruk, Clark & Solano 1992, 151, 162-163.) Yksinäisellä ja ei-hyväksytyllä nuorella on todettu myös negatiivinen minäkäsitys, oppimisvaikeuksia, heikkoa koulumenestystä, koulunkäynnin keskeyttämistä, käytöshäiriöitä, nuorisorikollisuutta sekä emotionaalisia ja mielenterveydellisiä ongelmia (Aho & Laine 1997, 181). Yksinäisyyden tunne tuo mukanaan psyykkisiä oireita ja vihan sekä masentuneisuuden tunteet. (Brage ym. 1993; Horowitz ym. 1982, 183, 187; Koenig ym. 1994, 38).

Yksinäisten auttaminen ei ole yleensä helppoa. Tärkeintä on kehittää yksinäisten itsetuntoa, sosiaalisia kykyjä ja asenteita sosiaalisia tilanteita kohtaan. (Laine 1998, 411.) Yksinäisyyden tunteita voidaan ehkäistä ja vähentää muuttamalla sosiaalisia suhteita, sosiaalisia tarpeita sekä vähentämällä yksinäisyyden tunteen merkitystä (Peplau & Perlman 1982, 13-14). Myös uskonnollisilla kokemuksilla on todettu olevan yhteys vähäisempään yksinäisyyden kokemukseen (Kirkpatrick, Shillito & Kellas 1999, 513, 519-521; Rokach & Brock 1998, 107). Yksinäisyyden ikäviä tunteita vältetään käyttämällä yksin vietettävä aika itsensä tutustumiseen tai yrittämällä ymmärtää syitä yksin olemiselle. Yleisiä selviytymiskeinoja ovat itsensä kehittäminen ja ymmärtäminen. Kielteisempiä yksinäisyyden selviytymiskeinoja ovat vetäytyminen ja kieltäminen. (Rokach & Brock 1998, 123.) Nuorten on todettu pakenevat yksinäisyyden tunteitaan myös alkoholia tai huumeita käyttämällä, ylenpalttisella hauskanpidolla tai aggressiivisellä käyttäytymisellä (Brennan 1982, 283-285).

3.3 Yksinäisyyden ulottuvuudet

Sen lisäksi, että yksinäisyys on käsitteenä ja kokemuksena monitahoinen ilmiö, siitä voidaan erottaa eri ulottuvuuksia eli dimensioita (Parkhurst & Hopmeyer 1999, 57). Yksinäisyyttä on käsitelty yksi- ja monidimensionaalisenä ilmiönä. Globaalinen yksinäisyys on yksidimensionaalinen ja kuvaa yksinäisyyden yleisenä ja maailmanlaajuisena. Monidimensionaalisenä yksinäisyys näyttäytyy eri lajeina ja tyyppinä. (Russell 1982, 81-82.)

Weiss (1973) on erottanut *emotionaalisen* ja *sosiaalisen yksinäisyyden*, joiden mukaan yksinäisyyden kokemus on erilainen riippuen siitä, millaisissa suhteissa on puutteita. Emotionaalisesta yksinäisyydestä kärsivä kokee yksin olemisen erittäin ahdistavaksi siitäkin huolimatta, että hänellä olisi muuta seuraa. Sosiaalisesta yksinäisyydestä kärsivä kokee puolestaan tarpeen yleiseen sosiaaliseen kanssakäymiseen, vaikka hänellä olisi vähintään yksi läheinen ystävä. Emotionaalisella yksinäisyydellä tarkoitetaan läheisen kiintymyssuhteen kohteen puuttumista ja sosiaalisella yksinäisyydellä sosiaalisen verkoston puutetta. (Weiss 1973, 89-100, 145-152.)

Nuori voi kokea emotionaalista yksinäisyyttä, mikäli hänellä ei ole läheistä ja vastavuoroista ystävyysuhdetta. Erityisesti nuorille läheiset ystävyysuhteet mahdollistava oman persoonallisuuden ja identiteetin rakentamisen. Parhaimmillaan läheiset ystävät vahvistavat toistensa itsetuntemusta sekä tukevat henkistä kasvua ja identiteetin rakentumista. Lisäksi nuori voi puhua ja keskustella ystäviensä kanssa asioista, joista ei välttämättä haluta keskustella vanhempien kanssa. (Aho & Laine 1997, 176-182; Välimaa 1993, 5; Weiss 1973, 146-147.) Läheistä ystävää ei korvaa koko joukko tovereita. Sosiaalista yksinäisyyttä erityisesti länsimaisissa kulttuureissa elävät nuoret kokevat helposti, kun heidän odotetaan samanaikaisesti sekä liittyvän toisiin ja omaavan sosiaalisia taitoja että erottautua joukosta, päästä eteenpäin yksilöinä ja itsenäistyä. (Larson 1999, 244.) Sosiaalisissa tilanteissa nuorelle saattaa syntyä helposti käsitys, että täyttääkseen normit hänen tulee olla kaunis, suosittu, viehättävä ja menestyksekkäs (Aho & Laine 1997, 186).

Erityisesti lasten ja nuorten yksinäisyydessä Marcoen ja Goossens (1993, 1999) ovat erottaneet *vanhempiin* ja *tovereihin liittyvän yksinäisyyden* sekä *myönteisen* ja *kielteisen asennoitumisen yksinäisyyteen*. Lapsi tai nuori kokee vanhempiin liittyvää tai vanhemmista johtuvaa yksinäisyyttä, kun hän kokee tulevansa vanhempiensa taholta hylätyksi tai kun vanhemmat eivät anna riittävästi huomiota. Lapsi tai nuori kokee tovereihin liittyvää yksinäisyyttä, jos hän kokee omistavansa liian vähän ystäviä. Myönteinen asenne yksinäisyyteen kuvaa mielekkyyttä olla yksin ja kielteinen asenne yksinäisyyden tunteesta johtuvaa pahaa oloa ja surua. (Marcoen & Goossens 1993, 202-227; Goossens & Marcoen 1999, 227.)

Vaikka ihmissuhteiden luonne nuoruusiässä muuttuukin ja ystävistä ja tovereista tulee tärkeä osa nuoren jokapäiväistä elämää, vanhemmat ovat edelleen tärkeitä nuoren elämässä. Hyvä suhde vanhempiin vaikuttaa merkittävästi nuoren hyvinvointiin. (Nada Raja, McGee & Stanton 1992, 471.) Aikaisemmin (mm. Weiss 1973, 92) oletettiin ystävyysuhteiden korvaavan nuoren suhteen vanhempiinsa. Nykyään katsotaan, ettei nuorten kasvava sitoutuminen ystäviin korvaa suhdetta vanhempiin (Durkin 1998, 530; Jackson 1993, 15). Luottamuksellisten keskustelujen sujuminen ja lämmin vastavuoroinen suhde vanhempien kanssa on todettu olevan yhteydessä nuoren positiiviseen itsetuntoon ja täten vähäisempiin yksinäisyyden kokemuksiin (Välimaa ym. 1994, 83, 85). Nuorelle yksin olemiseen asennoituminen saattaa vaikuttaa ratkaisevasti yksinäisyyskokemuksiin. Jotkut nuoret saattavat oppia ajan myötä arvostamaan yksikseen viettämäänsä aikaa ja alkavat käyttämään sitä hyödyllisesti. Nuoren kehittyessä ja kypsyessä asenteet yksinäisyyteen muuttuvat. (Goossens & Marcoen 1999, 225, 242.)

Young (1982) on erottanut *kroonisen* ja *ohimenevän yksinäisyyden*, jolloin yksinäisyyden kokemiseen vaikuttaa joko sisäiset tai ulkoiset tekijät. Kroonisella yksinäisyydellä tarkoitetaan tilaa, jossa yksilöllä ei ole kykyä tai mahdollisuuksia olla yhteydessä toisiin ihmisiin. Ohimenevällä yksinäisyydellä tarkoitetaan luonnollista yksinäisyyden tunnetta, joka menee ohi ilman suurempia ongelmia. Näiden yksinäisyysdimensioiden lisäksi Young määrittelee situationaalisen eli *tilannekohtaisen yksinäisyyden*, joka on seurausta yksilön elämässä tapahtuvista muutoksista, kuten asuinpaikkakunnan muutoksesta tai puolison kuolemasta. (Young 1982, 382-383.)

Nuoret kokevat usein tilannekohtaista yksinäisyyttä ulkoisista syistä esimerkiksi silloin, kun tärkeä sosiaalinen suhde katkeaa elinoloissa tapahtuvan muutoksen kuten paikkakunnan vaihdoksen myötä (Brennan 1982, 269-271; Aho & Laine 1997, 185). Ohimenevään tai tilannekohtaiseen yksinäisyyteen voi vaikuttaa myös koululaitos korostamalla yksilöllisyyttä ja onnistumista kilpailullisin keinoin. Kilpailun ja arvostelun korostaminen aiheuttavat monille epäonnistumisen ja torjunnan tuntemuksia, jotka aiheuttavat yksinäisyyskokemuksia. (Aho & Laine 1997, 185.) Kouluissa pidettävät ryhmätöet ja välitunnit ruokkivat myös yksinäisyyttä (Laine 1998, 410) samoin kuin tiedotusvälineet, jotka voivat aiheuttaa nuorelle yksinäisyyden tuntemuksia luomalla epärealistisia odotuksia sosiaalisista suhteista (Aho & Laine 1997, 185-180). Yksinäisyydestä saattaa muodostua

nuorelle kroonista, mikäli hänellä on riittämättömät sosiaaliset taidot ja hän kokee ahdistusta ympäröivästä sosiaalisesta maailmasta (Marcoen & Goossens 1993, 203).

3.4 Mistä nuoruudessa koettu yksinäisyys muodostuu?

Koska nykyään tiedetään nuorten kokevan yksinäisyyttä ja sen olevan nuoruusiässä jopa hyvin yleistä, siihen tulisi kiinnittää enemmän huomiota johtuen yksinäisyyden kokemisen haitallisista vaikutuksista nuoren kehitykseen (Coleman 1993, 262-263). Valitettavasti nuorten sosiaalisia suhteita tarkastellaan hyvin usein niiden näkyviltä osilta, kuten sosiaalisten ryhmien ja jengien aiheuttamien häiriöiden näkökulmasta, jolloin sosiaalinen vetäytyminen ja ujous jäävät huomaamatta (Sletta, Valås & Skaalvik 1996, 443; Vehkakoski 2001, 159, 164).

3.4.1 Kiintymyssuhde ja suhteet vanhempiin

Vanhempi-lapsi -suhteella ja kiintymyssuhteella on tutkimusten mukaan yhteyttä yksinäisyyden kokemiseen nuoruusiässä. Lasten kiintymyssuhteiden laadun on havaittu liittyvän ikätoverien hyväksyntään, ystävyyssuhteiden määrään ja laatuun, yksinäisyyteen sekä vuorovaikutukseen ystävien kanssa. Kiintymyssuhteet voidaan jakaa turvallisesti ja turvattomasti kiintyneisiin, välttelevästi, ambivalentisti ja riippuvaisesti kiinnittyneisiin kiintymyssuhteisiin. (Kerns, Klepac & Cole 1996, 464-465.) Turvallisen kiintymyssuhteen on havaittu vaikuttavan myönteisesti ja puolestaan kielteisen, ambivalentin tai ristiriitaisen kiintymyssuhteen kielteisesti nuoren kehittymiseen ja ihmissuhteisiin. Marcoenin ja Goossensin (1993) tutkimuksen mukaan turvallisesti kiintyneet nuoret kokivat vähemmän vanhempiin ja ikätovereihin liittyvää yksinäisyyttä kuin turvattomasti kiintyneet, jotka puolestaan kokivat saavansa vähän tai ei lainkaan tukea ja kannustusta. (Marcoen & Goossens 1993, 205-206, 219-222.)

Kerns ym. (1996, 457) havaitsivat tutkimuksistaan, että äitiinsä turvallisesti kiintyneet nuoret olivat hyväksytympiä tovereiden keskuudessa sekä ystävyyssuhteissaan vastavuoroisempia, vähemmän kriittisiä ja vähemmän yksinäisiä kuin ne nuoret, joilla oli äitiinsä vähemmän turvallinen suhde. Kerns ja Stevens (1996) ovat tutkineet äiti-lapsi ja isä-lapsi -suhteen vaikutusta yksinäisyyden kokemiseen nuoruudessa. He havaitsivat, että turvallinen kiintymyssuhde vapautti nuoren olemaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Turvallisella kiintymyssuhteella ei ollut kuitenkaan yhteyttä

ystävyyssuhteen laatuun. (Kerns & Stevens 1996, 323, 335-336.) Nada Rajan ym. (1992) tutkimus korosti, että nuoren turvallinen ja pysyvä suhde vanhempiin saattaisi olla jossain suhteessa nuorelle jopa tärkeämpi hyvinvoinnin kannalta kuin suhteet ikätovereihin. Kuitenkin tyydyttävä suhde sekä vanhempiin että ikätovereihin näytti heidän mukaan olevan välttämätön nuoren identiteetin ja itsetunnon myönteiseen kehitykseen ja yksinäisyyden välttämiseen. (Nada Raja ym. 1992, 484.) Perheen ja lähiympäristön panos nuorten myönteisen minäkuvan ja itsetunnon kehittymisessä on ensiarvoisen tärkeää (Välimaa ym. 1994, 87).

3.4.2 Sosiaalinen ikätoveristatus

Tutkittaessa ikätoveristatuksen ja yksinäisyyden välistä yhteyttä tukeudutaan sosiometrisiin nimeämisiin ikätoveristatuksen osoittajina (Aho & Laine 1997, 211; Vehkakoski 2001, 161). Sosiometrisissa mittauksissa nimeämisen perusteella nuoret voidaan jakaa suosittuihin, huomiotta jääviin, keskimääräisiin, ristiriitaisiin ja torjuttuihin (Parkhurst & Asher 1992, 232; Vehkakoski 2001, 161). Suositut henkilöt saavat paljon myönteisiä nimeämisiä, kun taas huomiotta jäävät saavat vain vähän nimeämisiä. Keskimääräiset saavat sopivassa suhteessa niin myönteisiä kuin kielteisiä nimeämisiä. Ristiriitaisesti nimetyt saavat paljon myönteisiä että kielteisiä nimeämisiä ja torjutut puolestaan paljon pelkkiä kielteisiä nimeämisiä. (Vehkakoski 2001, 161.)

Parkhurstin ja Asherin (1992) tutkimusten mukaan nuoret, joista pidettiin ikätovereiden keskuudessa kaikkein eniten, olivat yhteistyökykyisiä. Torjutut nuoret olivat puolestaan luonteeltaan aggressiivisia ja häiritseviä ja heillä oli vähän sosiaalisesti suotavia piirteitä. Erottaessaan tutkimustensa perusteella torjuttujen joukosta torjutut-vetäytyvät ja torjutut-aggressiiviset he havaitsivat molemmilla ryhmillä olevan heikkoja sosiaalisia taitoja, mutta vain torjuttujen-vetäytyvien kokevan torjutuksi tulemisen vuoksi yksinäisyyttä. (Parkhurst & Asher 1992, 238-239.) Vehkakoski mainitseekin, että torjutuksi nimeäminen ei välttämättä yksiselitteisesti merkitse yksinäisyyden kokemusta kaikilla yksilöillä (Vehkakoski 2001, 162, 164). Crick ja Ladd (1993) ovat tutkimuksissaan havainneet saman. He totesivat torjuttujen nuorten kokeman yksinäisyyden ja sosiaalisen ahdistuneisuuden johtuvan sosiaalisesta ympäristöstä, jossa suurin osa tovereista ei pidä heistä ja torjunta ilmaistaan näkyvästi ja avoimesti. Torjuttu nuori näkee ja on täten selvästi tietoinen ikätoveriensä negatiivisista asenteista ja käytöksestä häntä kohtaan. (Crick & Ladd 1993, 244, 251.)

3.4.3 Sosiaaliset syytulkinnat, strategiat ja taidot

Yksinäisyyden syytulkintojen eli attribuutioiden on todettu olevan yhteydessä nuorten kokemaan yksinäisyyteen. Attribuutioiden lähtökohtana on kolme perusdimensiot: kausaalisuus (sisäinen-ulkoinen), pysyvyys (vakaa-epävakaa) ja kontrolloitavuus (kontrolloimaton- kontrolloitu) (Antaki & Brewin 1982, 6-7, 14). Laineen (1998) tutkimuksen mukaan kaikkein yksinäisimmät nuoret käyttivät ”ei-itseään palvelevia” attribuutiotyylejä eli eivät kokeneet voivansa kontrolloida yksinäisyyttään ja vaikuttaa siihen. Yksinäisyyden syyt nähtiin sisäisinä ja pysyvinä. Tämän vuoksi yksinäinen nuori jää usein odottamaan muiden aloitetta ja vetäytyy itse passiiviseksi. Usein krooninen yksinäisyys aiheuttaa noidankehän; normaalien toverikontaktien puute ja eristäytyminen muista johtaa siihen, että nuorella on vähän mahdollisuuksia kehittää sosiaalisia taitojaan. Eristäytyminen muista ja yksinäisyys johtaa negatiiviseen itsearvostukseen ja suurempaan avuttomuuteen ja vetäytymiseen. Yksinäiset nuoret ovat pysähdyksen tilassa ja pysyvät yksinäisinä. (Laine 1998, 401, 409-410.)

Nurmi, Toivonen, Salmela-Aro ja Eronen (1996) havaitsivat, että pessimistinen asenne sekä passiivisten ja välttelevien sosiaalisten strategioiden käyttö johtivat sosiaalisten suhteiden tyytymättömyyteen, epäsuosioon ikätovereiden keskuudessa sekä aiheutti ongelmia läheisten suhteiden luomisessa. Päinvastaisesti optimistinen asenne, sosiaalisten strategioiden käyttö ja tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin ehkäisi yksinäisyyden kokemusta. (Nurmi, Toivonen, Salmela-Aro & Eronen 1996, 201, 214.) Slettan ym. (1996) tutkimusten mukaan toveriensa keskuudessa ei-hyväksytyt nuoret kokivat yksinäisyyttä ja omasivat sisäänpäinkääntyneen käyttäytymispiirteen, joka liittyy välttelevien strategioiden käyttöön ja haluun olla huomaamaton. Heillä oli myös huono itsearvostus. Puolestaan ulospäinsuuntautunut käyttäytyminen yhdistettiin toverien hyväksyntään. (Sletta ym. 1996, 431, 442-443.) Green ja Wildermuth (1993) havaitsivat tutkimuksissaan tyttöjen yksinäisyyden olevan seurausta tunneilmaisun puutteesta, jolloin fyysisen läheisyyden, itsensä ilmaisun ja asioiden jakamisen puuttuminen aiheuttaa tytöille yksinäisyyttä. Poikien yksinäisyys johtui pitkälti aloitteettomasta ja passiivisesta käyttäytymisestä ja heidän sosiaalinen roolinsa oli vahvasti sidoksissa toisten tekemiin päätöksiin. Mikäli pojilla ei ollut mahdollisuuksia osallistua pojille tyypillisiin aktiviteetteihin, he kokivat herkästi yksinäisyyttä. (Green & Wildermuth 1993, 843, 848-849.)

Carrin ja Schellenbachin (1993) mukaan sosiaaliset taidot saattavat olla ensisijaisia kroonisen yksinäisyyden aiheuttajia. Kroonisesta yksinäisyydestä kärsivä nuori ei osaa käyttäytyä sosiaalisesti suotavalla tavalla, ei osaa reflektoida käytöstään ja oppia toiminnoistaan. Kyvyttömyys tarkkailla omaa käyttäytymistä saattaa johtua sosiaalisista, affektiivisista ja/tai käyttäytymiseen liittyvistä kehitysongelmista. Kun yksinäinen nuori ei osaa käyttäytyä ikätovereiden kesken eikä ymmärrä toisten näkökulmia, intressejä ja tarpeita, hän hermostuu torjutuksi tulemisesta. Ongelmat kasaantuvat avuttomuuden tunteista ja siitä, ettei yksinäinen ymmärrä oman toimintansa seurauksia. (Carr & Schellenbach 1993.)

4 TULEVAISUUSORIENTAATIO JA SEN MERKITYS NUORUUDESSA

4.1 Tulevaisuusorientaatio tutkimuskohteena

Tulevaisuuteen orientoituminen on monitasoista (Nurmi 1989a, 14; 1991, 4; Trommosdorff 1986, 122) ja sisältää yksilön suunnitelmia ja asenteita henkilökohtaisen elämän suhteen (Kasurinen 1999, 7). Ihmisen ajattelun ja toiminnan merkittävimpiä piirteitä on tulevaisuuden tapahtumiin ja tavoitteisiin suuntautuminen eli tulevaisuuteen orientoituminen (Nurmi 1991, 1). Suurin osa ihmisen motiiveista, mielenkiinnon kohteista ja tavoitteista ovat tulevaisuuteen kohdistuvia (Nurmi 1989a, 15). Vaikka tulevaisuuden tapahtumat motivoivat yksilön jokapäiväistä käyttäytymistä läpi elämän, tulevaisuuden suunnittelu on erityisen tärkeää nuorille heidän tulevan elämänsä kannalta (Nurmi 1991, 1; Salmela-Aro 2001, 159). Tulevaisuuteen liittyvät käsitteet eivät ole vielä vakiintuneet kielenkäytössä Suomessa eikä ulkomailla (Mikkonen 2000, 8). Eri tutkijat ovat tutkineet tulevaisuuteen suuntautumista käyttäen hieman erilaisia käsitteitä ja määritelmiä.

Vieraskielisissä teoksissa käytetään pääasiassa termejä future orientation, time perspective, time orientation, time attitude ja time orientation. Trommosdorffin, Burgerin ja Fuchslen (Trommosdorff 1986, 122; Trommosdorff, Burgerin ja Fuchsle 1982, 167-168) käsitysten mukaan *tulevaisuuteen orientoituminen* on aikaperspektiivin yksi aspekti, johon liittyy suunnitelmat, toiveet ja pelot tulevaisuutta kohtaan. Suomessa *tulevaisuuteen suuntautumisella* eli tulevaisuuteen orientoitumisella viitataan monimuotoiseen kognitiiviseen prosessiin, joka perustuu ihmisen kykyyn suunnitella tulevia tapahtumia, antaa niille henkilökohtaisia merkityksiä ja käsitteellistää niitä ajatuksen tasolla (Malmberg 1994, 12; Nurmi 1991, 2-3).

Aikaperspektiivi käsite Nuttinin (1985) mukaan liittyy yksilön käyttäytymiseen ja motivaatioon liittyvään toimintaan, johon sisältyy menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus. Aikaperspektiiviin liittyy *aika-asette* ja *aikaorientaatio*, jossa aika-asette viittaa yksilön asennoitumiseen menneeseen, nykyhetkeen ja tulevaisuuteen ja aikaorientaatio yksilön käyttäytymisen ensisijaiseen suuntaukseen. Nuoret ovat näin ollen tulevaisuusorientoituneita ja iäkkäämmät menneisyysorientoituneita. (Nuttin 1985, 11, 40.) Nurmen (1983, 4) mukaan *aikaperspektiivillä* tarkoitetaan ihmisen tulevaisuuteen suuntautuvan toiminnan ja psyykkisen säätelyn eli yksilön arvo-, motiivi- ja tavoitehierarkioiden sekä maailmankuvan ja toimintastrategioiden ajallista rakennetta.

Blinikka (1977, 1) puolestaan määrittelee kirjallisuuskatsauksessaan aikaperspektiivin aikaa koskevaksi tiedostamiseksi ja *tulevaisuuden kuvat* ihmisen aikaan liittämiksi sisällöllisiksi asioiksi. Mikkonen (2000, 63-65) on käyttänyt termiä *tulevaisuuskuva* viittamaan maailmankuvan yhtä ulottuvuutta ja mentaalista rakennetta, jonka pohjalta muodostetaan subjektiivisia näkemyksiä tulevaisuudesta. Puttonen (1985) käyttää termiä *tulevaisuuden perspektiivi*, jolla tarkoittaa jatkuvasti muuttuvaa ja enemmän tai vähemmän tietoista yksilön tulevaisuuteen suuntautuvien käsitysten ja mielikuvien kokonaisuutta. Tulevaisuuden perspektiivin sisällöllinen puoli muodostuu Puttosen mukaan tulevaisuuden kuvista ja tulevaisuuteen liittyvistä suunnitelmista. (Puttonen 1985, 45.)

Otettiinpa tulevaisuuteen suuntautumisen tulevaisuuskäsitteeksi ja -määritelmäksi mikä tahansa, erityisesti nuorten yksi merkittävimmistä kehitystehtävistä on harkita tulevaisuuden mahdollisuuksia sekä tehdä valintoja ja suunnitelmia (Blinikka 1977, 109; Nurmi 1983, 3; Sundberg, Poole & Tyler 1983, 415), sillä nuoruusiän jälkeen realistiset mahdollisuudet valintojen tekemiseen vähenevät (Nurmi 1983, 3). Tästä syystä suurin osa tulevaisuusorientaatioon liittyvistä tutkimuksista on tehty koskien lapsuutta ja nuoruutta, mikä heijastaa tulevaisuuden merkityksen tärkeyttä juuri näillä ikäryhmillä (Nurmi 1991, 2). Nuorten tulevaisuusorientaatioon liittyvät tutkimukset lisääntyivät 1950-luvulla, jonka jälkeen aiheeseen liittyviä tutkimuksia on kertynyt runsaasti (Nurmi 1989a, 9; 1990, 203; 1991, 2). Tutkittaessa tulevaisuutta mistä lähtökohdasta tahansa tulee muistaa, ettei tulevaisuudesta ja tulevaisuudessa tapahtuvista asioista ole mahdollista saada objektiivista tietoa tai merkkejä ennen kuin tulevaisuus on ajankohtainen (Ketonen 1981, 2). Lisäksi mahdollisia tulevaisuuksia on useita ja kun tiedetään mahdolliset vaihtoehdot, riippuu ihmisestä itsestään, minkä hän niistä valitsee (Rubin 1995, 5).

Suomessa nuorten tulevaisuuteen suuntautumista ovat tutkineet muun muassa Nurmi ja Malmberg. Tulevaisuusorientaatioon liittyvät tutkimukset ovat kohdistuneet tulevaisuuteen liittyviin suunnitelmiin, tavoitteisiin ja mielenkiinnon kohteisiin, tulevaisuuden aikaperspektiiviin, kontrollointimahdollisuuksiin ja asenteisiin (Kasurinen 1999, 11). Nuorten tulevaisuuteen kohdistuvia ajatuksia on tutkittu puhtaasti kyselylomakemenetelmällä, mutta myös avointen kysymysten, essee-kirjoitelmien ja haastatteluiden avulla. Nuorten tulevaisuusorientaation tutkiminen on etenkin näinä muuttuvina, epävarmoina aikoina tärkeää, jotta nuorta voidaan valmistaa kohtaamaan millainen tulevaisuus tahansa (Mikkonen 2000, 2). Nuorten tulevaisuusorientaatioista käsin heille tulee antaa ne eväät, joiden avulla he kykenisivät elää tasapainoista elämää vuosienkin päästä (Rubin 1995, 1).

4.2 Tulevaisuusorientaatio suuntautumista ja toimimista

Tulevaisuuteen orientoituminen on aina yhteydessä ihmisen kehitykseen (Nurmi 1991, 3) ja siihen liittyy sekä suuntautumis- että suorituspuoli. Yksilö voi suuntautua tulevaisuuteensa ajatuksellisesti ennakoimalla ympäröivän maailman tapahtumia ja muutoksia tai konkreettisesti toimimalla jotakin tavoitellen. (Nurmi 1983, 3.) Tulevaisuusorientaation teoreettisena viitekehyksenä toimii suuntautumis- ja suorituspuoleen liittyen kognitiivis-motivatioaalinen rakenne (mm. Blinikka 1977, 27; Kasurinen 1999, 11; Trommosdorff 1986, 122; Trommosdorff ym. 1982, 168, 193-194), jonka Nurmi (1989a; 1989b; 1991) jakaa teorioissaan kolmeen prosessiin: *motivaatioon*, *suunnitteluun* ja *arviointiin*.

Tulevaisuusorientaation suuntautumispuolta kuvaa motivationaalinen rakenne arvoineen ja motiiveineen, joihin sisältyvät mahdolliset toiveet, tavoitteet tai pelot ja pahaolo tulevaisuutta kohtaan (Nurmi 1983, 4; Trommosdorff 1982, 167-168). Motivaatio sisältää täten kiinnostuksen kohteet, joita yksilöllä on tulevaisuutta kohtaan (Nurmi 1989a, 14; 1989b 64; Nuttin 1984, 211; 1985, 18; Trommosdorff ym. 1982, 168).

Tulevaisuusorientaation suorituspuolta kuvaavaan kognitiiviseen rakenteeseen liittyvät sen sijaan motiivien ja arvojen muokkaamat konkreettiset tulevaisuuteen suuntautumisen osatavoitteet, suunnitelmat, toimintastrategiat ja niiden toteuttaminen (Nurmi 1983, 3-4, 6). Suunnittelu ja arviointi liittyvät suorituspuoleen. Suunnitteluun sisältyy toiminnat, joilla yksilö suunnittelee tavoitteensa toteuttavan käytännössä (Nurmi 1989a, 15-16; 1989b, 65).

Siihen kuuluu tulevaisuuden tapahtumien päätöksentekoprosessit ja ennakoitujen rakenteet (Trommsdorff 1986, 122; Trommsdorff ym. 1982, 168-170). Arviointi sisältää aikaulottuvuuden sille, milloin tavoitteen odotetaan toteutuvan (Nurmi 1989a, 16; 1989b, 65). Arviointitasolla oleellisia ovat yksilön syytulkinnot eli attribuutit tapahtumista. Onnistuneesti toteutuneet tulevaisuudentapahtumat arvioidaan usein sisäisillä ja kontrolloitavuuteen liittyvillä syillä ja ne tuovat mukanaan optimistisia tunteita. Epäonnistuneet tulevaisuudentapahtumat arvioidaan ulkoisilla ja kontrolloimattomilla syillä ja ne aiheuttavat pessimistisiä ajatuksia. (Nurmi 1989a, 16; 1991, 6-7.)

Erytyisesti nuoruusiässä kehittyvät monet valmiudet, jotka mahdollistavat nuoren tulevaisuuden suunnittelun. Monimutkainen yksilö-maailma –vuorovaikutussuhde, jossa tulevaisuuteen suuntautuminen osana kokonaispersoonallisuutta kehittyi, muuttuu olennaisesti. (Nurmi 1983, 6-9.) Erytyisesti kognitiivisten valmiuksien kehittyessä nuori kykenee tekemään arvioita ja kuvaamaan eri vaihtoehtoja todellisuudesta. Nuoruusiässä opitaan myös suotavat tavat saavuttaa päämääriä ja ymmärretään, minkä ikäisenä tietyt tavoitteet voidaan saavuttaa. Myös onnistumisen ja epäonnistumisen tunteiden käsittelykyky kehittyi. (Lanz, Rosnati, Marta & Scabini 2001, 170-171.)

Tulevaisuuden suunnittelu ja tulevaisuuden tavoitteiden toteuttaminen ovat nuoruusiässä tärkeitä myös siksi, että nuori on kasvokkain useiden nuorille tyypillisten kehitystehtävien (ks. s. 3-4) kanssa, kuten esimerkiksi itsenäistymisen. Lisäksi nuorten tulevaisuuteen liittyvät päätökset kuten uravalinnat, elämäntyyli ja perhekysymykset ovat nuoruudessa keskeisessä asemassa. Myös tapa, jolla nuori näkee tulevaisuutensa, vaikuttaa merkittäväällä tavalla hänen identiteettinsä kehittymiseen. (Nurmi 1991, 1.)

4.3 Tulevaisuusorientaatioon vaikuttavat tekijät

Tulevaisuusorientaatioon vaikuttaa useat tekijät. Tulevaisuutta ei ole kuitenkaan mahdollista ymmärtää ilman asioiden historiallisen ja keskinäisten seurausvaikutusten tuntemusta, koska mennyt vaikuttaa aina tulevaan. Menneisyyden tunteminen historiallisesti mahdollistaa yksilön suhteuttamaan toiveensa ja odotuksensa tulevaisuudelle. (Mikkonen 2000, 16-17; Nurmi 1991, 4; Nuttin 1985, 39-40.)

Tulevaisuusorientaatioon vaikuttaa suunnittelun, päätöksenteon ja käyttäytymisen lisäksi tavoitteiden merkitys ja painoarvo, omien kykyjen ja ympäristötilanteiden arviointi

nykyhetkellä ja tulevaisuudessa, kyky ratkaista ongelmia ja odottaa välittömän tarpeen täyttymistä, valmius sietää turhautumia ja joustavuus strukturoida uudelleen aiemmin saavuttamattomat tavoitteet. Myös tilannetekijät vaikuttavat tulevaisuuteen suuntautumiseen. (Trommosdorff 1986, 122.) Nurmi (1991) mainitsee tulevaisuusorientaation taustalla vaikuttavan kulttuurilliset ja institutionaaliset olosuhteet, normatiiviset odotukset ja tietoisuus tulevaisuudesta, jotka asettavat tietyn perustan tulevaisuuteen suuntautuville tavoitteille ja suunnitelmille. Nurmi korostaa, että tavoitteet, suunnitelmat ja usko tulevaisuuden odotuksiin on opittu sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Nurmi 1991, 8-14.) Myös yksilön mieliala ja psyykinen status vaikuttavat tulevaisuuteen suuntautumiseen (Blinikka 1977, 41).

Erityisesti nuorten tulevaisuusorientaatioon vaikuttavat vanhemmat, joiden vaatimukset ohjaavat lapsen suuntautumista monin tavoin. Kodin vuorovaikutus ohjaa sekä nuoren suuntautumispuolen että sitä toteuttavien keinojen hallintaa. (Nurmi 1983, 8, 108; 1989a, 50; 1991, 48; Trommosdorff ym. 1982, 181-182.) Myös perheen sosiaalinen konteksti ja siihen sisältyvät mallit, arvot ja odotukset (Lanz ym. 2001, 173-174) sekä vanhempien kontrolli ja tuki vaikuttavat nuorten tulevaisuusajatteluun (Nurmi 1990, 204). Nuoret näyttävät muokkaavan tulevaisuuden elämäänsä heidän vanhempiansa elämäntavan mukaisesti (Kasurinen 1996, 241, 245).

Kodin ohella eri instituutiot (koulu, kirkko), ikätoverit ja joukkotiedotusvälineet vaikuttavat nuoren toimintaympäristössä yhä enemmän (Malmberg 2001, 132-133; Nurmi 1991, 8-9). Koulutoiminta tuo mukanaan nuorelle koulunkäyntiin ja työhön liittyviä tavoitteita sekä käsityksiä omasta itsestään ja omista kyvyistään selviytyä erilaisissa tilanteissa tulevaisuuttakin ajatellen (Nurmi 1991, 8-9). Kasvattajilla ja opettajilla on vastuullinen tehtävä antaessaan lapsille ja nuorille tavat, joilla elää tulevaisuutta eteenpäin (Rubin 1995, 1). Koulujen tehtävänä on saada nuoret entistä aktiivisemmiksi oman tulevaisuutensa ja maailman huomisen rakentajiksi. Niiden tulee myös auttaa nuoria sopivan tulevaisuuden löytämiseksi tulevaisuustavoitteiden, päämäärien asetteluiden ja niiden pohjalta johdettujen tulevaisuusstrategioiden kautta. (Rubin 1995, 1.) Myös nuoren aikaisemmat kokemukset tulevaisuuden suunnittelusta ja odotuksien toteutumisesta sekä ikä (Trommosdorff ym. 1982, 175, 181), sukupuolirooli ja sosiaaliluokka voivat vaikuttaa heidän tulevaisuusorientaatioonsa. (Nurmi 1991, 48; Trommosdorff ym. 1982, 176-177).

4.4 Miten nuoret suuntautuvat tulevaisuuteensa?

Tulevaisuusorientaatiota on tarkasteltu eri ulottuvuuksien eli dimensioiden kautta. Neljä yleisimmin käytettyä ulottuvuutta ovat sisällöllinen tulevaisuuden tavoitteisiin liittyvä, ajallinen, affektiivinen ja syytulkintoihin liittyvät dimensiot. Tulevaisuuden sisällöllä tarkoitetaan yksilön menneisyydessä kokemia tai tulevaisuudelta odottamia tapahtumia tai sisältöjä eli tulevaisuuden tavoitteita. Ajalliseen ulottuvuuteen liittyy ekstensio, joka viittaa tulevaisuuteen suuntautumisen laajuuteen, syvyyteen ja/tai pituuteen menneisyyttä ja tulevaisuutta kohtaan. Tulevaisuusorientaation affektiiviseen puoleen liittyy optimistisuus, aktiivisuus ja positiivisuus tai vastakohtaisesti pessimistisyys, passiivisuus ja negatiivisuus. (Blinikka 1977, 25-27; Trommsdorff, Lamm & Schmitd 1979, 133.) Syytulkintoihin eli vaikutusmahdollisuuksiin liittyvään ulottuvuuteen liittyy joko sisäinen ja/tai ulkoinen kontrolli tulevaisuudessa tapahtuviin asioihin (Trommsdorff ym. 1979, 133).

4.4.1 Tulevaisuuden tavoitteet

Nuorten tulevaisuuden tavoitteiden sisällöllinen mielenkiinto kohdistuu pääasiassa koulutukseen ja ammattiin liittyviin tavoitteisiin sekä suunnitelmiin, jotka liittyvät tulevaisuuden perhe-elämään. Nuorten tulevaisuuteen kohdistuviin tavoitteisiin liittyy myös harrastukset, ihmissuhteet, koti ja varallisuus. Nuorten tulevaisuuteen suunnattujen tavoitteiden on todettu yleensäkin vastaavan niitä kehitystehtäviä, joita nuoriin kohdistuu ja toimintavälttämättömyyksiä, jotka ovat nuoren ennakoitavissa. (Nurmi 1983, 102.) Salmela-Aro ja Nurmi (1997) tosin mainitsevat, että pahoinvoivat ja itsetunnon heikot nuoret keskittyvät normatiivisten päämäärien sijaan useammin itseensä, jolloin perinteiset nuorelle asetetut tavoitteet jäävät vähemmälle (Salmela-Aro & Nurmi 1997, 488-489). Carrolls, Durkin, Hattien ja Houghtonin (1997, 441, 448) tutkimuksen mukaan riskinuorten ja rikollisten nuorten tulevaisuuden tavoitteet kohdistuivat nuoren omaan sosiaaliseen kuvaan, omaan vapauteen, itsenäisyyteen ja riippumattomuuteen aikuisten kontrollista.

Koulutuksen ja työn merkitys ovat keskeisiä nuorten tulevaisuuteen suuntautumisessa, mikä on tärkeää myös yhteiskunnan kannalta (Nurmi 1983, 102, 105; 1989, 49; 1991, 49). Koulutus ja työ ovat nuorille tärkeitä tulevaisuudessa myös kulttuurista riippumatta (Kasurinen 1999, 12), vaikka niiden merkitys korostuu eniten urbanisoituneiden kaupunkien nuorilla (Nurmi 1991, 49). Sundbergin ym. (1983, 422-425) tutkimuksen mukaan seurustelu, avioliitto ja vanhemmuus ovat keskeisiä tulevaisuuden tavoitteita ja

toteavat tämän kaltaisten tavoitteiden olevan tyypillisiä ja osoittavan tiettyjä yleisiä teemoja, jotka yhdistävät kaikkia kulttuureja.

Nurmen (1983, 108) tutkimuksen mukaan tytöt ovat yhtä kiinnostuneita koulutuksesta ja ammatista kuin pojat, vaikka tytöt suuntautuvatkin perheeseen ja ihmissuhteisiin liittyviin tekijöihin poikia enemmän. Malmbergin (1994) tutkimuksen mukaan pojat korostavat tulevaisuuteen suuntautumisessaan materialistisiin asioihin liittyviä tekijöitä, kun taas tyttöjen mielenkiinto kohdistuu enemmän koulutuksellisiin ja sosiaalisiin tekijöihin sekä terveyteen. Tytöt ovat myös enemmän huolissaan perheestään kuin pojat. Molemmille sukupuolille on tärkeitä ammatillinen ura, itsenäisyys ja perhe. (Malmberg 1994, 74; 1996a, 213.) Nuorten koulutusta koskevia tavoitteisiin ja suunnitelmiin on todettu vaikuttavan perheen myönteinen ilmapiiri ja vähäinen kontrollointi. Perheen kielteinen ilmapiiri näkyi puolestaan ihmissuhteita ja kotia koskevien pelkojen lisääntymisenä. (Nurmi 1983, 108).

Malmbergin (1994, 1996b) tutkimusten mukaan koulut tarjoavat nuorelle lähtökohtia ennakoita omaa elämää ja siihen liittyviä suunnitelmia. Tietoa tulevaisuuden suunnitelmilleen yläasteikäiset nuoret keräävätkin eniten koulusta. Iän myötä joukkotiedotusvälineet ja toverit tiedonhakulähteinä lisääntyvät. Tytöt keräävät poikia enemmän tietoa. (Malmberg 1994, 75-76; 1996b, 457.) Eniten tietoa kerätään tulevaisuuden koulutuksesta ja ammatista ja vähiten tulevaisuuden perhe-elämästä, mikä johtuu luultavasti siitä, että koulutus ja ammatti ovat perhe-elämää lähempänä olevia tulevaisuuden asioita (Malmberg 2001, 133). Nurmen (1991) tutkimusten mukaan nuoret hakevat vanhempiensa neuvoja ja mielipiteitä, kun kyseessä on pitkän tähtäimen tärkeät ja vaikeat päätökset. Ystäviensä mielipiteitä ja tuntemuksia he kysyvät, kun kyseessä on lyhyen tähtäimen ja samalla vähemmän merkitykselliset asiat. (Nurmi 1991, 11.)

4.4.2 Tulevaisuuden suunnittelu ajallisesti

Tulevaisuusorientaation merkitys kasvaa 20 ikävuotta lähestyttäessä. Iästä riippumatta nuoret ovat kiinnostuneita elämäntapahtumista, joiden odotetaan toteutuvan 20–30-vuotiaana. Vain harva nuori suuntaa tavoitteitaan yli 30 ikävuoden (Nurmi 1989a, 50; 1990, 204; 1991, 47-48.) Tästä johtuen varhaisnuoret ajattelevat tulevaisuuttaan ajallisesti pidemmälle kuin vanhemmat nuoret (Nurmi 1991, 47). Iän karttuessa ammattiin liittyvät pelot ja toisaalta perheeseen sekä avioliittoon liittyvät toiveet ja suunnitelmat kasvavat niiden tullessa yhä ajankohtaisimmiksi. Ajallisesti koulutusta koskevat tavoitteet

suuntautuivat läheisiin elämänvaiheisiin, kun taas perhettä, avioliittoa ja varallisuutta koskevat tavoitteet suuntautuivat selvästi muita tavoitteita kaukaisempiin elämänvaiheisiin. (Nurmi 1983, 103, 106; 1991, 47.)

Malmbergin (1994) tutkimuksen mukaan tytöt ennakoivat muutoksen aikuiseksi tapahtuvan aikaisemmin ja nopeammin kuin pojat. Tytöt myös odottavat vanhemmuutta poikia aikaisemmin. (Malmberg 1994, 74.) Greenin ja Wheatleyn (1992, 667-683) tutkimustulosten mukaan tytöt kokevat, että heillä on vähemmän aikaa suorittaa nuoruuden kehitystehtävät kuin pojilla. Tutkittaessa Australian, Yhdysvaltojen ja Intian kulttuurien nuoria havaittiin, että tytöistä australialaiset tytöt suuntasivat tulevaisuuden ajallisesti pisimmälle, ja kaikista heistä intialaiset pojat näkivät tulevaisuuden ajallisesti kaikkein pisimmälle. Intialaisten tyttöjen lyhyt aikaekstensio kuvaa hyvin heidän kulttuuriaan, jossa tytöillä on vähemmän vapautta valita toimintojaan. Tulevaisuusorientaation ajallinen ulottuvuus vaihtelee siis kulttuureittain ja sukupuolen mukaan. (Sundberg ym. 1983, 422-425.)

4.4.3 Asenteet ja vaikutusmahdollisuudet tulevaisuuteen

Sekä arkiajattelun että nuorten tulevaisuusorientaatiota käsittelevien tutkimusten mukaan nuoret suuntautuvat tulevaisuuteensa yleensä luottavasti. Suurin osa suomalaisista nuorista näkee tulevaisuutensa optimistisesti. (Kemppinen 2000, 10.) Nuorisosiain neuvottelukunnan vuosittain julkaisemat Nuorisobarometrimittaukset ovat vahvistaneet nuorten tulevaisuusmyönteisyyden, ja vuoden 2002 mittaukset osoittivat nuorten tyytyväisyyden elämään jopa lisääntyneen (Saarela 2002, 26). Nuorten pelot ja huolenaiheet tulevaisuuden suhteen liittyvät suurten normatiivisten elämäntapahtumien täyttämiseen. Huolenaiheet kohdistuivat muun muassa työnsaantimahdollisuuksiin ja avioeroon. Pelot puolestaan kohdistuivat kuolemaan, vanhempien avioeroon sekä globaaleihin ongelmiin, kuten ydinsotaan. (Nurmi 1990, 204; 1991, 48.) Pelot maailmanlaajuisiin kysymyksiin eivät ole kuitenkaan vähentäneet nuorten oman elämän suunnittelua (Nurmi 1990, 204). Perheen merkitys nuorten tulevaisuuden asenteisiin on keskeinen. Vanhempien kannustus ja positiivinen vahvistus kasvattaa nuoren optimistista ja itsenäistä asennoitumista tulevaisuuteen sekä uskoa saavuttaa menestystä omilla ponnistuksillaan. (Nurmi 1990, 204; 1991, 49; Trommosdorff ym. 1982, 181-182.) Bjurwillin (1993, 6-9) tutkimuksen mukaan mustaan, pimeään ja vaaralliseen tulevaisuuskuvaan näyttäneen vaikuttavan eniten pelot ympäristön tuhosta sekä liian muuttumattomat elinolosuhteet eli paikoilleen jääminen.

Iän myötä tyttöjen on havaittu tulevan pessimistisimmiksi ja poikien optimistisemmiksi. Tyttöjen muutokseen pessimistisempään suuntaan saattaa vaikuttaa muun muassa se, että heidän tulee selvitä niin työhön, uraan kuin perheeseenkin liittyvistä asioista. (Nurmi 1990,204; 1991, 48.) Lanz ym. (2001) tutkivat nuorten omaa ja heidän vanhempiensa asennoitumista nuoren tulevaisuuteen. Tutkimuksen mukaan nuoret uskoivat vanhempiaan vähemmän saavuttavansa tavoitteitaan. Pessimistisyys nuorten näkemyksen taustalla heijastaa realistista ajattelua, joka sisältyy tulevaisuuden tavoitteiden saavuttamisen vaikeuteen. Lanzin ym. mukaan nuorten pessimistisyys kuvastaa nuoren haavoittuvaisuutta epäonnistumisia kohtaan ja tarvetta ymmärtää paremmin, miten voi saavuttaa kyvyn ja pätevyyden, jota heiltä odotetaan. (Lanz ym. 2001, 189.) Kasurinen (1999) on tutkinut suomalaisten ja venäläisten nuorten asenteita tulevaisuuteen. Hänen mukaansa yhteiskunta ja ympäristö vaikuttavat yksilön kontrollointimahdollisuuksiin ja asenteisiin. Etenkin epävarmoissa olosuhteissa eläminen heijastuu nuoren tulevaisuusnäkemyksiin. Kasurisen tutkimuksen mukaan venäläisistä pojista yhteiskunnan marginaaliin oli vaarassa jäädä jopa 40%. Tyttöillä oli Venäjällä poikia paremmat puolustuskeinot hallita tulevaisuuden elämää ja he uskoivat myös parempaan elämään. (Kasurinen 1999, 12, 171-172.)

Tulevaisuuden tavoitteiden hallintamahdollisuuksilla on yhteys tulevaisuuden myönteiseen arvioon ja optimistisiin käsityksiin tavoitteiden toteutumista (Nurmi 1983, 103). Nuoret, joilla oli hyvä itsetunto, ajattelivat tulevaisuuden odotusten riippuvan sisäisistä tekijöistä ja he myös suunnittelivat tulevaisuuttaan pidemmälle (Nurmi 1989, 50). Kaiken kaikkiaan onnistuminen luo pohjaa myönteiselle minäkuvalle, identiteetille ja hyvinvoinnille, kun taas kielteiseen minäkuvaan ja huonoon itsetuntoon voivat johtaa epäonnistumiset ja erityisesti kyvyttömyys käsitellä ympäristöstä samaa kielteistä palautetta myönteiseen sävyyn (Nurmi 1995, 266, 268). Henkilökohtainen vastuu, sosiaalinen hyväksyntä ja menestyksen kokemukset antavat nuorelle optimistiset tulevaisuusnäkökymät ja kontrollon tunteen (Tromsdorff 1986, 129, 131). Menestys oman elämän ohjaamisessa näyttäisi luovan pohjan hyvälle itsetunnolle, myönteiselle kehitykselle ja hyvinvoinnille (Nurmi 1995, 269). Yhteiskunnassa vallitseva epävarmuus, nopeat muutokset ja ennustamattomuus vaikuttavat omalta osaltaan vähäisiin kontrollimahdollisuuksiin ja pessimistiseen asenteeseen (Kasurinen 1996, 247; 1999, 170).

5 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT JA TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat ja tarkoitus

Tutkimuksen kohderyhmänä on varhaisnuoret, jotka käyvä läpi identiteettikriisiä. Varhaisnuorien elämässä keskeisiä ovat ystävyysuhteet sekä suhteet vanhempiin ja muihin auktoriteetteihin. Tässä tutkimuksessa yksinäisyyden katsotaan johtuvan yksilön sosiaalisissa suhteissa ilmenevinä puutteina, jotka koetaan epämiellyttävinä ja ahdistavina tunnetiloina. Yksinäisyyttä tarkastellaan kognitiivisesti eli yksinäisyys on seurausta yksilön sosiaalisiin suhteisiin liittyvistä havainnoista ja nähdään sosiaalisena ongelmana. Yksinäisyyttä tarkastellaan globaalisen yksinäisyyden ja vanhempiin liittyvän yksinäisyyden kautta. Tutkimustuloksissa esiintyi lisäksi ystäviin ja tovereihin liittyvää yksinäisyyttä sekä sosiaalista ja emotionaalista yksinäisyyttä.

Käytän tulevaisuusorientaatiota ja tulevaisuuteen suuntautumista synonyymeinä ja niillä tarkoitan monitasoista ilmiötä, joka sisältää suunnitelmia ja asenteita oman elämän suhteen. Tutkimus keskittyy tulevaisuusorientaation suuntautumispuoleen, joka rakentuu motivationaalisista ja osittain myös arviointiin liittyvistä tekijöistä. Motivationaalisella tarkastelutasolla tarkoitetaan tässä yhteydessä sitä, mitkä ovat kiinnostuksen kohteet, toiveet ja tavoitteet tulevaisuudessa. Arviointi näkyy henkilön omista arvioinneista vaikuttaa tulevaisuuteen. Tutkimuksessa tarkastellaan tulevaisuusorientaation ajallista ulottuvuutta, vaikutusmahdollisuuksia sekä tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita ja asenteita.

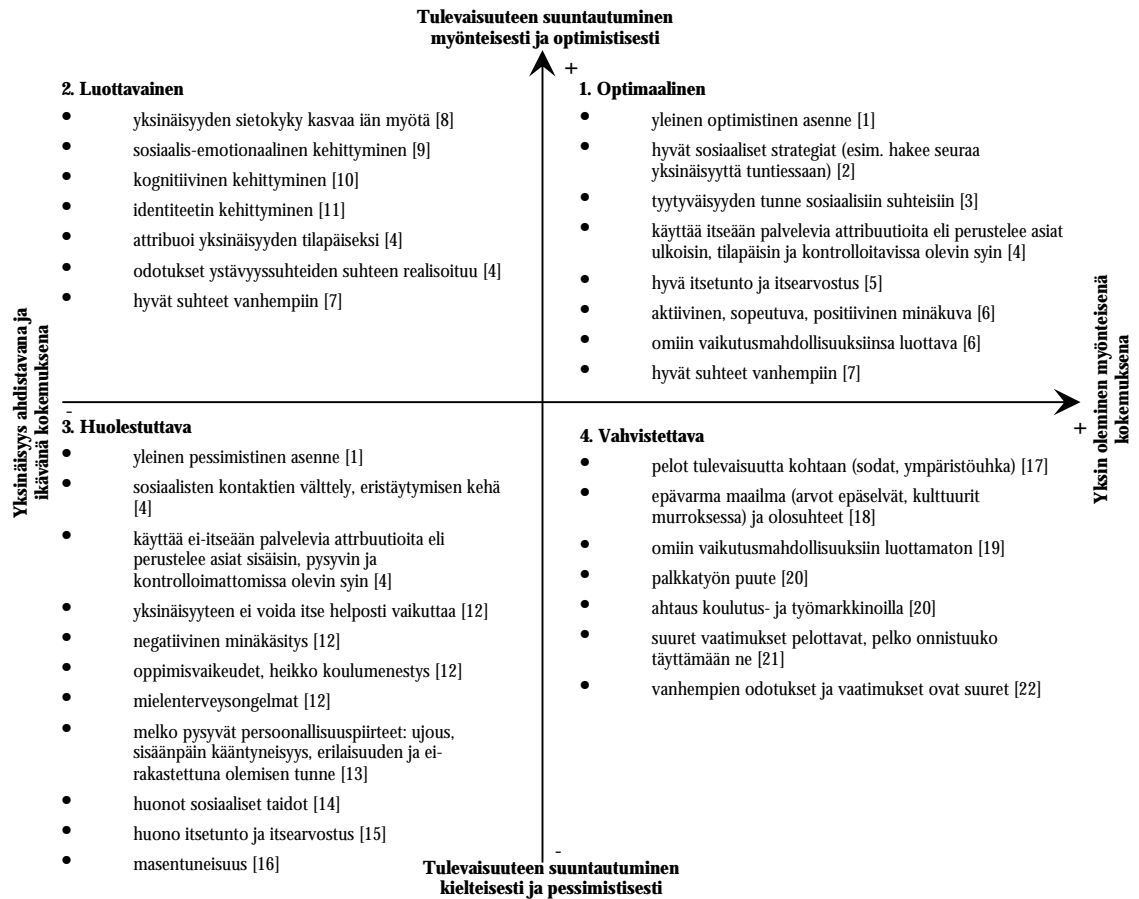
Tämän tutkimuksen päätarkoituksena on selvittää, onko yksinäisyyden kokemuksilla yhteyttä tulevaisuusorientaatioon nuoruusiässä eli näkevätkö yksinäisyyttä kokevat nuoret tulevaisuutensa ei-yksinäisiä negatiivisemmin. Tietyvästi näiden kahden yhteyttä ei suoraan ole aiemmissa tutkimuksissa tutkittu. Nurmi (1995) on tutkimustensa perusteella tullut johtopäätökseen, jonka mukaan nuorten kielteinen suhtautuminen sosiaalisiin tilanteisiin ja sosiaalinen vetäytyminen näyttävät selittävän nuorten myöhempää yksinäisyyttä tulevaisuudessa ja tovereiden kielteisiä asenteita heitä kohtaan. Nämä näyttävät olevan yhteydessä masentuneisuuteen, joka entisestään saa nuoren vetäytymään sosiaalisista tilanteista ja heikentää itsetuntoa. (Nurmi 1995, 270.) Sosiaalisilla suhteilla näyttää täten olevan yhteys nuorten tulevaisuuden näkymiin. Tässä tapauksessa nuorten yleinen optimistinen asennoituminen tulevaisuuteen ei välttämättä pidä paikkansa yksinäisyyttä kokevien nuorten tulevaisuuteen suuntautumisessa.

5.2 Hypoteettinen malli yksinäisyyden ja tulevaisuusorientaation yhteydestä

Koska yksinäisyyden kokemuksen ja tulevaisuuteen suuntautumisen yhteyttä ei ole aiemmin tutkittu, sivulla 25 olevalla nelikentällä kuvaan näiden välillä olevia mahdollisia yhteyksiä. Nelikentän pystysuora akseli kuvaa tulevaisuuteen orientoitumista ja vaakasuora akseli yksinäisyyden kokemusta. Myönteistä ja positiivista tulevaisuusorientaatiota kuvaa akselin yläosa leikkauskohdasta ylöspäin ja sitä kuvataan + -merkillä. Vastaavasti akselin alaosa leikkauskohdasta alaspäin kuvaa negatiivista ja passiivista tulevaisuusorientaatiota, jota kuvataan - -merkillä. Vaaka-akselissa leikkauskohdasta oikealle + -merkki merkitsee sitä, että yksinäisyyttä ei koeta ahdistavalla tasolla ja vastaavasti - -merkki leikkauskohdasta vasemmalle yksinäisyyden kokemista ikävällä ja ahdistavalla tasolla.

Malli sisältää neljä eri vaihtoehtoa yksinäisyyden kokemisen ja tulevaisuuteen suuntautumisen tarkasteluun. Tarkoituksena on katsoa, toteutuuko ensimmäisen ja kolmannen neljänneksen vaihtoehdot eli havaitaanko aineistosta sekä optimistinen että huolestuttava ryhmä. Vaihtoehdot on havainnollistettu koordinaatiston neljänneksiin:

1. neljännes: optimistinen (nuori suuntautuu myönteisesti tulevaisuuteensa eikä koe yksinäisyyttä)
2. neljännes: luottavainen (nuori suhtautuu luottavaisesti ja myönteisesti tulevaisuuteensa huolimatta siitä, että kokee yksinäisyyttä nykyhetkessä)
→ tukea tarvitseva ryhmä
3. neljännes: huolestuttava (nuori kokee nykyhetkessä voimakasta yksinäisyyttä ja suuntautuu tulevaisuuteen kielteisesti)
→ riskiryhmä
4. neljännes: vahvistettava (nuori ei koe nykyhetkessä yksinäisyyttä, mutta suuntautuu tulevaisuuteensa kielteisesti ja pessimistisesti)
→ tukea tarvitseva ryhmä



[1] Kempainen 1994, Saarela 2002

[2] Nurmi ym. 1996

[3] mm. Marangoni & Ickes 1989, Parkhurst & Hoppmeyer 1999

[4] Laine 1998

[5] mm. Brage ym. 1993, Malmberg 1994, Nurmi 1995

[6] Rönkä 1992

[7] Nada Raja ym. 1992

[8] Parkhurst & Hoppmeyer 1999

[9] Durkin 1998, Havighurst 1972

[10] Durkin 1998

[11] Dunderfelt 1997, Stevens-Long & Cobb 1983

[12] Aho & Laine 1997

[13] mm. French & Andersson 1982, Peplau & Perlman 1982, Horowitz ym. 1982

[14] Carr & Schellenbach 1993, Marcoen & Goossens 1993

[15] mm. Brage ym. 1993, Peplau & Perlman 1982

[16] Brage ym. 1993, Horowitz ym. 1982, Koenig ym. 1994

[17] Nurmi 1983 ja 1991

[18] Coleman 1993, Kasurinen 1999

[19] Lanz ym. 2001, Nurmi 1991

[20] Hoikkala 1994

[21] Aho & Laine 1997, Marcoen & Goossens 1993

[22] Nurmi 1983 ja 1989

KUVIO 1. Hypoteettinen malli.

5.3 Tutkimusongelmat, -menetelmä ja -kaavio

Tutkimuksessa on neljä pääongelmaa, jotka ovat yleisluontoisia kysymyksiä ja joissa tutkittava kokonaisuus hahmottuu kokonaan. Ongelmia 1-3 tarkastellaan myös taustamuuttujien suhteen. Taustamuuttujista iän ja kotona asuvien sisarusten määrän ei havaittu selittävän ilmiöitä. Lisäksi ongelmien 1-3 kautta hahmotellaan taustaa viimeiseen

ongelmaan, joka tuo nuoria käsittelevälle tutkimuskentälle uutta tietoa. Ongelmat ovat seuraavat:

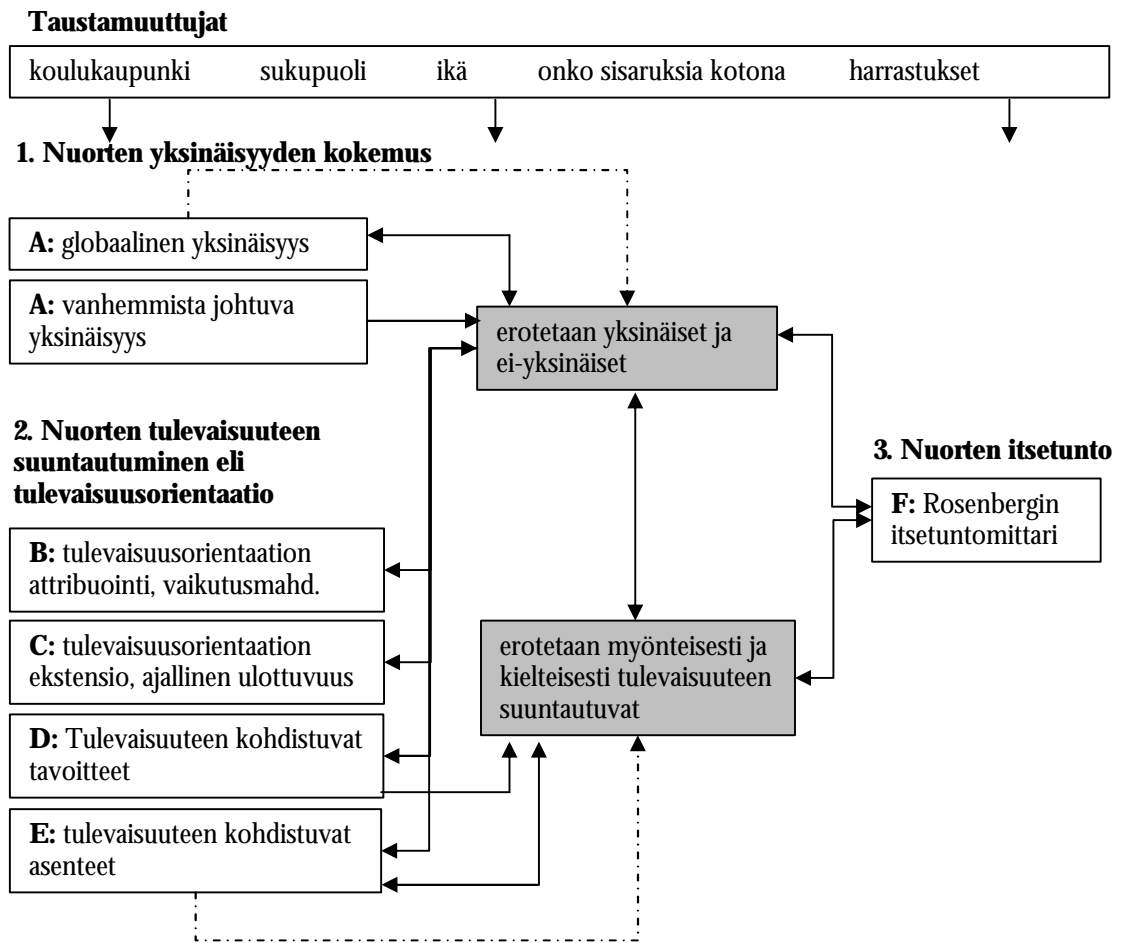
1. Miten yleisiä ovat ja miten ilmenevät nuorten yksinäisyystuntemukset ja -kokemukset?
2. Miten nuoret suuntautuvat ja asennoituvat tulevaisuuteensa?
3. Millaisessa yhteydessä yksinäisyyskokemukset ja tulevaisuusasenteet ovat itsetuntoon?
4. Onko yksinäisyyskokemuksilla ja yksinäisyyden osa-alueilla yhteyttä nuorten tulevaisuusorientaatioon?

Tutkimus on menetelmältään pääosin kvantitatiivinen eli määrällinen ja asetelmaltaan poikkileikkaustutkimus. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella ja käsiteltiin tilastollisesti. Kvantitatiivisen menetelmän valinta kyselylomaketutkimuksella toteutettuna osoittautui tässä tutkimuksessa parhaimmaksi tavaksi lähestyä nuorten tulevaisuusorientaatiota ja etenkin yksinäisyyttä, sillä yksinäisten nuorten tavoittaminen haastateltaviksi olisi erittäin vaikeaa. Vaikka lähes poikkeuksetta kaikki yksinäisyystutkimukset ovat määrällisiä, laadullisen ja syvän tutkimuksen ja etenkin haastatteluiden merkitys on tärkeää nuorten yksinäisyyden kartoituksessa yksinäisyyden subjektiivisen luonteen vuoksi. Pääasiassa vain haastatteluiden kautta voidaan räätälöidä yksilökohtaiset interventiotavat yksinäisyyden vähentämiseksi ja poistamiseksi.

Tutkimuksen laadullinen ja tutkimukseen syvyyttä korostava aineisto esiintyy nuorten kirjoituksissa, joita he saivat halutessaan ja ajan riittäessä kirjoittaa kyselylomakkeen kääntöpuolelle. Kirjoitusten tarkoituksena on rikastuttaa tutkimuksen määrällistä aineistoa ja tuoda nuorten hedelmällisiä ja ajatuksiakin herätteleviä miitteitä ja tunteita numeeristen tulosten yhteyteen. Kirjallinen aineisto käsiteltiin laadullisesti sisällönanalyysi menetelmää apuna käyttäen.

Tutkimuksessa on neljänlaisia muuttujia: taustamuuttujia, yksinäisyyden kokemiseen liittyviä muuttujia, tulevaisuusorientaatioon liittyviä muuttujia ja itsetuntoa käsitteleviä muuttujia. Tutkimuskaavio (kuva 2) kuvaa tutkimuksen rakennetta. Kaaviossa kirjainten A-F tarkoituksena on kohdentaa, mikä kyselylomakkeen (liite 1) osa-alue sisältää mittarin muuttujat. Katkoviivalla olevat nuolet osoittavat uusia muuttujia (harmaalla pohjalla), jotka muodostettiin aineistosta tilastollisesti. Taustamuuttujista lähtevien yksisuuntaisten nuolten

tarkoitus on tarkastella, miten taustamuuttujat selittävät yksinäisyyskokemuksia, tulevaisuusorientaatiota ja itsetuntoa. Kaksisuuntaisilla nuolilla tarkastellaan yhteyksiä ja eroavaisuuksia.



KUVIO 2. Tutkimuskaavio.

5.4 Kyselylomake

Kyselylomakkeen mittaristo koostuu kolmesta eri teema-alueesta: yksinäisyyden kokemisesta, tulevaisuuteen suuntautumisesta eli tulevaisuusorientaatiosta sekä itsetunnosta. Yksinäisyyden kokemisen teema-alue jaottuu kahteen osaan: 1) globaaliseen yksinäisyyteen ja 2) vanhempiin kohdistuvaan yksinäisyyteen. Tulevaisuuteen suuntautuminen jaottuu neljään eri osaan: 1) tulevaisuusorientaation ekstensioon eli aikaulottuvuuteen, 2) tulevaisuusorientaation syytulointoihin eli vaikutusmahdollisuuksiin, 3) tulevaisuuteen kohdistuviin tavoitteisiin ja 4) tulevaisuuteen asennoitumiseen. Itsetunto muodostaa yhden itsenäisen teema-alueensa.

TAULUKKO 1. Kyselylomakkeen mittarit, niihin liittyvät muuttujat, vastausasteikko ja muuttujat, jotka tulee pisteittää käännteisessä järjestyksessä.

Mittari ja sen sijainti kyselylomakkeessa	Muuttujat	Asteikko	Käännettävät muuttujat
A. UCLA-mittari globaalinen yksinäisyys	1-2, 4-7, 9, 11-17, 19-23	1-5	1, 5-6, 11, 13, 15-16, 19, 21, 23
A. LLCA-mittari vanhemmista johtuva yksinäisyys	3, 8, 10, 18, 24	1-5	3, 10, 24
B. Tulevaisuusorientaation vaikutusmahd.	1	valitaan yksi vaihtoehto	-
C. Tulevaisuusorientaation ekstensio	avoin	-	-
D. Tulevaisuuteen kohdistuvat tavoitteet	-	1-17	1-5
E. T.A.S.-mittari tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet	1-14	1-5	1-3, 5, 7-8, 10, 14
F. Rosenbergin itsetuntomittari	1-10	1-5	1, 3-4, 7, 10

5.4.1 Yksinäisyyden mittaaminen

Gloaalista eli yleistä yksinäisyyttä selvitettiin UCLA-mittarilla, joka on kehitelty 1970-luvun lopulla (Russell, Peplau, Cutrona 1980, 475). UCLA-mittari (University of California, Los Angeles) on eniten käytetty nuorten ja aikuisten yksinäisyyttä tutkittaessa (Marangoni & Ickes 1989, 108; Perlman & Landolt 1999, 335). Laine (1990) on kääntänyt ja muokannut mittarin suomenkielelle. Laineen tutkimus osoitti globaalisen yksinäisyysmittarin mittaavan myös emotionaalista ja sosiaalista yksinäisyyttä (Laine 1990, 49-50), jolloin se sisältää myös monidimensionaalisia aineksia. Globaalisen yksinäisyyden voidaan tässä yhteydessä katsoa mittaavan yleisten yksinäisyystuntemusten lisäksi myös ystävistä ja tovereista johtuvaa yksinäisyyttä, sillä mittari sisältää useita samankaltaisia väittämiä, joita LLCA-mittarin sekä RPLQ-mittarin toveriosiot sisältävät. (vrt. Terrell-Deutsch 1999, 30-33.)

Laineen kehittelemää mittaria käytettiin lähes sellaisenaan. UCLA-mittari on kyselylomakkeen A-osion 19 väittämässä. Laineen tutkimuksessa heikoiten korreloiva väittäjä poistettiin. Kyselyn vastaukset pisteitettiin 1–5 siten, että voimakkainta

yksinäisyyttä kuvaava vastausvaihtoehto oli 5 pistettä ja vähäisintä yksinäisyyttä kuvaava vaihtoehto 1 piste. Yksinäiset ja ei-yksinäiset jaettiin tilastollisesti, jolloin voitiin tarkastella, miten yksinäisyys ilmenee ja miten se vaikuttaa tulevaisuusorientaatioon. Laineen (1990) mukaan yksinäisyysmittarilla voidaan katsoa mitattavan dimensiota, jonka toinen ääripää kuvaa vakavaa yksinäisyyttä ja toinen ei-yksinäisyyttä. Tämänkaltaisen mittarin avulla ihmisten luokittaminen yksinäisiksi ja ei-yksinäisiksi on kuitenkin aina mielivaltaista, hän huomauttaa. (Laine 1990, 22-23.)

Vanhempiin liittyvää yksinäisyyttä selvitettiin LLCA-mittarilla, joka on kehitetty 1990-luvun alkupuolella mittaamaan lasten ja nuorten yksinäisyyttä (Marcoen & Goossens 1993, 226-227). LLCA-mittari (The Louvain Loneliness Scale for Children and Adolescents) sisältää neljä osaa: vanhemmista johtuva yksinäisyys, ystävistä johtuva yksinäisyys, negatiivinen asennoituminen yksinäisyyteen ja positiivinen asennoituminen yksinäisyyteen. Kukin osa sisältää 12 väittämää. (Marcoen & Goossens 1993, 226-227.) Tähän tutkimukseen valittiin vanhemmista johtuvaa yksinäisyyttä selvittävä osa, koska vanhempien merkitys nuoruudessa on todettu yhä keskeiseksi. Samalla saatiin globaalin yksinäisyysmittarin rinnalle yksi selvästi monidimensionaalinen mittari. Alkuperäisestä mittarista valittiin viisi väittämää, jotka sijoitettiin A-osioon globaalia yksinäisyyttä koskevan mittarin yhteyteen. Koska suomennettua versiota tiettävästi kyseisestä mittarista ei ole tehty, kysymykset suomennettiin mahdollisimman hyvin alkuperäisiä vastaaviksi ja muotoiltiin niin, että ne tulevat suomennettuina yksiselitteisiksi ja ymmärretyiksi. Kysymyksen vastaukset pisteitettiin 1–5 samoin perustein kuin globaalissa yksinäisyysmittarissa.

5.4.2 Tulevaisuusorientaation ja itsetunnon mittaaminen

Tulevaisuuteen suuntautumisen vaikutusmahdollisuuksia, attribuutioita eli sitä kuka tai mitkä asiat tulevaisuuteen vaikuttaa, selvitettiin kyselylomakkeen B-osiossa. Osio on vastaava, mitä Nurmi ja Nuutinen (1987) ovat käyttäneet omassa tutkimuksessaan. Osiossa on annettu neljä vaihtoehtoa, joista vastaajan tulee valita itselleen sopivin. Tulevaisuuteen suuntautumisen ekstensiota eli ajallista ulottuvuutta kysyttiin lomakkeen C-osiossa. Osiossa on lause, jonka tyhjään tilaan vastaaja kirjaa, kuinka pitkälle eteenpäin hän on suunnitellut tulevaisuuttaan. Osio laadittiin tätä tutkimusta varten. Tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita selvitettiin kyselylomakkeen D-osiossa. Osio sisältää luettelon asioita, joiden tärkeyttä tulevaisuudessa pisteitetään 1–5 siten, että 5 kuvaa asian olevan hyvin tärkeää ja 1

ei lainkaan tärkeää. Luettelo koostuu pääasiassa ja pienin muutoksin Nurmen (1983) tutkimukseen liittyvistä tulevaisuuden sisällöllisistä tavoitteista. Siihen on lisätty vielä Kasurisen (1999) tutkimukseen kuuluvia asioita sekä kolme muuta tutkimusta varten lisättyä asiaa. Tässä osiossa pyydettiin myös merkitsemään kolme tulevaisuudessa kaikkein tärkeimpänä pitämää asiaa, jolloin voitiin selvittää, mitä asioita nuoret pitävät tulevaisuudessa kaikkein tärkeimpinä.

Asenteita tulevaisuutta kohtaan selvitettiin T.A.S.-mittarilla (The Time Attitude Scale), jonka Nuttin on kehittänyt 1970-luvun alussa mittaamaan yksilön asenteita mennyttä, nykyhetkeä ja tulevaisuutta kohtaan (Nuttin 1985, 91-100). Mittaristosta valittiin 14 väittämää, jotka suomennettiin ja muokattiin ymmärrettäväksi tätä tutkimusta varten. Tässä tutkimuksessa tarkoituksena oli mitata vain tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita. Asenteita selvitettiin kyselylomakkeen E-osiossa. Mittari sisältää adjektiivipareja kuten helppo-vaikea, ja vastaajan on tarkoitus valita viiden asteikolla, mikä on lähinnä hänen omaa ajatteluaan. Vastaukset pisteitettiin 1–5 siten, että 5 kuvaa positiivista asennoitumista tulevaisuuteen ja 1 negatiivista asennoitumista tulevaisuuteen. Kielteisesti ja myönteisesti tulevaisuuteen asennoituvat jaettiin tilastollisesti, jolloin voitiin tarkastella, miten tulevaisuuteen asennoituminen vaikuttaa tulevaisuusorientaatioon ja yksinäisyyden osa-alueisiin.

Itsetuntoa selvitettiin Rosenbergin itsetuntomittarilla (Rosenberg Self-Esteem Scale), joka kehiteltiin 1960-luvulla ja on ehkä laajimmin käytetty itsetuntoa mittaava mittari. Itsetunto-osio valittiin kyselyyn, koska nuorten yksinäisyyskokemuksilla ja tulevaisuusorientaatiolla on havaittu olevan yhteyttä itsetuntoon. Tässä tutkimuksessa haluttiin selvittää, pitääkö tämä olettaus paikkansa tämän tutkimuksen osalta. Itsetuntomittari sijaitsee kyselylomakkeen F-osiossa. Kysymyksen vastaukset pisteitettiin 1–5 siten, että hyvää itsetuntoa kuvaava vastausvaihtoehto on 5 pistettä ja huonoa itsetuntoa kuvaava vastausvaihtoehto on 1 piste.

5.5 Aineiston keruu ja tutkimushenkilöt

Aineiston keräämiseksi lähestyin elokuussa 2003 sähköpostitse koulujen rehtoreita ja tiedustelin, onko kouluilla mahdollisuutta ja halukkuutta antaa lupa aineiston keruuseen koulujensa kautta. Postissa kerroin tutkimuksen tarkoituksesta, hyödyistä ja tutkimusmenetelmästä sekä ajasta ja tavoista, joilla aineistoa voidaan kerätä. Koulut saivat itse päättää, haluavatko opettajat teettää kyselyn, annetaanko kysely oppilaille kotiläksynä täytettäväksi vai tulenko itse teettämään kyselyn. Mahdollistamalla erilaisia tapoja kyselyn

teettämiseen pyrin antamaan joustavuutta kouluille ja täten saamaan helpommin myöntävän vastauksen. Saatuani kouluilta luvat aineiston keruuseen ja Espoon Suomenkieliseltä koulutuskeskukselta tarvittavan tutkimusluvan sovin yhteyshenkilöiden kanssa sopivan päivän ja tavan aineiston keruuseen.

Aineisto kerättiin syyskuussa 2003 Piikkiön, Sauvon ja Espoonlahden yläasteiden yhdeksänsien luokkien oppilailta. Piikkiö ja Sauvo ovat maaseutukuntia Länsi-Suomessa. Piikkiössä asukkaita on noin 7000 ja Sauvossa 3000. Piikkiön ja Sauvon yläasteet ovat kunnissaan ainoat. Lukiota kunnissa ei ole lainkaan. Espoonlahden yläaste sijaitsee Espoon kaupungissa ja on yksi kaupungin 21 yläasteesta. Aineisto kerättiin yhden oppitunnin aikana, joka riitti hyvin lomakkeen täyttämiseen. Sauvon ja Espoonlahden yläasteella alustin ja ohjeistin kyselyn itse sekä valvoin lomakkeiden täytön. Piikkiön yläasteella luokanvalvojat pitivät kyselyn oppilailleen. Vein heille lomakkeet kertoen tutkimuksestani ja annoin ohjeistuksen kyselyn pitämiseksi.

TAULUKKO 2. Kyselyyn vastanneiden määrä yhteensä ja paikkakunnittain sekä vastaajien sukupuoli- ja ikäjakauma sekä harrastuneisuus. Kirjoitelma-aineiston määrä yhteensä ja suhteessa kaikkien vastanneiden määrään, paikkakunnittain ja sukupuolittain.

		Espoo	Piikkiö	Sauvo	kaikki yhteensä
Vastaajia yhteensä		81	45	46	172
Sukupuoli	tyttö	35	22	24	81 (47%)
	poika	46	23	22	91 (53%)
Ikä	14 vuotta	27	6	8	41 (24%)
	15 vuotta	53	37	37	128 (74%)
	16 vuotta	1	2	1	4 (2%)
Harrastukset	on harrastuksia	64	34	41	139 (81%)
	ei ole harrastuksia	17	11	5	33 (19%)
Kirjoitelmat yhteensä		52	9	18	79/172 (45%)
	tytöistä kirjoitti	29	4	11	44 (25%)
	pojista kirjoitti	23	5	7	35 (20%)

Tutkielman lopullinen aineisto koostuu 172 oppilaan vastauksista eli vastausprosentti oli 100. Yksi lomake jouduttiin useiden täyttämättömien kohtien vuoksi hylkäämään. Kyselyyn vastasi Espoonlahden yläasteelta yhteensä 81, Piikkiön yläasteelta 45 ja Sauvon yläasteelta 46 oppilasta. Vastanneista poikia oli vähän tyttöjä enemmän. Vastaajista suurin osa oli iältään 15-vuotiaita, neljäsosa 14-vuotiaita ja vain muutama oli 16 vuotta vanhoja. Lähes kaikilla oli ainakin yksi harrastus.

Tutkimuksen aiheeseen liittyvää kirjallista aineistoa kirjoitti yhteensä 45% koko joukosta. Tytöt kirjoittivat hieman poikia enemmän. Espoonlahden yläasteen oppilaista 64%, Piikkiön oppilaista 20% ja Sauvon oppilaista 39% kirjoitti ajatuksiaan ja kokemuksiaan paperille. Koska ohjeistin itse Sauvon ja Espoonlahden oppilaiden aineiston keruutunnin, kehotin heitä erityisesti kirjoittamaan ajan riittäessä. Tämä saattaa selittää Espoonlahden ja Sauvon oppilaiden aktiivisemmän osallistumisen kirjoittamiseen. Pääasiassa nuoret kirjoittivat 1-4 lausetta. Moni nuori kirjoitti sekä yksinäisyys- että tulevaisuusaiheesta.

5.6 Aineiston analyysimenetelmät ja uudet muuttujat

Kyselylomakeaineisto analysoitiin tilastollisesti SPSS 11.01 -ohjelmalla. Aluksi tarkasteltiin kuvailevien tilastojen kautta frekvenssejä, keskiarvoja ja keskihajontoja. Summamuuttujia muodostettiin yhteensä 11, joista 7 muodostettiin faktorianalyysien avulla. Globaalista yksinäisyydestä, vanhempiin liittyvästä yksinäisyydestä, tulevaisuuteen kohdistuvista asenteista ja itsetunnosta muodostettiin summamuuttujat sellaisenaan. Puuttuvat tiedot korvattiin kunkin henkilön omalla keskiarvolla, joka saatiin niiden summamuuttujan muuttujien arvoista, joihin henkilö oli vastannut. Henkilön omaa keskiarvoa pidettiin summamuuttujia muodostettaessa parempana ja luotettavampana, koska havaintomatriisia silmämääräisesti tarkastelemalla puuttuvia tietoja havaittiin juuri niillä henkilöillä, joilla oli muutenkin yleistä keskiarvoa poikkeavampia arvoja.

Summamuuttujien reliabiliteettien selvittämiseksi käytettiin Cronbachin alfa -kerrointa. Reliabiliteetti, joka on 0,50 tai sitä suurempi on hyvä ja yli 0,80 reliabiliteettiin voidaan olla jo tyytyväisiä (Erätuuli, Leino & Yli-Luoma 1994, 19, 100-101, 104). Kaikkien summamuuttujien osalta reliabiliteetti oli >0,65, joten luotettavuuden osalta kriteerit täyttyivät hyvin. Yksinäisyyttä kuvaavien osa-alueiden sekä tulevaisuusorientaatiota kuvaavien osa-alueiden korrelaatiot ovat liitteessä 2. Yksinäisyyden eri osa-alueet korreloivat toisiaan positiivisesti merkittäväällä tasolla. Myös tulevaisuusorientaation osa-alueet korreloivat toisiaan positiivisesti kohtalaisesta aina merkittävälle tasolle.

TAULUKKO 3. Tutkimuksessa käytetyt summamuuttujat, niiden sisältämä muuttujien määrä ja muuttujat. Kaikkien summamuuttujien Cronbachin alfa-reliabiliteetikertoimet.

YKSINÄISYYTTÄ KUVAAVAT OSA-ALUEET	muuttujien määrä ja muuttujat	alpha-kerroin
GLOBAALINEN, YLEINEN YKSINÄISYYS	19 (A 1-2, 4-7, 9, 11-17, 19-23)	0,90
YSTÄVYYDEN JA HENKISEN YHTEENKUULUVUUDEN PUUTE	7 (A 2, 4, 6, 9, 16, 21, 23)	0,84
ULKOPUOLISUUDEN JA YKSIN JÄÄMISEN TUNNE	5 (A 7, 12, 14, 17, 20)	0,79
SOSIAALISTEN SUHTEIDEN MUODOSTAMISEN VAIKEUS	6 (A 1, 11, 13, 15, 19, 22)	0,73
VANHEMMISTA JOHTUVA YKSINÄISYYS	5 (A 3, 8, 10, 18, 24)	0,72
TULEVAISUUSORIENTAATIOTA KUVAAVAT OSA-ALUEET	muuttujien määrä ja muuttujat	alpha-kerroin
KOULUTTAUTUMINEN AMMATTIIN JA TYÖNTEKO	3 (D 1-3)	0,79
ELÄMÄNKUMPPANIN LÖYTYMINEN JA PERHEEN PERUSTAMINEN	4 (D 5, 15-17)	0,78
SOSIAALISTEN SUHTEIDEN YLLÄPITÄMINEN JA ITSENSÄ TOTEUTTAMINEN	5 (D 4, 7, 12-13, 19)	0,71
VARALLISUUS	2 (D 6, 9)	0,66
TULEVAISUUTEEN ASENNOITUMINEN	14 (E 1-14)	0,88
} tulevaisuuteen kohdistuvat tavoitteet		
ITSETUNTO OSA-ALUEENA	muuttujien määrä ja muuttujat	alpha-kerroin
ITSETUNTO	10 (F 1-10)	0,88

Faktorianalyysit tehtiin globaalien yksinäisyyden UCLA-mittarille sekä tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita tarkastelevalle mittarille ja asenteita selvittävälle T.A.S.-mittarille. Asennemittari osoittautui kuitenkin yksidimensionaaliseksi eli mittari kuvaa tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita yleisesti eikä sisällä näin ollen tulevaisuusasenteiden eri piirteitä. UCLA-mittarin ja tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita selvittävän mittarin faktorointi oli puolestaan järkevää, ja niiden sisältämistä muuttujista saatiin tiiviimpää havaintoaineistoa ja löydettiin piilomuuttujat. Faktorointien jälkeen mittareiden tulkinnallinen mielekkyys säilyi ja luotettavuuskaan ei kärsinyt. Faktorianalyysi osoittautui mittareiden osalta käyttökelpoiseksi, koska K-M-O -testiarvoiksi saatiin >0,70. Faktorointimenetelmänä käytettiin maximum likelihoodia ja rotaatiomenetelmänä varimaxia. Liitteissä 3 ja 4 ovat faktorianalyysien tulosteet.

Globaalisen yksinäisyysmittarin faktoroinnissa päädyttiin kolmeen faktoriin, joiden yhteenlasketuksi selitysosuudeksi jäi 53%. Faktoroinnilla löydettiin tekijöitä, jotka kuvaavat yksinäisyyttä monipuolisemmin kuin vain yleisenä kokemuksena. Ensimmäisessä faktorissa korkea pistemäärä kuvaa ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta. Toinen faktori kuvaa ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta siten, että mitä korkeampi pistemäärä sitä enemmän ikäviä tunteita koetaan. Kolmannessa faktorissa korkea pistemäärä kuvaa sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeutta.

Tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita selvittävän mittarin lopullisesta faktorianalysistä poistettiin kolme muuttujaa (B 11, 14, 18), joilla oli vähän yhteistä eli vähän kommunaliteettia muiden muuttujien kanssa. Nämä muuttujat käsittelevät maailmanrauhaa ja maailman ongelmien ratkaisua, muiden ihmisten hyväksyntää ja arvostusta sekä matkustelua. Lopullisessa faktorianalysissä päädyttiin neljään faktoriin, joiden yhteenlaskettu selitysosuus oli 51%. Yksittäisiksi tulevaisuuden sisällöllisiksi asioiksi jäivät vielä terveys ja välttämätön toimeentulo, jotka latautuivat yhtäläisesti kahteen eri faktoriin eivätkä sisällöllisesti mukautuneet kumpaankaan. Välttämätöntä toimeentuloa ei katsottu tulevaisuuden sisällöllisistä asioista merkittävänä tulosten kannalta, jonka vuoksi se jätettiin tarkasteluista jatkossa kokonaan pois. Näin ollen neljän muodostetun faktorin ulkopuolelle jääviä yksittäisiä muuttujia (muuttujat B 8, 11, 14, 18) tarkasteltiin lisäksi yksittäin, vaikka niiden reliabiliteetti onkin kyseenalaista. Asiat ovat kuitenkin tärkeitä tulevaisuuden tavoitteissa, jonka vuoksi niiden jättäminen tarkastelun ulkopuolelle nähtiin tulosten kannalta huonona ratkaisuna.

Tulevaisuuden tavoitteisiin liittyvistä asioista ensimmäinen faktori kuvaa lähitulevaisuudessa olevia tavoitteita kuten koulusta suoriutumisen, kouluttautumisen ja työssä suoriutumisen. Toinen faktori sisältää hieman pidemmän ajoittuvia tavoitteita, jotka liittyvät elämänkumppanin löytymiseen ja perheen perustamiseen. Kolmas faktori liittyy itsensä toteuttamiseen ja suhteiden ylläpitämiseen, johon liittyy myös vapaa-aika. Neljäs faktori liittyy varallisuuteen eli rahaan ja korkeaan elintasoon. Mitä suuremman pistemäärällä vastattiin sitä tärkeämpänä kunkin faktorin asiat nähtiin.

Globaalisesta yksinäisyysmittarista erotettiin yksinäiset, tavalliset ja ei-yksinäiset. Yksinäiset erotettiin tavallisista ja ei-yksinäisistä yksinäisyysmittausten summapistemääristä lasketun keskiarvon ja keskihajonnan perusteella. Nuoret, joiden yksinäisyyspistemäärä oli enemmän kuin yhden hajontamitan keskiarvon yläpuolella, määriteltiin yksinäisiksi ja puolestaan ne

nuoret, joiden yksinäisyyspistemäärä oli yhden hajontamitan keskiarvon alapuolella, määriteltiin ei-yksinäisiksi. Yksinäisten ja ei-yksinäisten väliin jäävä joukko nuoria nimettiin tavallisiksi, joka tässä yhteydessä tarkoittaa sitä, että nuori kokee yksinäisyyttä ajoittain, muttei usein ahdistavalla ja ikävällä tavalla. Tulevaisuuteen pessimistisesti, myönteisesti ja optimistisesti asennoituvat eroteltiin samalla periaatteella kuin yksinäiset, tavalliset ja ei-yksinäiset. Tulevaisuuteen myönteisesti ja optimistisesti asennoituvat saivat korkeimmat arvot ja pessimistisesti asennoituvat matalimmat arvot.

Muuttujien normalisuus testattiin Kolmogorov-Smirnovin (Lillieforsin korjauksella) testillä. Koska mittariston osalta normalisuustestit eivät täytyneet, tulisi tilasto-ohjelmissa käyttää vain epäparametrisia testejä. Parametristen ja epäparametristen testien on kuitenkin todettu antavan yleensä hyvin samansuuntaisia tuloksia (Tähtinen & Isoaho 2001, 49). Koska numerus tutkimuksessa oli kohtalaisen suuri ja muuttujat olivat normaalijakauman kaltaisia, päätettiin tässä tutkimuksessa käyttää parametrisia testejä.

Kahden ryhmän keskiarvojen eron testaukseen käytettiin studentin riippumattomien ryhmien t-testiä. Kolmen ryhmän keskiarvojen eron testaukseen käytettiin yksisuuntaista One-Way ANOVA varianssianalyysia, jossa parittaisten keskiarvojen erojen merkitsevyyttä testattiin Tukeyn HSD-testillä. Asioiden välisiä yhteyksiä testattiin Pearsonin korrelaatiokertoimella. Regressioanalyysin askeltavalla (stepwise) menetelmällä luotiin malli tekijöistä, joiden avulla voitiin parhaiten selittää mittauksen kohdetta. Askeltava menetelmä etuna on se, että se jättää pois regressiomallista sellaiset selittäjät, joilla on heikko selityskyky ja valitsee vain tilastollisesti merkitsevästi selittävät tekijät (Tähtinen & Isoaho 2001, 122). Kollineaarisuustestauksien toleranssiarvot (jos toleranssiarvo lähellä arvoa 1, testiä voidaan käyttää) ja korrelaatiomatriisit osoittivat, että regressioanalyysi voitiin tehdä, vaikka muuttujat korreloivatkin keskenään.

Kirjoituksista koostuva aineisto luokiteltiin teoriasidonnaisesti sisällönanalyysin avulla eri teemoihin (Tuomi & Sarajärvi 2002, 95, 98). Yksinäisyyskirjoitelmat luokiteltiin neljään teemaan: 1) yksinäisyys kielteisenä, 2) yksinäisyys myönteisenä, 3) yksinäisyys ja muut ihmiset/ystävät ja toverit sekä 4) runot ja aforismit yksinäisyydestä. Tulevaisuuteen liittyvät kirjoitelmat luokiteltiin viiteen teemaan: 1) tulevaisuus myönteisenä, 2) tulevaisuus kielteisenä/sekavana/epävarmana, 3) tulevaisuus ja elämänhallinta, 4) tulevaisuuden tavoitteet ja toiveet, 5) runot ja aforismit tulevaisuudesta ja elämästä.

TAULUKKO 4. Kirjoitelmat teemoittain ja lukumäärittäin.

Yksinäisyyskirjoitelmat	kirjoitusten määrä	Tulevaisuuteen liittyvät kirjoitelmat	kirjoitusten määrä
Yksinäisyys kielteisenä	11	Tulevaisuus kielteisenä/sekavana/epävarmana	14
Yksinäisyys myönteisenä	14	Tulevaisuus myönteisenä	14
Yksinäisyys ja muut ihmiset/ystävät ja toverit	10	Tulevaisuus ja elämänhallinta	6
Runot ja aforismit yksinäisyydestä	9	Tulevaisuuden tavoitteet ja toiveet	17
		Runot ja aforismit tulevaisuudesta ja elämästä	16
KIRJOITUKSET YHTEENSÄ	44		67

5.7 Mittareiden ja tutkimuksen luotettavuuden tarkastelua

Osa mittareista on saanut osakseen selvää kritiikkiä. UCLA-mittaria on kritisoitu sen yksidimensionaalisuudesta, koska se kuvaa yksinäisyyden yleisenä voimakkuudeltaan vaihtelevana tuntemuksena eikä huomioi yksinäisyyden sisältämiä useita piirteitä (Archibald, Bartholomew & Marx 1995, 296, 299-300). Rosenbergin itsetuntomittari on todettu samalla tavalla globaaliksi kuin UCLA-mittarikin ja saanut osakseen saman kritiikin; se mittaa yksilön tyytyväisyyttä itsen kokonaisuutena eikä ota huomioon yksittäisiä taitoja ja niiden vaikutusta itsetuntoon. Lisäksi se mittaa yksilön tapaa arvioida itse itseään julkisesti, jolloin itsestä annettu kuva ei ole välttämättä todellinen. (Salmivalli 1997, 93-94.) Kritiikkiä on saanut osakseen myös toistaiseksi laajalti hyväksytty ja käytetty kognitiivinen lähtökohta yksinäisyyden tarkasteluun. Erinäisissä tarkasteluissa on havaittu, että toivottujen ja havaittujen vuorovaikutussuhteiden välillä olevan ristiriidan mittaaminen ei ennusta yksinäisyyttä ja on tämän vuoksi lähtökohtana rajallinen. (Archibald ym. 1995, 296, 299-300.)

UCLA-mittarin ja Rosenbergin itsetuntomittarin käyttö katsottiin tämän tutkimuksen osalta kuitenkin perustelluksi ja hyväksytyksi, koska niiden reliabiliteetikertoimet osoittautuivat hyvin korkeiksi. Lisäksi Laineen muokkaama UCLA-mittari poikkeaa alkuperäisestä englanninkielisestä UCLA-mittarista siinä, että se sisältää myös sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden sekä ystäviin ja tovereihin liittyvän yksinäisyyden piirteitä. Näin olleen tämän tutkimuksen UCLA-mittaria ei voida pitää alkuperäisen mukaisesti selvästi globaalina.

Rosenbergin itsetuntomittari katsottiin yleisyytensä vuoksi hyväksi ja riittäväksi täyttämään tämän tutkielman tehtävän eli vastamaan, millainen yhteys yksinäisyyskokemuksilla ja tulevaisuusasenteilla on itsetuntoon. Yksinäisyyden tarkasteleminen kognitiivisesta lähtökohdasta eli sosiaalisiin suhteisiin liittyvistä havainnoista ja kokemuksista käsin on puolestaan perusteluta juuri lähtökohdan hyväksyttävyyden vuoksi ja toisaalta muiden lähtökohtien kuten kehitysteoreettisten tutkimusmallien saatavuuden puutteesta.

Myös tulevaisuutta käsitteleviin kyselylomakkeen osioihin tulee suhtautua kriittisesti, koska niihin vastataan arvioiden, kuvitelmien ja visioiden avulla. Tulee lisäksi muistaa, että tulevaisuuden käsitteleminen tuo mukanaan aina tulevaisuudesta tietämisen ongelman. (Mikkonen 2000, 4.) Tutkimuksen avoimeen kysymykseen saadut kirjoitukset ovat puolestaan jo valmiiksi osin fiktiivistä, koska nuoret saivat kirjoittaa ajatuksistaan ja joukossa oli myös runsaasti runoja ja aforismeja. Näin ollen kaikki kirjoitukset eivät sisällä kirjoittajan oikeita todellisuudessa tapahtuvia kokemuksia. Tällöin kirjoitusten luotettavuus riippuu siitä, miten nuoret ovat uskaltaneet tulla esille, ja miten kirjoitelmat on teemoiteltu. Kirjoituksissa oli kuitenkin myös oikeita ja toden oloisia tunteita ja kokemuksia, myös todellisia avunhuutoja, jotka vaikuttivat todellisilta. Kirjallisen aineiston tarkoituksena tässä tutkimuksessa oli pääasiassa värittää nuorten ajatuksilla ja kokemuksilla numeerisia tuloksia ja tuoda nuorten ääni kuuluviin.

Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa tulee huomioida myös muita tuloksia mahdollisesti heikentäviä seikkoja. Ensinnäkin yksinäisten ja ei-yksinäisten erottelemisen tilastollisesti on mielivaltaista, kuten aiemmin todettiin. Toiseksi kyselyyn vastaajat voivat ymmärtää yksinäisyys- ja itsetunokäsitteen eri tavalla, jolloin vastaukset riippuvat täysin siitä, miten kukin on käsitteet ymmärtänyt. Lisäksi yksinäisyysmittausten yhteydessä helposti kielletään yksinäisyys ja ystävä- ja toverisuhdeongelmat, jolloin mittaustulos ei vastaa todellisia tuntemuksia (Laine 1990, 30). Yksinäisyyskokemuksia selvitettäessä astutaan tutkittavan kannalta kenties hyvinkin arkaluontoisille alueille, jonka vuoksi vastaaja saattaa vastata väittämiin sosiaalisella suotavalla tavalla (Laine 1989, 36, 38; 1990, 30). Samankaltainen sosiaalisen hyväksyttävyyden tarve saattaa liittyä myös itsetunnon arvioimiseen. Rokach ja Brock (1997, 285) korostavat myös sitä, että yksinäisyyteen liittyvä negatiivinen käsitys johtaa siihen, etteivät yksinäiset ihmiset tosiasiasa usein edes käsitä yksinäisyyden olotilaansa ja tuntemuksia välttämättä juuri silloin, kun yksinäisyyttä koetaan. Myös asennemittarin adjektiiviparit voitiin ymmärtää monin tavoin. Tosin adjektiiviparit oli

rakennettu siten, että vastaaja tietää, kumpi adjektiiveista liittyy tulevaisuuden näkemiseen kielteisesti ja kumpi myönteisesti, mikä oli tämän tutkimuksen kannalta oleellista.

Mittareiden pisteitys ei välttämättä vaikuta tutkimuksen luotettavuuteen, mutta tulosten luotettavuuteen se vaikuttaa huomattavasti. Koska tulevaisuusorientaatiota selvittävissä mittareissa tärkeyttä ja positiivisuutta kuvaa suuri pistemäärä ja merkityksettömyyttä ja negatiivisuutta pieni pistemäärä, yksinäisyyttä kuvaavat mittarit olisi kannattanut pisteittää samalla periaatteella siten, että yksinäisyyttä kuvaa pieni pistemäärä ja ei-yksinäisyyttä suuri pistemäärä. Tällöin esimerkiksi regressioanalyysin korrelaatiokertoimien lukeminen olisi helpompaa, ja mittareiden pisteitys olisi yhdenmukainen ja looginen. Tämä kannattaa huomioida mahdollisissa jatkotutkimuksissa.

Reliabiliteettia tarkasteltaessa tulee myös huomioida, miten vakavasti vastaajat ovat suhtautuneet tutkimukseen, miten he ovat perehtyneet kyseltäviin asioihin sekä aika- ja tilatekijät (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 191). Myönteinen asenne vastaajia kohtaan sekä hyvä tiedonanto ja ohjeistus ennen lomakkeen täyttöä mahdollisti vastaajien ymmärryksen ja asiallisen suhtautumisen kyselyyn. Kouluissa, joissa itse olin teettämässä kyselyn, vastaajilla oli mahdollisuus epäselvän väittämän kohdalla myös varmistaa sen merkitys. Aika- ja tilatekijät rajoittuivat luokahuonetilanteisiin ja annettuun aikaan. Tila oli täyttämisen kannalta kuitenkin rauhallinen ja valvottu. Myös aikaa oli riittävästi lomakkeen täyttämiseen ja tarkistamiseen. Kyselyn teettäminen oppitunnilla mahdollisti myös sen, ettei katoa päässyt syntymään.

Mittareiden validiteettia voitiin varmistaa etukäteen sillä, että kyselylomake rakennettiin aiemmin laadituista, hyväksi havaituista ja yleisesti hyväksytyistä mittareista. Tätä tutkimusta varten suomeksi käännetyt ja laaditut vanhemmista johtuva yksinäisyys mittari ja tulevaisuusorientaation asennemittari osoittautuivat tässä tutkielmassa myös luotettaviksi ja jatkossa käyttökelpoisiksi. Joukkomittareiden käytön etuna on myös se, että niillä saatuja tuloksia voidaan verrata aikaisempien tutkimusten tuloksiin. Joukkomittareiden käyttö mahdollisti myös suurien henkilömäärien käyttämisen, jolloin voidaan tehdä karkeita yleistyksiä. (Laine 1990, 36.) Tulee kuitenkin muistaa, että tässäkin tutkimuksessa käytetyn harkinnanvaraisen näytteen perusteella tutkimuksen tuloksia ei voida täysin yleistää koskemaan koko perusjoukkoa, mutta suuntaa antavia tuloksia se pystyy antamaan.

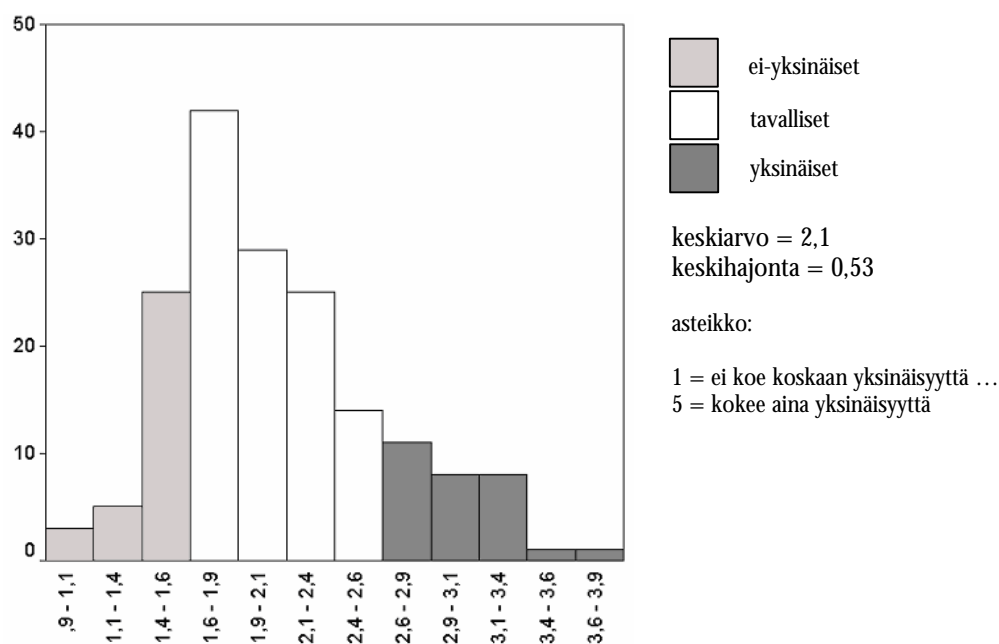
6 TUTKIMUSTULOKSET

6.1 Nuorten yksinäisyyskokemukset

Nuorten yksinäisyyskokemuksia selvitettiin viiden eri yksinäisyyden osa-alueen kautta, jotka muodostettiin kyselylomakkeen A-osasta. Kappaleiden 6.1.1-6.1.5 kautta saadaan vastaus ensimmäiseen tutkimusongelmaan eli siihen, miten yleisiä ovat ja miten ilmenevät nuorten yksinäisyystuntemukset ja -kokemukset.

6.1.1 Globaalinen, yleinen yksinäisyys

Suurin osa nuorista oli sosiaaliin suhteisiinsa tyytyväisiä eikä kokenut yksinäisyyttä. Kuvio 3 osoittaa nuorten jakautumisen yksinäisyysdimensiolle.



KUVIO 3. Nuorten jakautuminen globaaliselle yksinäisyysdimensiolle (n=172).

Vakavaa tai vastakohtaisesti vain erittäin vähäistä yksinäisyyttä ei kokenut kukaan. Kun ei-yksinäiset ja yksinäiset oltiin luokiteltu summapistemäärien pohjalta keskiarvon ja hajonnan avulla, ei-yksinäisten määräksi saatiin koko joukosta 33 ja yksinäisten määräksi 32. Yksinäisten ja ei-yksinäisten osuus koko joukosta oli kummassakin ryhmässä 19%. Ei-yksinäisten ja yksinäisten väliin jäi 107 yksinäisyyden kokemuksen suhteen tavallista nuorta, joiden osuus koko joukosta oli 62%.

Pääasiassa nuoret vastasivat positiivisilla tyytyväisyyttä osoittavilla vaihtoehdoilla. Näin ollen lähes jokaisella nuorella näyttää olevan joku, jonka kanssa olla ja jutella. Yksinäiset oppilaat vastasivat johdonmukaisesti huomattavasti enemmän sosiaalista tyytymättömyyttä ja yksinäisyyttä osoittavin vastauksin. Yksinäisistä 19% tunnusti itsensä usein yksinäiseksi. Kaikista nuorista yksinäisyyttä tunnusti kokevansa usein 5%. Tytöt ja pojat asuinkunnasta riippumatta vastasivat samankaltaisesti, vaikkakin kaupunkinuorilla oli taipumus vastata jonkin verran enemmän tyytymättömyyttä kuvaavin vastausvaihtoehtoin.

Harrastusten kautta selvitettiin, onko yksinäisten harrastukset suhteessa ei-yksinäisiin ja tavallisiin erilaisia. Harrastuneisuus luokiteltiin kahdeksaan ryhmään: musiikki (kuuntelu/soittaminen), liikunta yksilötoimintana, liikunta joukkuelajina, eläimet (esim. ratsastus, hevostenhoito), lukeminen/kirjoittaminen/piirtäminen, tietokoneet, muut (esim. partio, mopoilu, näytelmäkerhot) ja ei harrastuksia lainkaan.

TAULUKKO 5. Ei-yksinäisten, tavallisten ja yksinäisten harrastuneisuus prosentteina (n=172).

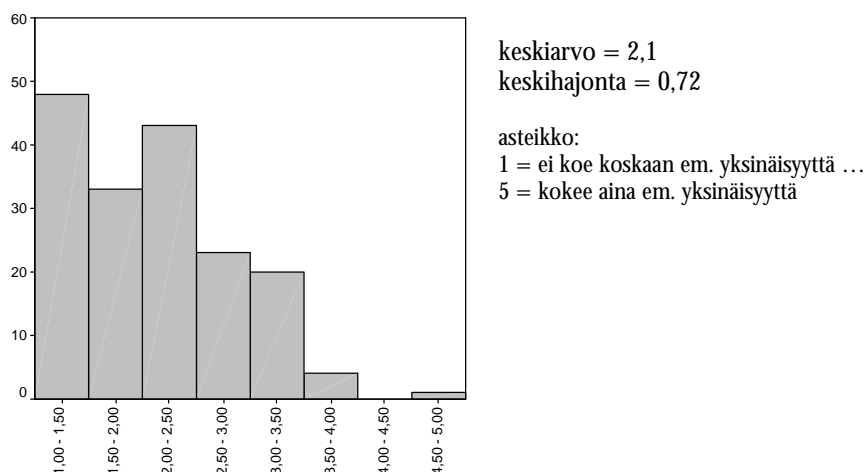
harrastus	ei-yksinäiset (n=33)	tavalliset (n=107)	yksinäiset (n=32)
musiikki (kuuntelu/soittaminen)	6%	18%	2%
liikunta yksilölajina	3%	25%	8%
liikunta joukkuelajina	7%	13%	1%
eläimet (esim. ratsastus/ hevostenhoito)	2%	3%	2%
lukeminen/kirjoittaminen/ piirtäminen	0%	5%	4%
tietokoneet (pelailu/ohjelmointi)	6%	13%	6%
muut (esim. partio, mopoilu, näytelmäkerho)	6%	13%	6%

Yksinäiset harrastivat samassa suhteessa kuin ei-yksinäiset ja tavalliset, mutta yksinäisten harrastukset keskittyivät pitkälti toimintoihin, joita voitiin tehdä yksin. Sekä tavalliset että ei-yksinäiset harrastivat yksinäisiä enemmän musiikkia ja huomattavasti enemmän liikuntaa joukkue-toimintana. Yksinäiset puolestaan harrastivat ei-yksinäisiä enemmän yksin tehtäviä toimintoja, kuten liikuntaa yksilötoimintana, lukemista, kirjoittamista ja/tai piirtämistä ja tietokoneiden kanssa pelailua/ohjelmointia.

Nuoret kirjoittivat jonkin verran yleisestä yksinäisyydestä ja sen merkityksestä ihmisen elämässä. Joidenkin nuorien mielestä oli ymmärrettävää, että ”*jokainen kokee joskus olevansa yksin, toiset useammin kuin toiset*”. Vaikka nuoret ymmärsivät yksin olemisen olevan ajoittain normaalia, heille oli selvää, että ”*tarvitsemme muita ja olemme riippuvaisia siitä että saamme puhua toisten ihmisten kanssa.*” Tästä syystä ”*kenenkään ei pitäisi olla aivan yksin*” johtuen siitä, että ”*ihminen on sosiaalinen olento, hänen on mahdotonta olla yksin*”.

6.1.2 Ystävyys ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute

Kuvio 4 osoittaa nuorten jakautumisen dimensiolla, joka kuvaa ystävyys ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta.



KUVIO 4. Nuorten jakautuminen ystävyys ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta kuvaavalle yksinäisyyden osa-alueen dimensiolla (n=172).

Valtaosa nuorista ei kokenut ystävyys ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta. Tämä ilmeni muun muassa siten, että suurimmalla osalla nuorista oli koulussa useimmiten

- joku läheinen ja ymmärtävä ystävä,
- joku, jonka kanssa jutella ja jolle voi kertoa asioita ja
- joku, jonka puoleen voi kääntyä apua tarvitessaan.

TAULUKKO 6. Kolmen yksinäisyydeltään erilaisen ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat ystävyiden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta osoittavassa yksinäisyyden osa-alueessa (n=172).

Yksinäisyyttä kuvaava osa-alue	ei-yksinäiset (n=33)		tavalliset (n=107)		yksinäiset (n=32)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute	1,3	0,27	2,0	0,48	3,1	0,48	132,5***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Yksinäiset kokivat kuitenkin johdonmukaisesti enemmän ystävyiden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tunteen puutetta kuin ei-yksinäiset ja tavalliset nuoret (Pearsonin tulomomenttikerroin $r=0,76^{**}$). Yksinäisyyskokemusten ja ystävyiden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute korreloivat toisiaan voimakkaasti. Ei-yksinäiset eivät puolestaan kokeneet juuri koskaan ystävyiden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta. Tavalliset kokivat näin toisinaan, vaikka selvästi harvemmin kuin yksinäiset.

TAULUKKO 7. Tyttöjen ja poikien keskiarvot ja keskihajonnat ystävyiden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta osoittavassa yksinäisyyden osa-alueessa (n=172).

Yksinäisyyttä kuvaava osa-alue	tytöt (n=81)		pojat (n=91)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute	1,9	0,76	2,2	0,65	-3,2**

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Pojat kokivat tyttöjä enemmän ystävyiden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta. Yksittäisinä asioina (liite 5 taulukko 35) pojat eivät kokeneet tyttöjen tavoin, että

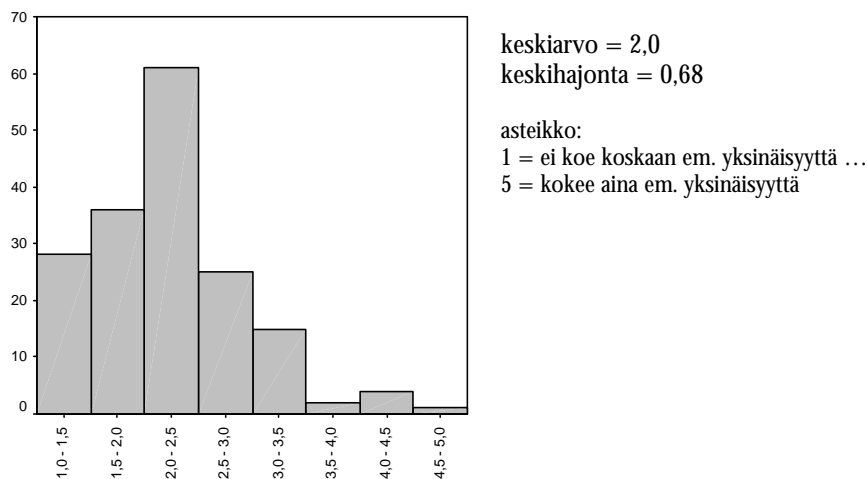
- jotkut kaverit ovat heille läheisiä,
- joltain koulutovereilta voi aina pyytää apua tai
- että joidenkin koulutovereiden kanssa voisi jutella ihan kaikesta.

Kaupunkinuoret kokivat maaseutukuntien nuoria jonkin verran enemmän ystävyiden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tunteen puutetta. Yksittäisinä asioina kaupunkinuoret kokivat suhteensa koulutovereihin olevan maaseutukuntien nuoria pinnallisempia. Ylipäänsä kaikista nuorista 20% katsoi suhteensa ystäviin aina tai usein pinnallisiksi. Lisäksi kaupunkinuoret eivät kokeneet voivansa jutella joillekin koulutovereille ihan kaikesta samalla tavoin kuin maaseutukuntien nuoret (liite 5 taulukko 36).

Nuorten kirjoituksissa ilmeni ystävyuden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tärkeys ja puolestaan näiden asioiden puutteen kamaluus. Osalla nuorista oli *"maailman ihanin ystävä, jonka kanssa on aina hauskaa ja jolle voi kertoa ihan mitä vaan"*. Nuorille yksikin läheinen ystävä toi tyydytyksen läheisyyden tarpeille. Tämä todettiin kertomalla, että *"oon niin älyttömän kiitollinen, mun ystävästä, mikä tuntuu oudolta, koska muut mun ikäset ei vaikuta kiitolliselta mistään"*. Monet nuoret pystyivät onnekkaina toteamaan: *"Onneksi minä en ole yksin"*, ja samanaikaisesti he ymmärsivät, että jos he olisivat yksin *"se olisi kauheaa, sillä kaikki tarvitsevat kavereiden tukea"*.

6.1.3 Ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne

Kuviosta 5 näkyy nuorten jakautuminen dimensiolla, joka kuvaa ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta.



KUVIO 5. Nuorten jakautuminen ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta kuvaavalle yksinäisyyden osa-alueen dimensiolla (n=172).

Suurin osa nuorista koki harvemmin ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita. Tämä ilmeni muun muassa siten, että nuoret kokivat harvoin

- yksinäisyyttä,
- tulevansa hylätyksi,
- jäävänsä muiden ulkopuolelle tai
- että koulutoverit eivät ole heidän kanssaan.

TAULUKKO 8. Kolmen yksinäisyydeltään erilaisen ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne yksinäisyyden osa-alueessa (n=172).

Yksinäisyyttä kuvaava osa-alue	ei-yksinäiset (n=33)		tavalliset (n=107)		yksinäiset (n=32)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne	1,3	0,29	1,9	0,49	2,9	0,56	92,8***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Yksinäiset kokivat kuitenkin johdonmukaisesti useammin ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita kuin ei-yksinäiset ja tavalliset (Pearsonin tulomomenttikerroin $r=0,71^{**}$). Yksinäisyyskokemukset ja ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne korreloivat toisiaan voimakkaasti. Ei-yksinäiset kokivat erittäin harvoin, josko koskaan, jäävänsä ulkopuolelle tai yksin. Näin koki myös tavalliset nuoret, vaikkakaan ei yhtä selvästi kuin ei-yksinäiset. Tavalliset nuoret kokivat ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita kuitenkin selvästi yksinäisiä vähemmän.

TAULUKKO 9. Maaseutukuntien nuorten ja kaupunkinuorten keskiarvot ja keskihajonnat ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta osoittavassa yksinäisyyden osa-alueessa (n=172).

Yksinäisyyttä kuvaava osa-alue	maaseutukuntien nuoret (n=91)		kaupunki-nuoret (n=81)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne	1,9	0,64	2,1	0,71	2,1*

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Kaupunkinuoret kokivat maaseutukuntien nuoria jonkin verran enemmän ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta. Tytöillä oli taipumus vastata poikia enemmän ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta joiden asioiden suhteen (liite 5 taulukko 37). Tytöt kokivat poikia useammin muun muassa

- tuntevansa itsensä yksinäiseksi ja
- hylätyksi sekä
- jäävänsä muiden ulkopuolelle.

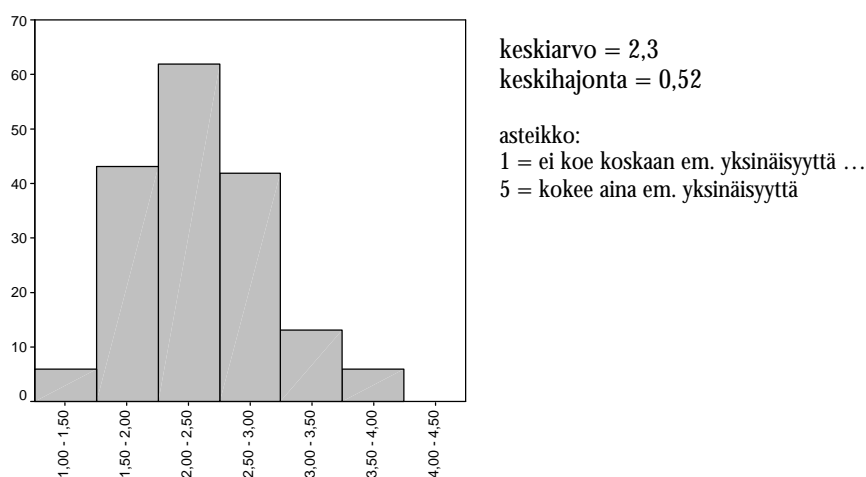
Nuoret kuvasivat kirjoituksissaan melko runsaasti yksin olemista sekä kielteisessä että myönteisessä merkityksessä. Joku sanoi, että toisinaan *"isossa porukassa tuntee olevansa enemmän yksin, kuin yksin"* konkreettisesti esimerkiksi kotona. Nuoret sanoivat kokevansa olevan *"yksin, vaikka ympärillä olisikin paljon ihmisiä"*. Nämä toteamukset kuvaavat

emotionaalista eli läheisen suhteen puutteen vuoksi koettua yksinäisyyttä. Yksinäisyyttä koetaan siitakin huolimatta, että ympärillä olisi ihmisiä. Yksin olemisen sanottiin tuntuvan ”pahalta, pelottavalta” ja ”ahdistavalta”. Yksinkertaisesti ”yksin ei ole kiva olla”. Nuorista jotkut totesivat yksin olemisen ja siitä johtuvan tunteen riippuvan ”paljon ajasta ja paikasta”. Jotkut nuorista kirjoitti, että ”koulussa ei ole mukavaa olla yksin”. Muutaman nuoren kirjoituksista heijastui suoranaisia avunhuutoja: ”Mulla on niin kovin yksinäinen olo! Ketään ei auta mua tai oo mun ystävä.” Eräs nuori tunsu itsensä yksinäisyyttä kokiessaan tarpeettomaksi. Hän totesi, että ”muut pitävät hauskaa ja minä olen yksin omassa huoneessani, miettien miksi olen olemassa”. Tämä samainen nuori sanoi huomaavansa, että häntä ”ei kaivata täällä”.

Monelle nuorelle ”yksin olemisessa ei ole mitään vikaa”. Yksin olemisen sanottiin tuntuvan ”joskus oikein hyvältä, kun siihen tottuu”. Lisäksi sen sanottiin olevan ”kivaa ja rentouttavaa”. Yksin olemisen myönteinen puoli näyttäytyi nuorten mielestä siten, että saa ”omaa rauhaa” ja ”mieltä maailman menoja ja tapahtumia”, jolloin ei aina tarvitse ”olla kavereiden kanssa touhuamassa”. Joku nuori kertoi olevansa ”tottunut olemaan yksin”, koska on ”sitä paljon”. Se ei kuitenkaan tuntunut häntä haittaavan. Kaiken lisäksi monelle nuorelle ovat ”kaverit aina puhelinsoiton päässä”, kun yksin olemiseen kyllästyy.

6.1.4 Sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus

Kuvio 6 osoittaa nuorten jakautumisen dimensiolla, joka kuvaa sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeutta.



KUVIO 6. Nuorten jakautuminen sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeutta kuvaavalle yksinäisyyden osa-alueen dimensiolla (n=172).

Sukupuolesta ja asuinkunnasta riippumatta sosiaalisten suhteiden muodostaminen oli suurimmalle osalle nuorista useimmiten helppoa. Tämä ilmeni siten, että suurimmalla osalla ei ollut vaikeuksia

- löytää seuraa,
- tulla toimeen muiden kanssa,
- liittyä muiden seuraan tai
- ystävystyä muiden kanssa.

TAULUKKO 10. Kolmen yksinäisyydeltään erilaisen ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeutta osoittavassa yksinäisyyden osa-alueessa (n=172).

Yksinäisyyttä kuvaava osa-alue	ei-yksinäiset (n=33)		tavalliset (n=107)		yksinäiset (n=32)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus	1,8	0,32	2,2	0,39	2,9	0,44	68,3***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

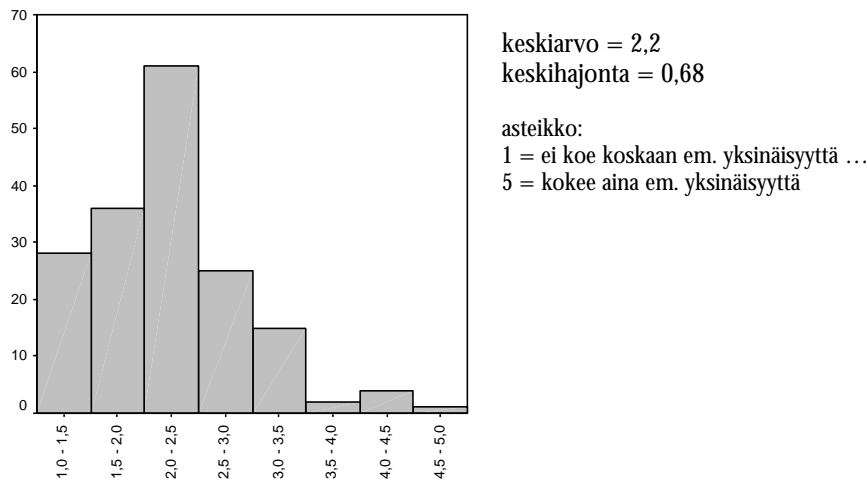
Yksinäisille sosiaalisten suhteiden muodostaminen oli kuitenkin selvästi vaikeampaa kuin ei-yksinäisille ja tavallisille nuorille (Pearsonin tulomomenttikerroin $r=0,66^{**}$). Yksinäisyyskokemukset ja sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus korreloivat toisiaan merkittävästi.

Nuoret kirjoittivat jonkin verran myös sosiaalisista suhteistaan ja taidoistaan, jotka liittyvät juuri sosiaalisten suhteiden muodostamiseen. Sosiaalisuus osoittautui siten, että nuorella on *"paljon kavereita"*, jolloin hänen ei myöskään *"tarvitse olla yksin"*. Yksi nuorista kertoi olevansa huono *"tutustumaan uusiin ihmisiin, vaikka ehkä haluaisikin"*. Sosiaalisten taitojen puute osoittautui kirjoituksessa, jonka mukaan nuoren oli *"vaikea änkeä uusiin ryhmiin"*. Toisaalta erityisesti nuorilla tytöillä on hyvin tiiviitä tyttöporukoita, jonka vuoksi toisten saattaa olla vaikea liittyä näihin ryhmiin. Eräs tyttö kertoi haluavansa *"mennä juttelemaan yksinäisten ihmisten luo koulussa"*, mutta totesi, ettei *"saa aikaiseksi tehdä sitä"*. Tämä nuori ei uskaltanut myöskään mennä *"kiusattujen ja kiusaajien väliin"*, koska pelkää *"itse tulevansa kiusatuksi"*. Hyväksytyksi tuleminen ja porukkaan kuuluminen saattavat olla nuorille niin tärkeitä asioita, että niiden merkitys menee omien hyvää tarkoittavien ajatusten edelle. Kyseinen nuori kuitenkin toivoi, että saa *"joskus tarpeeksi rohkeutta mennä kiusaajien ja kiusattujen väliin ja*

mennä hylättyjen luo”. Luultavasti moni nuori ”luottaa ihmisiin vasta pitkän yhteisen taipaleen jälkeen” erään kirjoittajatytön tavoin.

6.1.5 Vanhemmista johtuva yksinäisyys

Kuviosta 7 näkee nuorten jakautumisen dimensiolla, joka kuvaa nuorten kokemaa vanhemmista johtuvaa yksinäisyyttä.



KUVIO 7. Nuorten jakautuminen vanhemmista johtuvalle yksinäisyysdimensiolle (n=172).

Sukupuolesta riippumatta nuoret eivät juurikaan kokeneet yksinäisyyttä vanhemmista johtuen. Tosin vastaukset hajosivat melko paljon, jonka vuoksi nuorten joukossa koettiin jossain suhteessa yksinäisyyttä vanhemmista taholta. Se, että vanhemmista johtuen ei koettu yksinäisyyttä, koettiin muun muassa siten, että vanhemmilla

- oli useimmiten nuorelle aikaa,
- he olivat kiinnostuneet lapsestansa ja hänen tekemisistään ja
- nuoren oli useimmiten helppo olla kotonaan.

Huomion arvoisena yksittäisenä asiana mainittakoon, että nuorista 31% koki usein tai aina vaikeaksi puhua asioistaan vanhemmilleen.

TAULUKKO 11. Kolmen yksinäisyysdeltään erilaisen ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat vanhemmista johtuvan yksinäisyyden suhteen (n=172).

Yksinäisyyttä kuvaava osa-alue	ei-yksinäiset (n=33)		tavalliset (n=107)		yksinäiset (n=32)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
vanhemmista johtuva yksinäisyys	1,9	0,56	2,2	0,65	2,5	0,77	6,6**

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Yksinäiset kokivat tavallisiin ja ei-yksinäisiin nuoriin verrattuna kuitenkin johdonmukaisesti useammin vanhemmista johtuvaa yksinäisyyttä (Pearsonin tulomomenttikerroin $r=0,27^{**}$). Näiden kahden tekijän riippuvuus toisistaan ei kuitenkaan ollut yhtä selvä kuin kolmessa edellisessä yksinäisyyden osa-alueessa. Lisäksi joidenkin yksittäisten asioiden (ks. liite 5 taulukko 38) suhteen havaittiin nuoren asuinkunnalla olevan merkitystä nuoren vanhemmista johtuvaan yksinäisyyden kokemiseen. Kaupunkinuoret kokivat maaseutukuntien nuoria useammin, että kotona on vaikea olla. Lisäksi kaupunkinuoret eivät tulleet yhtä usein hyvin toimeen vanhempien kanssa kuin maaseutukuntien nuoret.

Nuorten yksinäisyyteen liittyvissä kirjoituksissa mainittiin myös koti ja vanhemmat. Joku totesi, että yksin on toisinaan ihan mukava olla, koska *"aina ei jaksa läheisiäänkään ihmisiä"*, vaikka enimmäkseen koettiin kuitenkin *"perheen ja kavereiden kanssa"* oleminen mukavaksi. Eräälle tytölle *"kaikist tärkein asia on se"*, että hän tuntee itsensä *"tärkeeks ja arvostetuks"*. Nämä tunteet hän näki saavansa perheeltä. Koska kohderyhmän ikäiset nuoret käyvät läpi ihmissuhdeksiä, siihen kuuluu oleelliseksi osaksi myös konfliktit vanhempien ja muiden auktoriteettien kanssa. Luultavasti useampi kuin vain yksi nuori ei ymmärrä *"miten AINA tulee vanhempien kanssa riitaa, vaikka kuinka"* yrittää. Ja luultavasti monelle asiat kuitenkin *"aina hoituu"*, kuten kirjoittajanuorellakin.

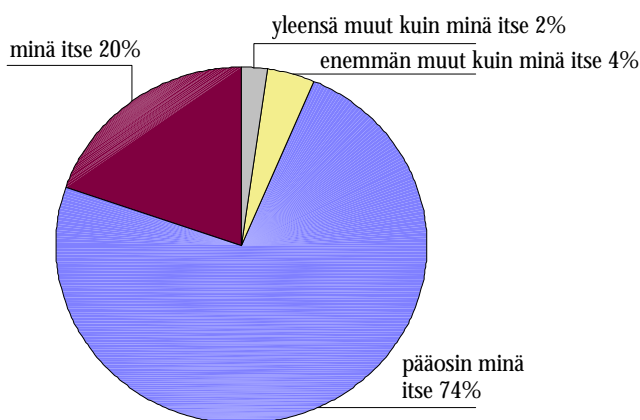
Myös vanhempien keskinäisillä suhteilla oli merkitystä nuoren hyvinvointiin. Eräälle kirjoittajalle *"ainoa asia, jonka"* hän haluaisi *"muuttaa, on kodin ilmapiiri, joka on hyvin riitaisia, lähinnä vanhempien ansioista"*. Kyseinen kertoo kärsivänsä kodin huonosta ilmapiiristä *"sisarustensa kanssa päivittäin"*. Eräs kirjoittaja koki asioiden kertomisen sekä ystäville että vanhemmille vaikeaksi ja tuumailtuaan olemassa olonsa merkittävyyttä tai merkityksettömyyttä hän toteaa seuraavasti: *"Jos he edes silloin alkavat ajatella että olisi pitänyt välittää."* Yksi selvästi yksinäinen nuori kertoo, ettei *"edes vanhemmat välitä, mitä tekee"*. Vanhemmat saattavat olla nuorelle ainoa sosiaalinen verkosto, jonka vuoksi heidän merkityksensä nuoren elämässä on tärkeä. Nuori, jonka vanhemmat eivät välittäneet hänestä, sanoi lopuksi: *"Toivottavasti kuolen pian, ettei tarvitse miettiä elämäänsä enää ikinä."*

6.2 Nuorten tulevaisuusorientaatio

Nuorten tulevaisuusorientaatiota eli tulevaisuuteen suuntautumista tarkasteltiin ensin sitä kautta, miten nuoret kokevat voivansa vaikuttaa tulevaisuuteensa, ja miten he suunnittelevat sitä ajallisesti. Näitä selvitettiin kyselylomakkeen B ja C osassa. Kyselylomakkeen D-osan avulla selvitettiin nuorten tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita ja niiden tärkeyttä, ja lomakkeen E-osan avulla selvitettiin nuorten tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita. Kappaleiden 6.2.1-6.2.8 kautta saadaan vastaus toiseen tutkimusongelmaan eli siihen, miten nuoret suuntautuvat ja asennoituvat tulevaisuuteensa.

6.2.1 Tulevaisuuteen vaikuttaminen ja sen suunnittelu ajallisesti

Nuoret sukupuolesta ja asuinkunnasta riippumatta katsoivat voivansa vaikuttaa ja hallita elämäänsä tulevaisuudessa pääasiassa itse. Heistä 74% katsoi vaikuttavansa pääosin itse tulevaisuuteensa ja 20% katsoi täysin itse vaikuttavansa omaan tulevaisuuteensa. Enemmän tai yleensä muut kuin minä itse vastausvaihtoehtoihin vastasi ainoastaan 6% eli 11 nuorta.



KUVIO 8. Nuorten vastaukset prosentteina kysymykseen, kenen he uskovat vaikuttavan tulevaisuuteensa (n=172).

Nuorten kirjoituksissa oli myös elämänhallintaan liittyviä kirjoituksia, joissa esiintyi nuorten vahva tarve kontrolloida omaa elämää ja päättää omista tekemisistään. *"Loppujen lopuksi itse on se, joka määrää elämän laadun"*, kirjoittaa yksi nuorista ja toinen jatkaa: *"Tulevaisuus on pääosin omissa käsissäni; ohjaan itse elämäni."* Kohderyhmän ikäisille nuorille on tärkeä saada päättää omista asioista ja kokeilla omia rajojaan ja mahdollisuuksiaan elämässä. Moni aikoo *"elää elämäänsä juuri niin kuin haluaa"*, jolloin *"kukaan tai mikään ei saa rajoittaa"*. Moni nuori haluaa

”nauttia niin kauan kuin mahdollista”. Toisaalta muistutettiin myös elämään vaikuttavista ulkopuolisista seikoista kirjoittamalla, että *”tulevaisuus sisältää usein/aina muutakin kuin oman suorituksen”*. Tulevaisuudessa *”onni on ratkaisevassa asemassa, valtiosta puhumattakaan”*.

Nuoret suunnittelivat tulevaisuuttaan ajallisesti alle vuodesta monien kymmenien vuosien päähän eteenpäin. Nuorten vastaukset jaettiin seitsemään vaihtoehtoon, jotka ilmenevät alla olevasta taulukosta.

TAULUKKO 12. Nuorten vastausten jakautuminen määrinä ja prosentteina kysymykseen, kuinka pitkälle he ovat suunnitelleet tulevaisuuttaan (n=172).

	vastaajien määrä	vastaajien määrä prosentteina
1-4 vuotta eteenpäin	98	57%
5 vuotta eteenpäin	23	14%
6-10 vuotta eteenpäin	23	14%
11-15 vuotta eteenpäin	4	2%
16-20 vuotta eteenpäin	4	2%
on suunnitellut vielä pidemmälle	11	6%
ei ole suunnitellut lainkaan	9	5%

Nuorista 87% suunnitteli tulevaisuuttaan enintään 11-15 vuotta eteenpäin eli siihen asti, kunnes he ovat iältään noin 30-vuotiaita. Kaikista nuorista 57% kertoi suunnitelleensa tulevaisuuttaan 1-4 vuotta eteenpäin. Vain harva oli suunnitteleematta tulevaisuuttaan lainkaan ajallisesti eteenpäin. Myös tulevaisuuden suunnittelu kymmenien vuosien päähän oli harvinaista.

6.2.2 Tulevaisuuden tärkeimmät ja vähiten tärkeimmät yksittäiset tavoitteet

Nuoret pitivät tulevaisuuteen liittyviä yksittäisiä tavoitteita ja asioita kauttaaltaan melko tärkeinä tulevaisuuden elämässään. Tosin aivan yksimielisiä nuoret eivät olleet kaikkien tulevaisuuteen liittyvien yksittäisten asioiden suhteen. Joillekin hyvin tärkeä tulevaisuuden asia, kuten esimerkiksi omat lapset, saattoi olla toiselle merkityksetön. Tytöt näyttivät monessakin suhteessa kokevan asiat tärkeämmäksi kuin pojat.

TAULUKKO 13. Asiat, joita suurin osa nuorista piti tulevaisuudessa kolmena tärkeimpänä ja asiat, joita nuoret valitsivat kaikkein vähiten kolmen tärkeimmän asian joukkoon.

Kolme tulevaisuudessa kaikkein tärkeimpänä pidettyä tavoitetta/asiaa

1. Terveyttä	48% nuorista piti kolmen tärkeimmän joukossa
2. Perheen perustamista	35%
3. Läheisiä ja turvallisia ystävyysuhteita	26%
Seurustelua ja tyttö- tai poikaystävän kanssa asumista	26%

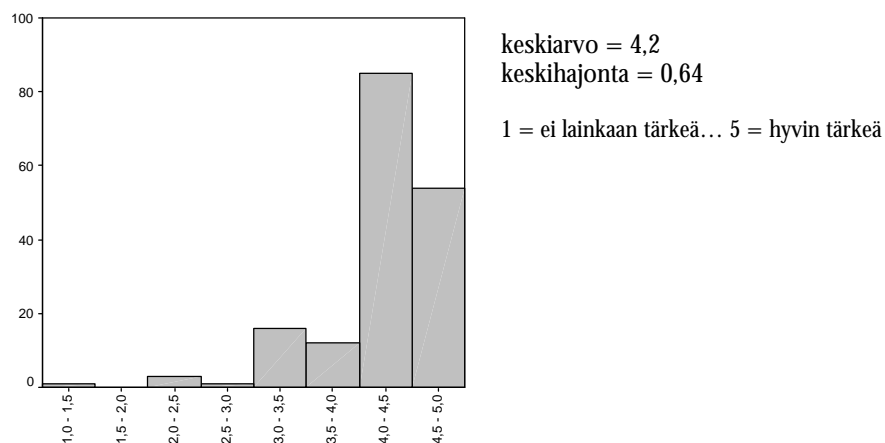
Asiat, joita nuoret valitsivat kaikkein vähiten kolmen tärkeimmän asian joukkoon

1. Maailmanrauha ja maailman ongelmien ratkaisemista	vain 2% nuorista piti kolmen tärkeimmän joukossa
2. Mahdollisuutta solmia uusia tuttavuuksia ja tavata ihmisiä	vain 5%
3. Matkustelua	vain 5%

Kysyttäessä nuorilta, mitkä yksittäiset asiat (ks. kyselylomake, liite 1 D1-19) kuuluvat heille tulevaisuuden elämässä kolmen tärkeimmän joukkoon, terveys ja oman perheen perustaminen nähtiin erityisen tärkeinä. Nuorista 48% eli varsin moni vastasi terveyden kuuluvan oleelliseksi osaksi elämän sisältöä. Perheen perustaminen oli 35%:lle nuorista kolmen tärkeimmän joukossa. Läheiset ja turvalliset ystävyysuhteet sekä seurustelu ja tyttö- tai poikaystävän kanssa asuminen kuuluivat 26%:lle nuorista kolmen tärkeimmän tulevaisuuden asian joukkoon. Puolestaan kaikkein vähiten nuoret valitsivat tulevaisuuden tärkeimmiksi asioiksi maailmanrauhan ja maailman ongelmien ratkaisemisen, mahdollisuuden solmia uusia tuttavuuksia ja tavata ihmisiä sekä matkustelun.

6.2.3 Kouluttautuminen ammattiin ja työnteko

Kuvio 9 osoittaa nuorten jakautuminen dimensiolla, joka kuvaa kouluttautumista ammattiin ja työntekoa.



KUVIO 9. Nuorten jakautuminen kouluttautuminen ammattiin ja työntekoa kuvaavalle tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita koskevan osa-alueen dimensiolla (n=172).

Kouluttautuminen ammattiin ja työnteko ovat nuorten lähitulevaisuuden tavoitteita, jotka nähtiin kaikin puolin melko tai hyvin tärkeinä tulevaisuuden tavoitteina.

TAULUKKO 14. Poikien ja tyttöjen keskiarvot ja keskihajonnat kouluttautuminen ammattiin ja työntekoa osoittavassa tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alueessa (n=172).

Tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alue	pojat (n=91)		tytöt (n=81)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
kouluttautuminen ammattiin ja työnteko	4,1	0,68	4,3	0,56	2,4*

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

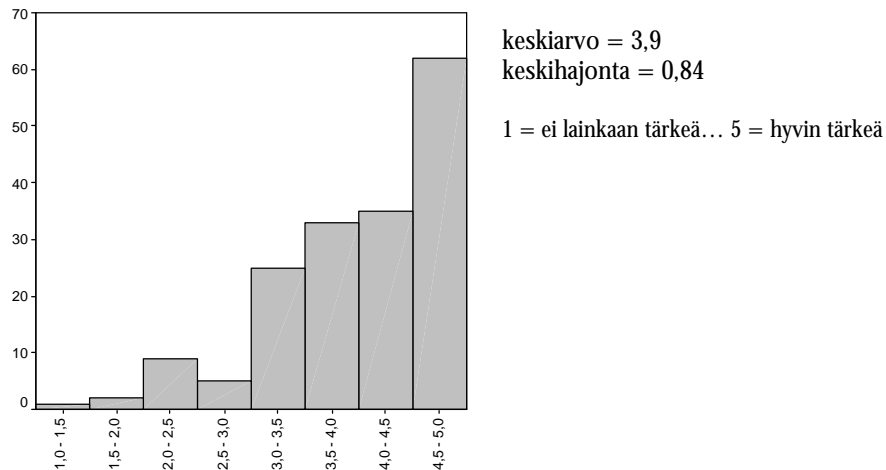
Poikien mielestä kouluttautuminen ammattiin ja työnteko olivat kuitenkin jossain määrin vähemmän tärkeitä kuin tyttöjen mielestä.

Nuoret kirjoittivat tulevaisuuteen liittyen runsaasti juuri lukioon menosta ja ammatin hankkimisesta. Suurimmalle osalle nuorista *"opiskelu kiinnostaa nyt ja se tulee varmasti kiinnostamaan jatkossakin"*. Moni aikoo *"mennä lukioon ja kirjoittaa ylioppilaaksi"*. Jotta lukioon on mahdollista päästä, *"tärkeintä tällä hetkellä on koulunkäynti"*, johon *"täytyy panostaa"* saadakseen peruskoulun päästötodistukseen hyviä arvosanoja. Yksi nuorista kirjoitti kouluttautumiseen ja työntekoon liittyen, että *"menestyminen on kiven kovien tuntien tulosta"*, jonka vuoksi panostuksen *"täytyy olla 100%"*.

Osalla nuorista oli jo selvät jatkosuunnitelmat peruskoulun jälkeisestä ammatinvalinnasta tai lukion jälkeisestä koulutuksesta. Monelle oli selvää *"opiskella itselle hyvä ammatti, jotta saa riittävän toimeentulon"*. Nuoret kirjoittivat haluavansa *"ammatin, joka kiinnostaa ja jossa viihtyy"*. Yksi nuorista kritisoi sitä, *"kun nykyään ammatti pitäisi tietää jo ala-asteella, jotta tietäisi mitä aineita kannattaa valita"*. Tosiasiassa hänen mukaansa vain *"harva 7-vuotias tietää mikä hänestä tulee isona"*. Kaikki eivät kuitenkaan vielä yhdeksäsluokkalaisinaanakaan tienneet yhtään *"miksi tulisi isona tai ees et mikä kiinnostaa"*.

6.2.4 Elämäkumppanin löytymisen ja perheen perustaminen

Kuviosta 10 näkyy nuorten jakautuminen dimensiolla, joka kuvaa elämäkumppanin löytymisen ja perheen perustamisen tärkeyttä tulevaisuudessa.



KUVIO 10. Nuorten jakautuminen elämäkumppanin löytymistä ja perheen perustamista kuvaavalle tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita koskevan osa-alueen dimensiolla (n=172).

Yleisesti ottaen nuoret sukupuolesta ja asuinkunnasta riippumatta pitivät kyseiseen osa-alueeseen liittyviä asioita kuten

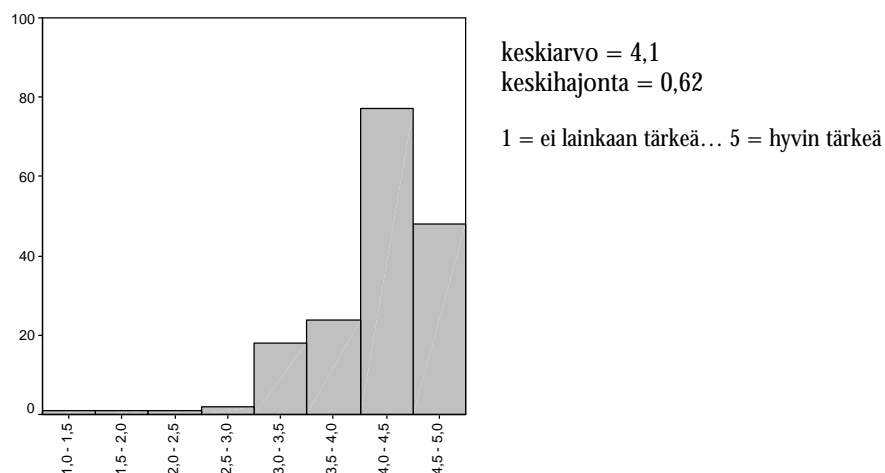
- seurustelua ja tyttö- tai poikaystävän kanssa yhteen muuttamista,
- perheen perustamista ja
- omia lapsia

tulevaisuudessaan melko tärkeinä. Tosin joukossa oli myös nuoria, joille elämäkumppanin löytymisen ja perheen perustaminen ei ollut lainkaan tai kovin tärkeää.

Nuorten kirjoituksissa heijastui tarve jakaa elämä jonkun kanssa ja toive olla äiti tai isä. Moni kirjoitti haluavansa *"saada sitten joskus myöhemmin oman perheen tai elämäkumppanin"*, koska ei halunnut *"viettää loppuelämäänsä yksin"*. Oma perhe antaisi mahdollisuuden *"olla onnellinen"*, kuten yksi nuorista kirjoitti. Tosin joukossa oli myös skeptisiä ajatuksia tulevaisuuden perheestä. Yksi nuorista sanoi miettivänsä *"välillä, tulenkohan ikinä löytämään itselleni hyvää miestä ja saanko lapsia"*. Eräs poika totesi, että *"isi vois olla kiva olla"*. Puolestaan yksi tytöistä totesi, että *"maailma on huono paikka. Kaikkialla on liian paljon paha"*, jonka vuoksi hän ei *"varmaankaan haluaisi saada lapsia tänne"*. Toinen tytöistä kirjoitti suoraan: *"Lapsia en halua"*. Tähän oli syynä se, että hän aikoi *"nauttia elämästä ilman perhettä"*.

6.2.5 Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen

Kuvio 11 havainnollistaa, kuinka tärkeinä tulevaisuuden asioina nuoret pitävät sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä ja itsensä toteuttamista.



KUVIO 11. Nuorten jakautuminen sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä ja itsensä toteuttamista kuvaavalle tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita koskevan osa-alueen dimensiolla (n=172).

Suurin osa nuorista katsoi, että tulevaisuudessa on tärkeä ylläpitää toimivia sosiaalisia suhteita muun muassa

- ystäviin ja
- lapsuuden perheeseen sekä
- uusiin ihmissuhteisiin ja tuttavuuksiin.

Myös itsensä toteuttamista muun muassa

- vapaa-ajasta nauttimalla ja täydellisellä rentoutumisella pidettiin melko tärkeänä tulevaisuudessa.

TAULUKKO 15. Poikien ja tyttöjen keskiarvot ja keskihajonnat sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä ja itsensä toteuttamista osoittavassa tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alueessa (n=172).

Tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alue	pojat (n=91)		tytöt (n=81)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen	4,0	0,64	4,3	0,57	2,5*

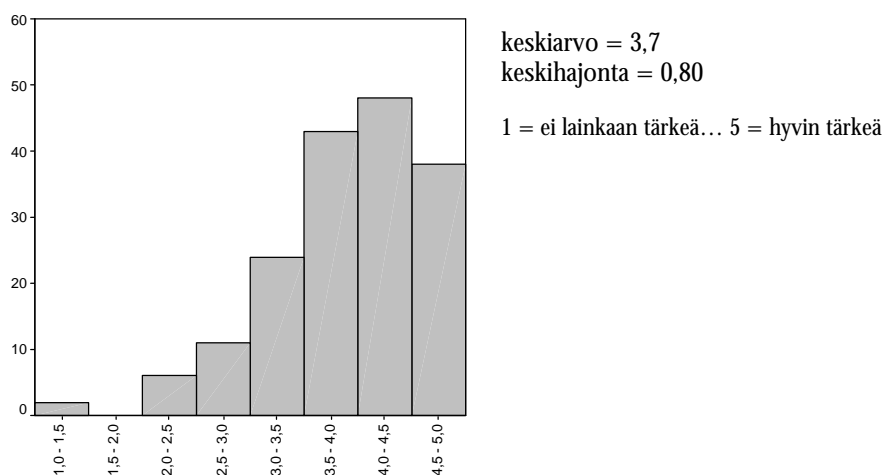
ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Työille sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen oli tulevaisuudessa poikia jonkin verran tärkeämpää.

Kirjoituksissaan nuoret ilmaisivat ihmissuhteiden tärkeyden myös tulevaisuudessa. Moni halusi *”ystävien lisäksi perheen olevan läheinen tulevaisuudessakin”*. Eräällä nuorella oli halu *”muuttaa omaan kotiin mahdollisimman pian”*. Halu omaan kotiin ei johtunut kuitenkaan siitä, että nuorella olisi ollut huonot oltavat kotona, koska hän lisäsi, että *”suhteet vanhempiin on oltava hyvät”*. Vaikka yhdellä oli halu muuttaa pois kotoa, toisesta tuntui *”pelottavalta ajatella, että kohta ei ehkä asu enää perheen kanssa ja lähtee opiskelemaan”*. Jotkut halusivat tulevaisuudessa *”panostaa enemmän kaverisuhteitten ylläpitämiseen ja monipuolisempaan vapaa-ajan viettotapaan”*. Toisille tulevaisuudessa oli merkittävää *”solmia uusia ystävyysuhteita”*.

6.2.6 Varallisuus

Kuvio 12 osoittaa nuorten jakautumisen varallisuuden tärkeyttä kuvaavalle dimensiolla.



KUVIO 12. Nuorten jakautuminen varallisuutta kuvaavalle tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita koskevan osa-alueen dimensiolla (n=172).

Nuorille varallisuuden merkitys tulevaisuudessa oli melko tärkeää. Jotkut nuoret näkivät varallisuuden hyvin tärkeänä ja joillekin varallisuuden merkitys oli vähäistä. Varallisuudeksi ymmärrettiin

- korkea elintaso ja
- raha.

TAULUKKO 16. Tyttöjen ja poikien keskiarvot ja keskihajonnat varallisuutta osoittavassa tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alueessa (n=172).

Tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alue	tytöt (n=81)		pojat (n=91)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
varallisuus	3,5	0,79	3,9	0,80	-3,2**

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Pojille varallisuus tulevaisuudessa oli tärkeämpää kuin tytöille. Lisäksi maaseutukuntien nuorille varallisuus oli tärkeämpää kuin kaupunkinuorille.

TAULUKKO 17. Kaupunkinuorten ja maaseutukuntien nuorten keskiarvot ja keskihajonnat varallisuutta osoittavassa tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alueessa (n=172).

Tulevaisuuteen kohdistuva tavoitteiden osa-alue	kaupunki- nuoret (n=81)		maaseutukuntien nuoret (n=91)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
varallisuus	3,6	0,81	3,8	0,78	-2,0*

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Rahan merkityksestä tulevaisuudessa kirjoitettiin hyvin vähän. Nuoret kirjoittivat jonkin verran kuitenkin menestymisestä, vaikka eivät tarkkaan määritelleet, mitä menestyminen heille tarkoittaa. Joissain kirjoituksissa menestyminen yhdistettiin varallisuuteen. Eräs poika sanoi haluavansa *"menestyä ja saada rahaa"*. Näin hän uskoi takaavansa itselleen *"hyvän elämän"*. Samainen poika kuitenkin totesi, että *"rakkautta ei rahalla saa"*. Kaikki ei ole siis rahalla ja menestyksellä saatavissa. Yksi nuorista totesi, että *"rahahan on käyttöä varten"*. Rahan merkitys oli silloin vain välineellinen. Rahalla ostetaan päivittäiset arkipäivän tarpeet. Rahaan liittyi myös nuoren lainaama sanonta: *"Mikä laulaen tulee, se viheltäen menee."*

6.2.7 Muita tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita

Nuorten tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita tarkasteltiin edellisten neljän osa-alueen (kouluttautuminen ammattiin ja työnteko, elämäkumppanin löytäminen ja perheen perustaminen, sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen, varallisuus) lisäksi niiden neljän yksittäisen asian suhteen, jotka eivät mukautuneet edellä mainittuihin osa-alueisiin. Nämä yksittäiset asiat ovat: terveys, maailmanrauha ja maailmanongelmien ratkaiseminen, muiden ihmisten hyväksyntä ja arvostus sekä matkustelu.

TAULUKKO 18. Poikien ja tyttöjen keskiarvot ja keskihajonnat tulevaisuuteen kohdistuvissa yksittäisissä asioissa (n=172).

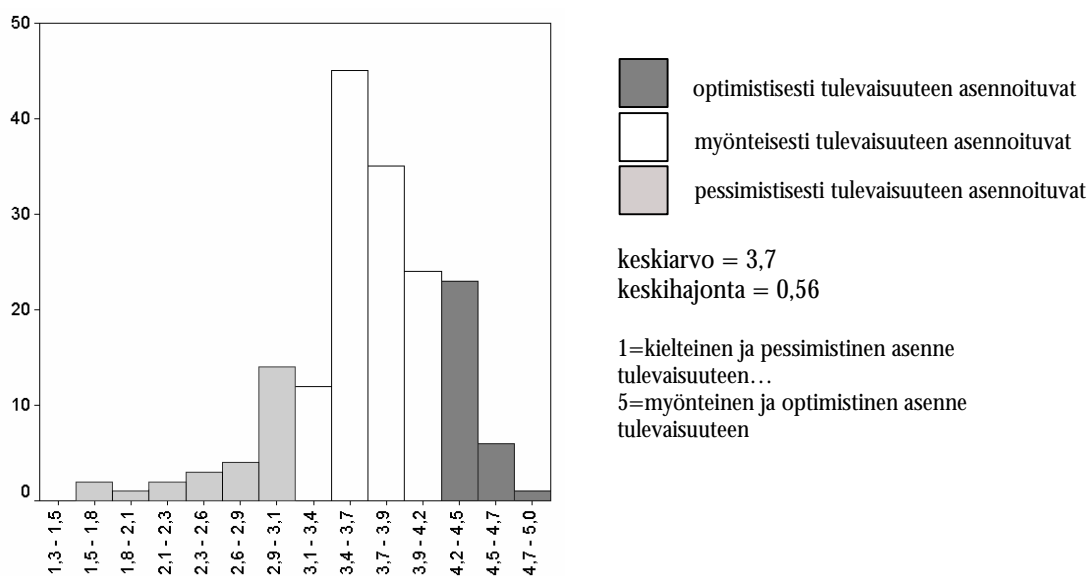
Tulevaisuuteen kohdistuvia yksittäisiä tavoitteita	pojat (n=91)		tytöt (n=81)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
matkustelu	3,1	1,01	3,7	0,97	3,9***
maailmanrauha ja maailman ongelmien ratkaiseminen	2,9	1,06	3,3	1,06	2,6**
muiden ihmisten hyväksyntä ja arvostus	2,7	0,90	4,0	0,79	2,4*
terveys	4,3	0,93	4,6	0,77	2,1*

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Nuoret pitivät terveyttä (keskiarvo 4,5 keskihajonta 0,67) tulevaisuudessaan ensiarvoisen tärkeänä. Lähes puolet nuorista piti terveyttä tulevaisuudessa kaikkein tärkeimpänä asiana. Tytöt korostivat terveyden merkitystä vielä poikiakin jonkin verran enemmän. Kovinkaan tärkeänä nuoret eivät sen sijaan pitäneet tulevaisuudessa maailmanrauhaa ja maailman ongelmien ratkaisemista (keskiarvo 3,1 keskihajonta 1,08). Myös muiden ihmisten hyväksyntä ja arvostus (keskiarvo 3,8 keskihajonta 0,86) nähtiin melko tärkeänä. Matkustelu (keskiarvo 3,4 keskihajonta 1,03) nähtiin jonkin verran tärkeäksi. Tytöt arvottivat kaikki edellä mainitut asiat poikia tärkeämmiksi. Etenkin matkustelu oli tytöille tärkeämpää.

6.2.8 Tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet

Kuvio 13 osoittaa nuorten jakautumisen tulevaisuuteen kohdistuvalle asennedimensiolle.



KUVIO 13. Nuorten jakautuminen tulevaisuuteen kohdistuvaan asennedimensiolle (n=172).

Pääasiassa nuorten asenteet tulevaisuutta kohtaan olivat melko myönteisiä ja optimistisia sukupuolesta ja asuinkunnasta riippumatta. Kun pessimistisesti tulevaisuuteen asennoituvat ja optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvat oltiin luokiteltu summapistemäärien pohjalta keskiarvon ja keskihajonnan avulla, pessimistisesti tulevaisuuteen asennoituneiksi osoittautui 31 eli 18% nuorista. Toinen ryhmä muodostui optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvista nuorista, joita oli 26 eli 15% koko joukosta. Kolmas ryhmä muodostui pessimistien ja optimistien ryhmän väliin jääneestä joukosta nuoria, jotka luokiteltiin myönteisesti tulevaisuuteen asennoituneiksi. He muodostivat suurimman ryhmän eli 67% koko joukosta.

TAULUKKO 19. Kolmen tulevaisuuteensa eri tavalla asennoituvan ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat tulevaisuuteen asennoitumista osoittavassa tulevaisuusorientaation osa-alueessa (n=172).

	pessimistisesti asennoituvat (n=31)		myönteisesti asennoituvat (n=115)		optimistisesti asennoituvat (n=26)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet	2,8	0,45	3,7	0,23	4,4	0,17	262,6***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Tulevaisuuteen pessimistisesti asennoituvat nuoret näkivät tulevaisuuden järjestelmällisesti myönteisesti tai optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvia kielteisemmin (Pearsonin tulomomenttikerroin $r=-0,86^{**}$). Aivan yksimielisen myönteisesti nuoret eivät siis asennoituneet tulevaisuuteensa, vaan asenteet vaihtelivat hyvin kielteisistä hyvin myönteisiin. Yksittäisiän asioina mainittakoon, että suuri osa nuorista näki tulevaisuuden melko vaikeana.

Joku nuorista kirjoitti näkevänsä tulevaisuutensa *"joskus myös vaikeana"*. Yhdelle nuorelle *"tulevaisuus näyttää monimutkaiselta"*, koska *"on niin paljon kaikkea mikä tulisi hoitaa ja muistaa"*. Erään pojan mielestä *"erittäin vaikealta tuntuu"* lukioon meno. Hän totesi, että lukiossa *"on varmaan ihan tuskaa"*. Hän kertoi välillä miettivänsä, millä *"keinolla lukiossa selvitään, koska jotkut kaverit sanovat, että siellä on paljon vaikeampaa kuin yläasteella"*. Joillekin tulevaisuus oli *"hämärä ja osin pelottava"* ja *"epäselvä"*. Monelle tulevaisuus vaikeuksista huolimatta *"näyttää valoisalta, mutta se vaatii työskentelyä"*. Tulevaisuus näytti monelle myös *kiinnostavalta* sekä *"iloiselta ja turvalliselta"*.

TAULUKKO 20. Kolmen tulevaisuuteensa eri tavalla asennoituvan ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita osoittavissa osa-alueissa ja yksittäisissä tulevaisuuden tavoitteissa (yt=yksittäinen tavoite) (n=172).

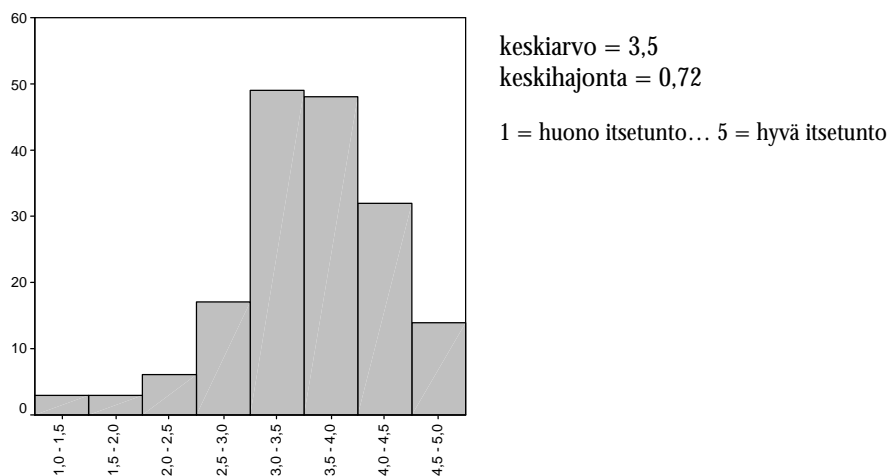
Tulevaisuuteen kohdistuvat tavoitteet	pessimistisesti asennoituvat (n=31)		myönteisesti asennoituvat (n=115)		optimistisesti asennoituvat (n=26)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
terveys (yt)	3,8	1,10	4,5	0,80	4,8	0,43	11,3***
sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen	3,7	0,78	4,2	0,55	4,3	0,42	10,6***
elämäkumppanin löytäminen ja perheen perustam.	3,5	0,80	3,9	0,80	4,4	0,80	9,5***
muiden ihmisten hyväksyntä ja arvostus (yt)	3,5	1,00	3,9	0,83	4,2	0,69	5,0**
kouluttautuminen ammattiin ja työnteke	3,9	0,70	4,2	0,63	4,8	0,56	3,4*

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Tulevaisuuteen asennoitumisella oli jonkin verran yhteyttä siihen, miten tärkeänä nuori piti tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita. Yhteydet laskettiin myös Pearsonin korrelaatiokertoimella korreloimalla tulevaisuuteen eri tavalla asennoituneet ja tulevaisuuteen kohdistuvat tavoitteet. Tulevaisuuteen pessimistisesti asennoituneet nuoret pitivät johdonmukaisesti myönteisesti ja optimistisesti tulevaisuuteen asennoituneita nuoria vähemmän tärkeinä erityisesti terveyttä ($r=-0,32^{**}$), sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä ja itsensä toteuttamista ($r=-0,33^{**}$) sekä elämäkumppanin löytymistä ja perheen perustamista ($r=-0,32^{**}$). Pessimistisesti tulevaisuuteensa asennoituvat arvottivat myönteisesti ja optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvia nuoria vähemmän tärkeiksi myös muiden ihmisten hyväksynnän ja arvostuksen ($r=-0,24^{**}$) sekä kouluttautumisen ammattiin ja työnteon ($r=-0,18^*$). Ainoastaan varallisuutta, maailmanrauhaa ja maailmanongelmia käsitteleviä asioita sekä matkustelua pessimistisesti tulevaisuuteen asennoituvat pitivät yhtä tärkeinä kuin myönteisesti tai optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvat nuoret.

6.3 Yksinäisyyskokemusten ja tulevaisuusasenteiden yhteys itsetuntoon

Kuviosta 14 näkee nuorten jakautumisen itsetuntoa kuvaavalle dimensiolle.



KUVIO 14. Nuorten jakautuminen itsetuntoa kuvaavalle dimensiolle (n=172).

Nuorten itsetunto oli sukupuolesta tai asuinkunnasta riippumatta pääasiassa melko hyvä. Tosin nuorten joukossa oli myös heitä, joiden itsetunto kaipaisi vahvistusta, ja joiden itsetunto oli jopa huono. Hyvä itsetunto näyttäytyi muun muassa siten, että nuori oli

- kaiken kaikkiaan tyytyväinen itseensä,
- uskoi itsessään olevan monia hyviä ominaisuuksia ja
- kunnioitti itseänsä.

Nuoret, joilla oli huono itsetunto, uskoivat olevansa

- kaiken kaikkiaan epäonnistuneita ja
- ajoittain hyödyttömiä.

TAULUKKO 21. Yksinäisyyteen eri tavalla asennoituneiden ryhmien keskiarvot ja keskihajonnat itsetuntoa selvittävässä osa-alueessa (n=172).

	yksinäiset (n=32)		tavalliset (n=107)		ei-yksinäiset (n=33)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
itsetunto	3,0	0,77	3,5	0,65	4,0	0,6	16,4***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Yksinäisten nuorten itsetunto oli järjestelmällisesti tavallisia ja ei-yksinäisiä nuoria huonompi. Yksinäisyydellä on siis suora yhteys heikkoon itsetuntoon (Pearsonin tulomomenttikerroin $r=-0,40^{**}$). Mitä enemmän yksinäisyyttä nuori kokee sitä huonompi hänen itsetuntonsa on.

TAULUKKO 22. Kolmen tulevaisuuteensa eri tavalla asennoituvan ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat itsetuntoa selvittävässä osa-alueessa (n=172).

	pessimistisesti asennoituvat (n=31)		myönteisesti asennoituvat (n=115)		optimistisesti asennoituvat (n=26)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
itsetunto	2,8	0,73	3,6	0,59	4,1	0,59	31,5***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

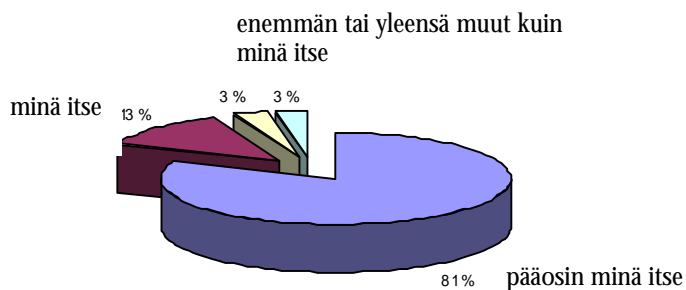
Tulevaisuuteen pessimistisesti asennoituvien nuorten itsetunto oli myös järjestelmällisesti huonompi kuin myönteisesti tai optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvilla nuorilla. Näin ollen tulevaisuuteen asennoitumisella on yhteyttä huonoon itsetuntoon (Pearsonin tulomomenttikerroin $r=-0,52^{**}$). Eli mitä pessimistisemmin nuori asennoituu tulevaisuuteensa sitä heikompi hänen itsetuntonsa on.

6.4 Yksinäisyyskokemusten ja yksinäisyyden osa-alueiden yhteys tulevaisuusorientaatioon

Kappaleiden 6.4.1-6.4.3 myötä saadaan vastaus neljänteen tutkimusongelmaan eli siihen, onko yksinäisyyskokemuksilla ja yksinäisyyden osa-alueilla yhteyttä nuorten tulevaisuusorientaatioon eli nuorten tulevaisuusattribuutioihin, tulevaisuusekstensioon, tulevaisuuteen kohdistuviin tavoitteisiin ja tulevaisuuteen kohdistuviin asenteisiin. Lopuksi kappaleessa 6.4.4 selvitetään regressioanalyysin avulla, mitkä yksinäisyyden osa-alueet selittävät parhaiten tulevaisuuteen kohdistuvia eri tavoitteita.

6.4.1 Yksinäisyyskokemusten yhteys tulevaisuusattribuutioihin ja -ekstensioon

Kuvio 15 esittää, miten yksinäiset nuoret uskovat voivansa vaikuttaa tulevaisuuteensa.



KUVIO 15. Yksinäisten vastaukset prosentteina kysymykseen, kenen he uskovat vaikuttavan tulevaisuuteensa (n=32).

Kuviosta voidaan havaita, että yksinäiset nuoret katsoivat voivansa vaikuttaa tulevaisuuteensa pääosin itse. Eli yksinäiset vastasivat samalla tavalla kuin yksinäisyyskokemuksiltaan tavalliset tai ei-yksinäiset. Yksinäisyyskokemuksilla ei tässä yhteydessä näytä olevan yhteyttä siihen, miten nuori kokee voivansa vaikuttaa tulevaisuuteensa.

TAULUKKO 23. Yksinäisten nuorten vastausten jakautuminen määrinä ja prosentteina kysymykseen, kuinka pitkälle he ovat suunnitelleet tulevaisuuttaan (n=32).

	vastaajien määrä	vastaajien määrä prosentteina
1-4 vuotta eteenpäin	19	59%
5 vuotta eteenpäin	4	13%
6-10 vuotta eteenpäin	3	9%
11-15 vuotta eteenpäin	1	3%
16-20 vuotta eteenpäin	1	3%
on suunnitellut vielä pidemmälle	1	3%
ei ole suunnitellut lainkaan	3	10%

Yksinäiset nuoret suunnittelivat tulevaisuuttaan myös ajallisesti samankaltaisesti kuin ei-yksinäiset ja tavalliset nuoret eli pääasiassa viidestä kymmeneen vuotta eteenpäin. Yksinäisyyskokemuksilla ei näin ollen näytä olevan yhteyttä siihen, kuinka pitkälle nuoret suunnittelevat tulevaisuuttaan ajallisesti.

6.4.2 Yksinäisyyden osa-alueiden yhteys tulevaisuusasenteisiin

Yksinäisyyden eri osa-alueilla oli yhteyttä tulevaisuusasenteisiin siten, että tulevaisuuteen pessimistisesti asennoituvat nuoret kokivat hyvin selkeästi enemmän yksinäisyyden tunteita kuin myönteisesti tai optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvat nuoret. Yhteydet laskettiin myös Pearsonin korrelaatiokertoimella korreloimalla tulevaisuuteen eri tavalla asennoituneet ja yksinäisyyttä kuvaavat osa-alueet.

TAULUKKO 24. Kolmen tulevaisuuteensa eri tavalla asennoituvan ryhmän keskiarvot ja keskihajonnat yksinäisyyden eri osa-alueita kuvaavissa asioissa (n=172).

Yksinäisyyttä kuvaavat osa-alueet	optimistisesti asennoituvat (n=26)		myönteisesti asennoituvat (n=115)		pessimistisesti asennoituvat (n=31)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
vanhemmista johtuva yksinäisyys	1,9	0,60	2,1	0,54	2,9	0,80	24,4***
globaalinen, yleinen yksinäisyys	1,9	0,43	2,0	0,51	2,5	0,48	14,2***
sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus	2,0	0,44	2,2	0,49	2,6	0,51	13,6***
ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne	1,8	0,59	1,9	0,64	2,5	0,71	11,0***
ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute	1,8	0,64	2,0	0,71	2,5	0,66	7,1**

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Pessimistisesti tulevaisuuteen asennoituneet nuoret kokivat huomattavasti enemmän vanhemmista johtuvaa yksinäisyyttä kuin myönteisesti tai optimistisesti tulevaisuuteensa asennoituvat ($r=0,42^{**}$). Pessimistit kokivat myös yleistä yksinäisyyttä myönteisesti ja optimistisesti asennoituvia nuoria enemmän ($r=0,36^{**}$). Lisäksi pessimistit kokivat myönteisesti ja optimistisesti tulevaisuuteensa asennoituvia useammin vaikeutta muodostaa sosiaalisia suhteita ($r=0,36^{**}$), jäävänsä useammin ulkopuolelle ja yksin ($r=0,30^{**}$) sekä kokevansa puutetta ystävydestä ja henkisestä yhteenkuuluvuudesta ($r=0,27^{**}$). Riippuvuudet kahden tekijän välillä olivat joka suhteessa enemmän tai vähemmän kohtalaisia.

6.4.3 Yksinäisyyskokemusten yhteys tulevaisuuteen kohdistuviin tavoitteisiin ja asenteisiin

Yksinäisyyskokemuksilla oli yhteyttä tulevaisuuteen kohdistuviin tavoitteisiin monellakin tavalla. Yhteyksiä laskettiin myös tässä yhteydessä Pearsonin korrelaatiokertoimella. Korrelaatiot osoittautuivat vaihteleviksi.

TAULUKKO 25. Yksinäisyyteen eri tavalla asennoituneiden ryhmien keskiarvot ja keskihajonnat tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alueissa ja yksittäisissä tavoitteissa (yt=yksittäinen tavoite) (n=172).

Tulevaisuuteen kohdistuvat tavoitteet	yksinäiset (n=32)		tavalliset (n=107)		ei-yksinäiset (n=33)		F-arvo
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttam.	3,8	0,84	4,2	0,55	4,3	0,40	8,1***
elämäkumppanin löytäminen ja perheen perustam.	3,5	1,02	4,0	0,76	4,2	0,76	7,3**
muiden ihmisten hyväksyntä ja arvostus (yt)	3,6	0,80	3,8	0,91	4,2	0,67	3,6*
matkustelu (yt)	3,0	1,08	3,4	1,01	3,6	0,90	3,4*

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Yleisesti ottaen yksinäiset suuntautuvat tulevaisuuteensa monessakin suhteessa kielteisemmin arvottaen nuorille tavanomaisia tulevaisuuden tavoitteita vähemmän tärkeiksi. Yksinäisille nuorille erityisesti sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen olivat tulevaisuudessa selvästi vähemmän tärkeitä tavoitteita kuin yksinäisyyttä tavalliseen tapaan kokeville tai ei-yksinäisille nuorille ($r=-0,27^{**}$). Yksinäiset eivät pitäneet tulevaisuudessaan yhtä merkittävänä elämäkumppanin löytymistä ja perheen perustamista kuin tavalliset tai ei-yksinäiset nuoret ($r=-0,27^{**}$). Koska sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ei ollut yksinäisille nuorille tulevaisuudessa kovin tärkeää, myös muiden ihmisten hyväksynnällä ja arvostuksella ei ollut niin suurta merkitystä yksinäisille nuorille kuin tavallisille tai ei-yksinäisille ($r=-0,20^{**}$). Syystä tai toisesta matkustelukaan ei kiinnostanut yksinäisiä nuoria tulevaisuudessa samalla tavalla kuin niitä nuoria, jotka eivät kokeneet yksinäisyyttä ikävällä ja ahdistavalla tavalla ($r=-0,19^{**}$).

Yksinäiset nuoret arvottivat tulevaisuudessa kouluttautumisen ammattiin ja työnteon, terveyden, maailmanrauhan ja maailman ongelmien ratkaisemisen sekä varallisuuden yhtä tärkeiksi kuin ne nuoret, joille yksinäisyyden tunne ei ollut voimakasta. Tosin näitäkin asioita yksinäiset pitivät vähemmän tärkeinä kuin tavalliset tai ei-yksinäiset, tosin erot eivät olleet huomattavan selkeitä.

TAULUKKO 26. Yksinäisyyteen eri tavalla asennoituneiden ryhmien keskiarvot ja keskihajonnat tulevaisuuteen kohdistuvissa asenteita kuvaavassa tulevaisuusorientaation osa-alueessa (n=172).

	yksinäiset (n=32)		tavalliset		ei-yksinäiset (n=107)		F-arvo (n=33)
	ka	kh	ka	kh	ka	kh	
tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet	3,3	0,60	3,7	0,56	3,9	0,35	9,6***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Yksinäisillä oli myös taipumusta asennoitua huomattavasti kielteisemmin ja pessimistisemmin tulevaisuuteensa kuin tavalliset tai ei-yksinäiset nuoret ($r = -0,32^{**}$). Karkeasti voidaan sanoa, että mitä yksinäisempi nuori on sitä kielteisemmin ja pessimistisemmin hän asennoituu tulevaisuuteensa.

6.4.4 Tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita ja asenteita selittävät yksinäisyyden osa-alueet

Regressioanalyysin avulla selvitettiin, mitkä yksinäisyyden eri osa-alueista selittävät parhaiten tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden eri osa-alueita ja tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita. Selitettävänä tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-alueet olivat 1) kouluttautuminen ammattiin ja työnteko, 2) elämäkumppanin löytyminen ja perheen perustaminen, 3) sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen ja 4) varallisuus. Selitettäväksi asetettiin lisäksi 5) tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet. Edellä mainittuja tulevaisuusorientaation eri osa-alueita pyrittiin selittämään seuraavilla yksinäisyyden osa-alueilla: 1) globaalinen, yleinen yksinäisyys, 2) ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute, 3) ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne, 4) sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus ja 5) vanhemmista johtuva yksinäisyys.

Jotta regressioanalyysiä voitiin käyttää, tarkasteltiin ensin muuttujien multikollinearisuudet (korrelaatiomatriisi liitteessä 6). Kollinearisuutta esiintyi, muttei niin paljon, etteikö analyysiä olisi voitu tehdä. Lisäksi kollinearisuustilastojen toleranssiarvot olivat lähellä yhtä. Pienin toleranssiarvo oli 0,85, joten tältäkin osin regressioanalyysiä voitiin käyttää.

Regressioanalyysien tulosten perusteella kaikki yksinäisyyden osa-alueet selittivät jotain tulevaisuuteen kohdistuvien tavoitteiden osa-aluetta tai tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita. Selitysosuudet kuitenkin vaihtelevat selitettävästä riippuen toisinaan melko paljon, ja raportoinnissa aloitetaan ensin niistä tulevaisuuteen kohdistuvista tavoitteista, joita yksinäisyyden eri osa-alueet selittivät vähiten. Joitakin tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita yksinäisyyden osa-alueet eivät selittäneet juuri nimeksikään.

TAULUKKO 27. Varallisuutta selittävä yksinäisyyden osa-alue (n=172).

Varallisuus					
	R	R Square	Beta	t-arvo	selitys%
vanhemmista johtuva yksinäisyys	0,15*	2%	-0,15	-2,0*	2%

p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Varallisuuden merkitystä tulevaisuudessa ei pystynyt selittämään juuri mikään yksinäisyyden osa-alueista. Tämä oli odotettavaa, sillä aiemmissa tutkimuksissakaan ei varallisuudella tai varattomuudella ole todettu olevan merkitystä yksinäisyyden kokemuksiin tai kokemattomuuteen. Vanhemmista johtuva yksinäisyys kykeni selittämään tilastollisesti jollain tasolla varallisuuden merkitystä siten, että mitä enemmän nuori kokee yksinäisyyttä vanhemmista johtuen sitä vähemmän hän antaa arvoa varallisuudelle. Varallisuuden ei täten katsota tulevaisuudessa korvaavan sitä nuoren vanhemmista johtuvaa yksinäisyyttä. Vanhemmista johtuva yksinäisyys selitti varallisuutta kuitenkin vain ja ainoastaan 2%.

TAULUKKO 28. Kouluttautumista ammattiin ja työntekoa selittävä yksinäisyyden osa-alue (n=172).

Kouluttautuminen ammattiin ja työnteko					
	R	R Square	Beta	t-arvo	selitys%
sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus	0,22**	5%	-0,22	-2,9**	5%

p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Tulevaisuuteen kohdistuvista tavoitteista kouluttautumista ammattiin ja työntekoa selitti yksinäisyyden osa-alueista ainoastaan sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus, joka selitti kyseistä tulevaisuuden tavoitetta vain 5%, kuitenkin tilastollisesti merkitsevällä tasolla. Eli mitä vaikeammaksi nuori kokee sosiaalisten suhteiden muodostamisen sitä vähemmän merkitystä hän antaa tulevaisuudessa ammattiin kouluttautumiselle ja työnteolle. Kouluttautuessa ammattiin ja työelämässä nuori joutuu kohtaamaan erilaisia ihmisiä, joiden kanssa on tultava toimeen. Jos sosiaalisten suhteiden muodostaminen koetaan vaikeaksi, koulutusmaailmassa ja työelämän areenoilla vaadittavia suhdeverkostoja ei välttämättä arvoteta kovin tärkeiksi.

TAULUKKO 29. Elämäkumppanin löytymistä ja perheen perustamista selittävät yksinäisyyden osa-alueet (n=172).

Elämäkumppanin löytyminen ja perheen perustaminen					
	R	R Square	Beta	t-arvo	selitys%
ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute	0,36***	13%	-0,26	-3,3**	6%
vanhemmista johtuva yksinäisyys			-0,17	-2,2*	3%

merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Tulevaisuuteen kohdistuvista tavoitteista elämäkumppanin löytymistä ja perheen perustamista selitti yksinäisyyden osa-alueista ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute ja vanhemmista johtuva yksinäisyys. Yhdessä nämä selittivät elämäkumppanin löytymistä ja perheen perustamista 13%. Mitä enemmän nuori kokee ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta ja mitä enemmän hän kokee vanhemmista johtuen yksinäisyyttä sitä vähemmän hän antaa arvoa tulevaisuuden elämäkumppanin löytymiselle ja oman perheen perustamiselle. Heikot tai puutteelliset suhteet nuoruusiässä vaikuttavat suoraan siihen, ettei nuori usko löytävänä, saavansa tai ei uskalla toivoa rinnalleen elämäkumppania, jonka kanssa perustaisi perheen. Ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute selitti yksinään kyseistä tulevaisuuden tavoitetta 6% ja vanhemmista johtuva yksinäisyys 3%.

TAULUKKO 30. Sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä ja itsensä toteuttamista selittävät yksinäisyyden osa-alueet (n=172).

Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen					
	R	R Square	Beta	t-arvo	selitys%
globaalinen, yleinen yksinäisyys	0,44***	19%	-0,56	-4,7***	11%
ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne			0,34	3,0***	4%
vanhemmista johtuva yksinäisyys			-0,18	2,4*	3%

p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Sitä, miten tärkeinä tulevaisuuden tavoitteina nuori piti sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä ja itsensä toteuttamista, selitti yksinäisyyden osa-alueista yleinen yksinäisyyden kokemus, ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne sekä vanhemmista johtuva yksinäisyys. Yhdessä nämä kolme osa-aluetta pystyivät selittämään kyseistä tulevaisuuden tavoitetta 19%. Tuloksesta voidaan päätellä, että yleinen, määrittelemätön, yksinäisyyden kokemus sekä vanhemmista johtuva yksinäisyys selittävät sitä, että sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen ja itsensä toteuttamisen merkitys vähenee. Kuitenkin jostain syystä, mikäli nuori kokee ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita, hän arvottaa tulevaisuudessa sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen ja itsensä toteuttamisen tärkeäksi. Ulkopuoliseksi jääminen saa nuoren kaipaamaan entistä enemmän sosiaalisia suhteita. Globaalinen, yleinen yksinäisyys pystyi selittämään itsenäisesti peräti 11% kyseistä tulevaisuuden tavoitetta. Ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne selitti samaa asiaa vain 4% sekä vanhemmista johtuva yksinäisyys vain 3%.

TAULUKKO 31. Tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita selittävät yksinäisyyden osa-alueet (n=172).

Tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet					
	R	R Square	Beta	t-arvo	selitys%
vanhemmista johtuva yksinäisyys	0,57***	33%	-0,43	-6,6***	18%
sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus			-0,29	-4,4***	8%

p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

Tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita yksinäisyyden osa-alueet pystyivät selittämään kaikkein parhaiten. Vanhemmista johtuva yksinäisyys ja sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus selittivät tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita yhteensä 33%. Vanhemmista johtuva yksinäisyys, jonka itsenäinen selitysprosentti oli 18%, vaikutti tulevaisuusasenteisiin siten, että mitä enemmän nuori kokee vanhemmistaan johtuen yksinäisyyttä sitä kielteisemmin hän asennoituu tulevaisuuteensa. Mikäli nuorelle oli vaikeaa muodostaa sosiaalisia suhteita, hän asennoitui tulevaisuuteensa kielteisemmin. Sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus selitti tulevaisuuteen kohdistuvia asenteita 8%

Regressioanalyysien tuloksista voidaan havaita, että vanhemmista johtuva yksinäisyys pystyi selittämään lähes kaikkia tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita. Ainoastaan varallisuuden tärkeyttä tulevaisuudessa se ei selittänyt. Vanhempien rooli ja läheisyys selittää siis monelta osin sitä, miten tärkeinä nuori näkee tulevaisuudessa erilaiset tavoitteet ja miten hän asennoituu tulevaisuuteensa.

7 POHDINTA

7.1 Johtopäätökset

Tutkimus osoitti yhteen lauseeseen tiivistettynä, että yksinäisyys on monen nuoren moninainen ongelma ja vaikuttaa nuorten tulevaisuusajatteluun ja -tavoitteisiin kielteisesti. Nuorten kokema yksinäisyys tulisi vastaisuudessa ottaa vakavasti ja huomioida sekä kentän asiakastyössä että tutkimuksen saralla. Nuorten yksinäisyyteen voidaan vaikuttaa monin tavoin. Ensin yksinäisyys on kuitenkin tuotava näkyväksi. Vasta sitten tähän monitasoiseen ongelmaan voidaan tarttua.

7.1.1 Yksinäisyys monen nuoren moninainen ongelma

Suurin osa tutkimukseeni osallistuvista nuorista oli sosiaalisiin suhteisiinsa tyytyväisiä eikä kokenut yksinäisyyttä. Tästä huolimatta vain vähäistä yksinäisyyttä koki kuitenkin hyvin harva, ja nuorista jopa 19% eli lähes joka viides koki itsensä yksinäiseksi. Erittäin vakavaa yksinäisyyttä ei kuitenkaan kokenut kukaan. Ihmisillä on todettu taipumus vastata kielteisesti yksinäisyystuntemuksiinsa (Laine 1990, 23) ja toisaalta, yksinäiset eivät yksinäisyyden häpeällisen ja kielteisen leiman vuoksi usein myönnä yksinäisyyttään sitä kokiessaan (Peplau & Perlman 1982, 3). Joka tapauksessa yksinäisiksi osoittautuneiden

määrä mukailee aiemmin saatuja tuloksia (vrt. Brennan 1982, 271-272; Laine 1990, 39), ja yksinäisyys vaikuttaa olevan melko yleistä myös tämän tutkimuksen nuorille kuten aiempienkin tutkimusten nuorille (mm. Brage ym. 1993; Berlman & Landolt, 133; Vehkakoski 2001, 159).

Nuorten vastauksista havaitsi nuorille tyypillisen läheisyyden, vastavuoroisuuden ja kunnioituksen tarpeen läheiseen ystävään (Aho & Laine 1997, 176-182). Yksinäisten nuorten arki vaikutti tutkimuksen kaikilta osin kuitenkin ikävältä. Yksinäiset nuoret eivät kokeneet ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tunteita, vaan kokivat sen sijaan ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita. Lisäksi heidän oli vaikea muodostaa sosiaalisia suhteita muihin ihmisiin. Yksinäisten harrastuksetkin keskittyivät pitkälti toimintoihin, joita voi tehdä yksin. Lisäksi heidän itsetuntonsa oli selvästi muita heikompi. Yksinäisten on todettu aiemminkin olevan syrjäanvetäytyviä ja ujoja, omaavan huonot sosiaaliset taidot ja alhaisen itsearvostuksen (mm. Brage ym 1993; Brennan 1982, 281-282; Inderbitzen-Pisaruk, Clark & Solano 1992, 162-163; Laine 1997, 185-186).

Pojilla oli taipumus kokea tyttöjä useammin ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tunteiden puutetta. Tytöt kokivat puolestaan poikia herkemmin ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita. Nämä tulokset selittyvät hyvin Greenin ja Wildermuthin (1993) tutkimuksella, joka käsitteli tyttöjen ja poikien yksinäisyyden kokemuksen erilaisuutta. Tutkimuksen mukaan tytöille on tärkeää saada ilmaista tunteitaan yksinäisyyden välttämiseksi, ja tunteiden osoittaminen mahdollistuu pitkälti läheisyyden ja asioiden jakamisen kautta läheisen ystävän kanssa. Pojat välttävät yksinäisyyden tunteita puolestaan osallistumalla toimintoihin muiden tovereiden mukana, isommissa ryhmissä. (Green & Wildermuth 1993, 484-489.) Pojilla ja tytöillä on erilaiset intressit ystävä- ja toverisuhteiden suhteen. Pojat kertovat kokevansa harvemmin ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tunteita, mutta se ei suinkaan välttämättä tarkoita, että kaikki pojat kärsisivät siitä. Heille sattuu vain olla tavanomaisempaa toimia isoissa porukoissa. Samasta syystä tytöt luultavasti reagoivat poikia herkemmin ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteisiin. Jos pojat jäävät jonkun porukan ulkopuolelle, he voivat luontevasti siirtyä toisen ryhmän toimintoihin.

Maaseutukuntien nuoret kokivat kaupunkinuoria jonkin verran useammin ystävyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tunteita. Kuitenkin jopa 20% kaikista nuorista piti suhteitaan ystäviin usein tai aina pinnallisina. Nuoruusiässä suhteiden laatuun ja täten pinnallisuuteen saatetaan kiinnittää huomiota, koska suhteilta aletaan kaivata syvyyttä. Maaseutukuntien

nuorille on kenties hieman useammin merkityksellistä pitää kiinni ja kunnioittaa saamiaan ystävyysuhteita, koska heillä on vähemmän ”valinnan varaa” ystävien suhteen. Kaupunkinuoret kokivat maaseutukuntien nuoria useammin myös ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita.

Jos kaupunkinuoret kokivat maaseutukuntien nuoria useammin ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta sekä ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita, vastaavaa eroa ei enää ollut, kun kysymyksessä oli nuorten taidot muodostaa sosiaalisia suhteita. Vaikuttaa siltä, että kaupunkinuorille on maaseutukuntien nuoria tyyppisempää tulla toimeen kaikkien kanssa ja oleskella suuremmissa porukoissa. Moni kaupunkinööri kirjoittikin harrastukseksi kavereiden kanssa ”hengailun”. Ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden tarve saattaa tällöin vähentyä. Saattaa myös olla, että kaupunkinuorilla on enemmän aktiviteetteja lähiympäristössään, jonka vuoksi kuljetaan porukoissa. Voi olla, että maaseutukuntien nuoret keskittyvät enemmän tapaamaan ystäviä kotiloissa kotiseudun nuorille suunnattujen toimintojen ja tapahtumien ollessa vähäisempää.

Suhteet vanhempiin näyttävät olevan tutkimuksen nuorille tärkeitä, eikä ystävien ja tovereiden merkityksen kasvaessa vanhempien rooli nuorten elämässä vähene, kuten aiemmin on todettu (Durkin 1998, 530; Jackson 1993, 15). Moni nuori kuitenkin koki, että vanhemmille oli toisinaan vaikea puhua omista asioista. On todettu, että nuorille kasvamiseen ja aikuistumiseen liittyvistä asioista puhuminen vanhempien kanssa saattaa olla vaikeaa (Aho & Laine 1997, 177). Arkaluontoisista asioista keskustelemiseen nuoret kaipaavat läheisiä ystäviä. Kaupunkinuoret kokivat tulevansa maaseutukuntien nuoria jonkin verran huonommin toimeen vanhempiensa kanssa, minkä vuoksi kotona ei aina ollut helppoa.

Yksinäiset eivät kokeneet yksinäisyyttä vain ystävä- ja toverisuhteiden vuoksi, vaan myös vanhempien taholta. Monelle yksinäiselle nuorelle edes koti ei mahdollistanut turvallista ja tyydyttävää sosiaalista kanssakäymistä, jolloin kotiolot eivät helpota yksinäisten ystävistä ja tovereista johtuvaa yksinäisyyttä. Jos hyvät suhteet vanhempiin lisäävät nuoren hyvinvointia (Nada Raja ym. 1992, 571), luultavasti huonot suhteet vanhempiin lisäävät nuoren pahoinvointia. Turvallinen suhde myös vapauttaisi nuoren olemaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa toisten kanssa (Kerns & Stevens 1996, 335-336) ja vaikuttaisi myös ikätoverien hyväksyntään, ystävyysuhteiden määrään ja laatuun (Kerns ym. 1996, 464-465). Kenties jotkut yksinäisistä nuorista ovat aiempien tutkimusten mukaan turvattomasti

kiintyneet vanhempiinsa ja kokevat siksi enemmän vanhempiin ja ikätovereihin liittyvää yksinäisyyttä ja saavansa vähän tai ei lainkaan tukea ja kannustusta (Marcoen & Goossens 1993, 205-206, 219-122). Valitettavasti kaikkien yksinäisten vanhemmat eivät näytä olevan merkittäväällä tavalla kehittämässä nuorten itsetuntoakaan myönteiseksi (Välimaa ym. 1994, 87).

Aiemmissä tutkimuksissa on todettu, että vanhemmat eivät ymmärrä tai osaa kompensoida nuoruusiässä olevan lapsensa yksinäisyyttä. Lapsen ollessa vielä lapsuusiässä vanhemmat pystyvät vielä aistimaan lapsen yksinäisyyden ja toisaalta, lapsi myös hakee vanhemmiltaan herkemmin lohdutusta. Lapsen varttuessa nuoruusikään vanhemmat eivät ota enää yhtä herkästi vastuuta ja näe lapsensa tunnetiloja. Tästä syystä yksinäiset nuoret eivät välttämättä koe vanhempien olevan läsnä häntä ja hänen auttamistaan varten, jolloin vanhemmat eivät ole kompensoimassa nuoren kokemaa yksinäisyyttä. (Rotenberg 1999, 197-199.)

Tutkimuksen yksinäiset nuoret kokevat Weissin (1973) mukaista sosiaalista ja emotionaalista yksinäisyyttä sekä Marcoenin ja Goossensin (1993, 1999) mukaista ystävästä- ja tovereista sekä vanhemmista johtuvaa yksinäisyyttä. Yksinäiset nuoret kokevat emotionaalista yksinäisyyttä ystävästä ja vanhemmista johtuen, kun he kokevat ystävyuden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta, tuntevat jäävänsä ulkopuolisiksi ja yksin sekä kokevat yksinäisyyttä vanhemmista johtuen. Sosiaalista ja tovereista johtuvaa yksinäisyyttä yksinäiset nuoret kokevat, kun heidän on vaikea muodostaa sosiaalisia suhteita. Normaalien toverikontaktien puute, heikohkot suhteet vanhempiin ja eristäytyminen johtavat tutkimuksen nuoret lopulta olettavasti siihen, että nuorella on vähän mahdollisuuksia kehittää sosiaalisia taitojaan. Tätä kautta yksinäisyys johtaa huonoon itsetuntoon ja -arvostukseen, suurempaan avuttomuuteen ja vetäytymiseen. Yksinäiset ovat pysähdyksissä eivätkä pääse tilastaan itse eteenpäin. Näin on todettu käyvän aiemminkin yksinäisille nuorille. (Laine 1998, 409-410.) Tässä kohdin voimmekin hetkeksi pysähtyä miettimään, miten todennäköistä on, että yksinäinen nuori näkisi tulevaisuudessaan valoa.

7.1.2 Tulevaisuus tärkeiden asioiden tavoittelua

Pääpiirteissään nuoret näkivät tulevaisuutensa myönteisesti, kuten viimeinen nuorisobarometritutkimus on osoittanut (Saarela 2002). Tulevaisuuteensa pessimistisesti asennoituneiksi osoittautui 18% nuorista, jotka näkivät tulevaisuuteensa monilta osin kielteisemmin ja tulevaisuuteen liittyvät asiat vähemmän tärkeiksi kuin myönteisesti tai

optimistisesti tulevaisuuteen asennoituvat nuoret. Lisäksi pessimistien itsetunto oli selvästi muita heikompi.

Lähes kaikki nuoret katsoivat vaikuttavansa pääosin itse tulevaisuuteensa, mikä yhdistyy Nurmen (1983, 103) mukaan myönteiseen arvioon tavoitteiden toteutumisesta tulevaisuudessa. Nuoret katsoivat olevansa oman onnensa seppiä ja elämänsä hallitsijoita. Lisäksi lähes kaikki nuorista suunnitteli tulevaisuuttaan enintään 11-15 vuotta eteenpäin eli noin 30 ikävuoteen asti, mikä vastaa aiempia tutkimustuloksia (mm. Nurmi 1989, 50; 1990, 204). Nuorista 57% katsoi suunnittelevansa tulevaisuuttaan 1-4 vuotta eteenpäin, mikä kuvastaa nuorten realistisia ja tietoisia jatkosuunnitelmia esimerkiksi koulutuksen suhteen. Osa tietää menevänsä lukioon ja osa ammattikouluun.

Nuoret pitivät erilaisia tulevaisuuteen liittyviä asioita kaikkienensa tärkeinä, ja tytöillä oli taipumusta korostaa asioiden tärkeyttä poikia enemmän. Ehdottomasti tärkeimpänä tulevaisuuden asiana pidettiin terveyttä. Muita tärkeimpiä tulevaisuuden asioita olivat oman perheen perustaminen, läheiset ja turvalliset ystävyysuhteet sekä seurustelu tyttö- tai poikaystävän kanssa. Nuoret nähtävästi tiedostavat terveyden olevan tärkeä osa tulevaisuuden rakentamista. Jos terveys pettää, monet asiat voivat tulevaisuudessa jäädä haaveeksi. Kenties aktiivinen keskustelu terveiden elämäntapojen puolesta on kantautunut nuorten korviin, ja he ymmärtävät monipuolisen ravinnon ja liikunnan tärkeyden ja puolestaan nautintoaineiden haitat osana tulevaisuuden fyysistä ja henkistä hyvinvointia. Toisaalta julkinen keskustelu nuorten yleistävästä roskaruokien syömisestä ja nautintoaineiden käytön lisääntymisestä ja tupakoinnin yleistymisestä puhuvat toista kieltä. Ehkä nuoret ymmärtävät terveyden merkityksen, mutta ajattelevat, ettei terveiden elämäntapojen ylläpitäminen ole vielä heidän iässään niin merkityksellistä. Tytöt korostivat poikia enemmän terveyden merkitystä, mikä on todettu aikaisemmissakin tutkimustuloksissa (mm. Malmberg 1994, 74; 1996a, 213). Kielteisesti tulevaisuuteen suuntautuneet pitivät terveyttä vähemmän tärkeänä kuin myönteiset tai erittäin optimistit.

Kovinkaan tärkeiksi tulevaisuuden asioiksi nuoret eivät valinneet maailmanrauhaa ja maailman ongelmien ratkaisemista, mahdollisuutta solmia uusia tuttavuuksia ja tavata ihmisiä sekä matkustelua. Vaikka nuoret eivät arvottaneet maailmanrauhaa ja maailman ongelmia tulevaisuudessaan tärkeiksi asioiksi, he saattavat silti pelätä esimerkiksi ydinaseita ja sotaa, kuten Nurmi (1983) on todennut. Nuoret todennäköisesti kuitenkin katsovat, että maailman asioihin vaikuttaminen on siirtynyt heidän omien välittömien

vaikutusmahdollisuuksien ulkopuolelle. (Nurmi 1983, 102.) Tämän vuoksi maailman ongelmien tiedostaminen ei vähennä nuoreten oman elämän suunnittelua (Nurmi 1990, 204). Pessimisteille muiden ihmisten hyväksyntä ja arvostus ei ollut kovin tärkeää, ja puolestaan tytöillä oli taipumus pitää muiden ihmisen hyväksyntää ja arvostusta poikia tärkeämpänä.

Kouluttautuminen ammattiin ja työnteko nähtiin lähitulevaisuuden tavoitteina hyvinkin tärkeinä samoin kuin elämäkumppanin löytyminen ja perheen perustaminen. Myös aiemmissa tutkimuksissa kouluttautuminen ja oma perhe ovat olleet nuorille tärkeitä tulevaisuuden asioita (mm. Malmberg 1994, 41; Nurmi 1983, 108; Sundberg ym. 1983, 422-425). Koulutuksen ja ammatin näkeminen tärkeänä on myös yhteiskunnan kannalta hyvä asia (mm. Nurmi 1983, 102, 105, 108; 1989, 49; 1991, 49). Pojille kouluttautuminen ammattiin ja työnteko ei ollut kuitenkaan ihan yhtä tärkeää kuin tytöille. Malmberg (1994, 74; 1996a, 213) on todennut tyttöjen mielenkiinnon kohdistuvan jopa poikia enemmän koulutuksellisiin tekijöihin. Voi myös olla, että pojat keskittyvät ajatuksissaan vain koulusta suoriutumiseen, jonka vuoksi kouluttautuminen ja työelämä tuntuvat olevan vielä kaukana ja ne nähdään siksi vain melko tärkeinä. Pessimistit eivät nähneet kouluttautumista ja työntekoa sekä perheen perustamista kuitenkaan yhtä tärkeänä tulevaisuudessa kuin muut.

Vaikka elämäkumppanin löytyminen ja perheen perustaminen nähtiin nuorten keskuudessa hyvin tärkeinä, Nurmen (1983, 108) 20 vuoden takaiseen tutkimukseen verrattuna tämän tutkimuksen tytöt eivät enää suuntaudu perheeseen liittyviin tekijöihin poikia enemmän, vaan erot näyttävät tasoittuneen. Kenties tyttöjen kouluttautumisen ja työssä suoriutumisen tärkeys korostaa juuri sitä, että osa tytöistä haluaa tulevaisuudessa yhä enemmän keskittyä uraan ja menestymiseen. Tällöin lapset eivät välttämättä enää sovi työntäyteiseen elämään. Pojat tulevaisuuden isinä eivät välttämättä näe työn ja perheen yhteensovittamista samalla tavalla ongelmana kuin tytöt tulevaisuuden äiteinä.

Sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä ja itsensä toteuttamista korostettiin melko tärkeinä tulevaisuuden asioina. Vaikka kouluttautumista ja työn merkitystä tänä päivänä korostetaankin, tämän päivän nuoret näyttävät kuitenkin arvostavan sitä, että saavat elää melko vapaasti, nauttia ihmissuhteistaan sekä kokeilla vapaa-ajallaan erilaisia harrastuksia, käydä elokuvissa ja konserteissa. Tytöille sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen olivat kuitenkin tulevaisuudessa poikia tärkeämpiä tavoitteita. Aikaisemmissakin tutkimuksissa tyttöjen on todettu suuntautuvan poikia enemmän

sosiaalsiin ja ihmissuhteisiin liittyviin tekijöihin (Nurmi 1983, 108; Malmberg 1994, 74). Tämän kaltainen tulos oli odotettavaa myös sen perusteella, että tytöt kokivat ystäväyden ja henkinen yhteenkuuluvuuden olevan tärkeää ja he kokivat herkemmin ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunteita kuin pojat. Pessimistit eivät nähneet sosiaalisten suhteiden merkitystä ja itsensä toteuttamista tulevaisuudessa yhtä tärkeinä kuin myönteiset tai optimistit.

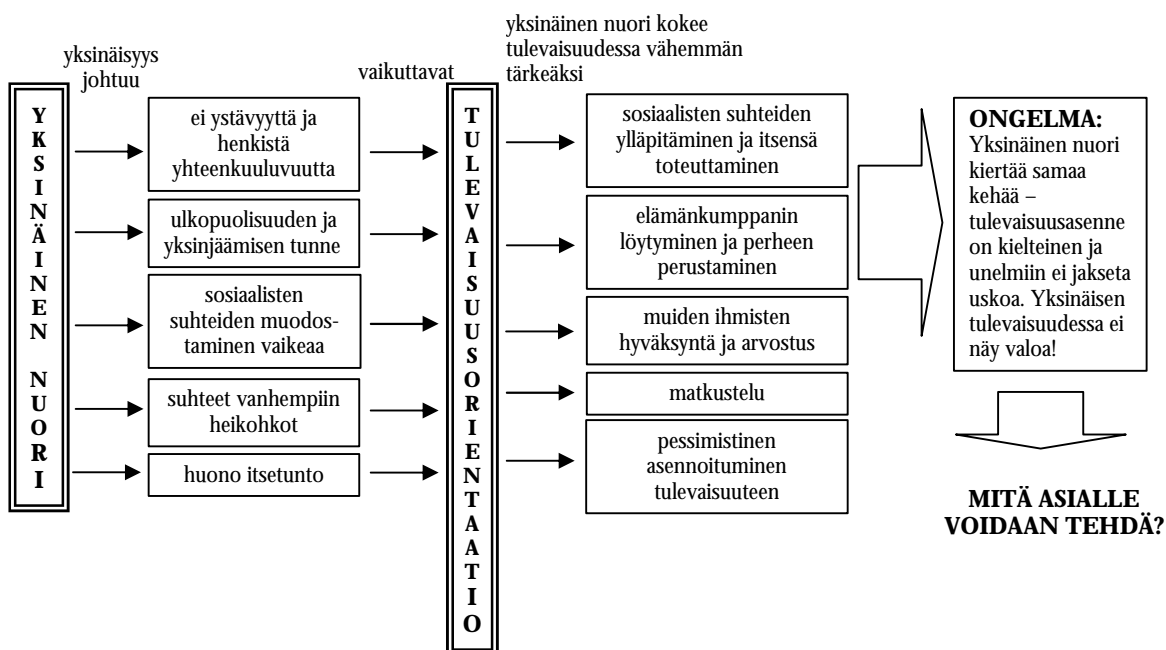
Varallisuus oli myös jossain määrin tärkeää nuorille, mutta pojat korostivat sen merkitystä enemmän. Poikien on todettu korostavan tulevaisuuteen suuntautumisessaan materialistisiin asioihin tyttöjä enemmän (Malmberg 1994, 74). Maaseutukuntien nuoret näkivät rahan tulevaisuudessa tärkeämpänä kuin kaupunkinuoret. Kenties kaupunkinuorille raha on yhtä tärkeää, mutta sen tärkeys maaseutukuntien nuoriin verrattuna itsestään selvyys ja siksi sitä ei korostettu. Maaseutukuntien nuorien rahan korostaminen tuskin heijastuu porvariperinteestä.

Vaikka nuoret asennoituvat tulevaisuuteensa melko myönteisesti, he kokivat sen enemmän vaikeaksi kuin helpoksi. Tulevaisuuden näkeminen vaikeana voitiin yhdistää nuorten kirjoitusten perusteella ympäristön ja yhteiskunnan taholta asetettuihin suorituspaineesiin. Nuorten odotetaan kirjoittavan ylioppilaiksi, pääsevän sisälle korkeakouluun, valmistuvan mahdollisimman nopeasti ja tämän jälkeen menestyvän työelämässä. Suoritus- ja kilpailupaineet saavat näkemään monet asiat varmasti vaikeina. Nuorten onkin todettu uskovan vanhempiaan vähemmän saavuttavansa tulevaisuuden tavoitteitaan. Tämän pessimistisen ajattelun taustalla on todettu olevan nuoren realistinen ajattelu tulevaisuuden tavoitteiden saavuttamisen vaikeudesta. (Lanz ym. 2001, 189.)

Pessimistinen tulevaisuusasenne vaikutti monella tavalla nuoren tulevaisuuden tavoitteisiin. Pessimistisyys on aiemmissakin tutkimuksissa heijastanut kielteiseen arvioon ja käsityksiin tulevaisuuden tavoitteiden toteutumisesta (Nurmi 1983, 103). Kenties tulevaisuuteen pessimistisesti asennoituvat ovat luonteeltaan kielteisiä, yksinäisiä tai henkisesti sairaita, mikä heijastuu myös heidän ihmissuhteisiinsa. Tällöin ihmissuhteet kärsivät ja niiden merkitys ja muiden ihmisten hyväksyntä ovat siksi merkityksettömiä tulevaisuudessakin. Pessimisteillä voi olla myös heikko koulumenestys, jonka vuoksi kouluttautumisella ei ole niin paljoa merkitystä. Tässä kohdin voimme pysähtyä tuumailemaan, ovatkohan kielteisesti ja pessimistisesti tulevaisuuteensa asennoituvat nuoret juuri yksinäisiä nuoria.

7.1.3 Yksinäinen nuori – näetkö valoa tulevaisuudessa?

Kuvion 16 tarkoituksena on vetää yhteen tämän tutkimuksen keskeisimmät tulokset ja vastata kysymykseen, näykö yksinäisen tulevaisuudessa valoa.



KUVIO 16. Nuorten kokema yksinäisyys ja sen yhteys tulevaisuusorientaatioon sekä tästä syntyvä ongelma. (—> kuvaa lineaarisia yhteyksiä).

Sen lisäksi, että yksinäisen nuoren arki näyttää ikävältä yksinäisyyden kokemuksen vuoksi, yksinäinen nuori näkee tulevaisuudessaan monet asiat vähemmän tärkeiksi ja asennoituu tulevaisuuteensa pessimistisemmin kuin ei-yksinäiset nuoret. Itsetunnon heikon nuoren on todettu keskittyvän nuorille tavanomaisten päämäärien sijaan useimmiten itseensä, jolloin perinteiset tulevaisuuden tavoitteet jäävät vähemmälle (Salmela-Aro & Nurmi 1997, 488-489). Itseensä keskittyminen vaikuttaa puolestaan siihen, että yksinäinen on sisäänpäin kääntynyt, mikä saattaa johtaa sosiaalisten kontaktien välttelemiseen ja muista eristäytymiseen (Peplau & Perlman 1982, 7-10). Samalla yksinäinen usein kuitenkin kaipaa läheistä ihmissuhdetta ja ymmärtää läheisen ihmisen merkityksen hänen hyvinvointinsa. Yksinäisyydessä näyttääkin piilevän melkoinen paradoksi. Mitä yksinäisemmäksi ihminen tulee, sitä enemmän hän kaipaa läheisyyttä ja samanaikaisesti sitä loitommaksi hän ajautuu muista ihmisistä.

Erityisesti ihmissuhteisiin liittyvät tulevaisuuden asiat ja tavoitteet yksinäiset näkivät vähemmän tärkeiksi. Elämänkumppanin löytyminen ja perheen perustaminen, joiden pitäisi

olla lähes jokaisen nuoren tulevaisuuden tavoitteita, nähtiin vähemmän tärkeäksi. Myös sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen ei ollut yksinäisille yhtä merkittävää kuin nuorille, jotka eivät kokeneet yksinäisyyttä ikävällä ja ahdistavalla tasolla. Toisaalta tämä on hyvin ymmärrettävää. Miksi suhteiden ylläpitäminen nähtäisiin tulevaisuudessa tärkeäksi, jos tällä hetkellä koetaan suhteet hyvin puutteellisiksi tai vähäisiksi?

Lisäksi itsensä toteuttaminen ei ollut yksinäisille kovin tärkeää. Itsensä toteuttaminen saattaa jumittua yksinäiselle helposti itsearvostuksen ja -tunnon puuttumiseen. Kaiken lisäksi itseään toteutetaan usein vapaa-ajalla, joka saattaa olla yksinäiselle päivän ikävintä aikaa. Vapaa-aika vain ruokkii yksin olemisen ahdistavaa tunnetilaa. Vapaa-aikaan liittyy myös matkustelu ja sen arvottaminen vähemmän tärkeäksi. Muiden ihmisten hyväksynnästä ja arvostuksesta yksinäiset näyttävät luopuvan muita helpommin ja niitä ei nähdä kovin tärkeinä. Kouluttautuminen ammattiin ja työnteko yksinäisille oli lähes yhtä tärkeää kuin muillekin, vaikka yksinäiset eivät arvottaneet niitä yhtä merkittäviksi kuin muut. Luultavasti ainakin ne yksinäiset nuoret, jotka ovat koulukiusattuja tai joilla koulumenestys on heikko, eivät näe kouluttautumisen merkitystä yhtä tärkeäksi kuin muut.

Itsetunnon heikko, pahoinvoiva, yksinäinen nuori näkee tulevaisuudessaan monelta osin enemmän hämäryyttä kuin valoa. Hän kiertää kehää, josta ei pääse itse helpolla pois. Yksinäisyyden tunne ruokkii kielteisiä tulevaisuusajatuksia ja unelmat tuntuvat kaukaisilta. Itseensä keskittyminen estää näkemästä asioita valoisampina. Palataksemme tätä tutkimusta varten kehitettyyn hypoteettiseen malliin (ks. s.26 kuvio 1) voidaan todeta, että tutkimukseni nuorista löytyy *sekä* optimistisesti tulevaisuuteensa asennoituvia nuoria, jotka eivät koe yksinäisyyttä ja joille tulevaisuus näyttää valoisalta ja optimistiselta *että* riskinuria, jotka kokevat nykyhetkessä yksinäisyyttä ja suuntautuvat tulevaisuuteensa kielteisesti. Näistä riskinuurista meidän on syytä olla huolissamme ja antaa heille eväitä myönteisempään tulevaisuusajatteluun. Nämä riskinuooret meidän tulisi huomata ja heitä myös tukea. Vaikka osa huolestuttavista riskinuurista ajan myötä ”siirtyisivätkin” hypoteettisen mallin luottavan ryhmän nuoriksi, jotka kasvaessaan ja kehittyessään oppisivat sietämään yksinäisyyttä ja kääntämään yksin vietetyn ajan myönteiseksi, emme voi heittäytyä kaikkien yksinäisten nuorten osalta siihen uskoon. Osalle nuorista yksinäisyys on todellinen, vakava ja pysyvä ongelma, joka uhkaa heidän mielenterveyttään ja ajautumista syrjäytyneiksi yhteiskunnan marginaaliin.

7.2 Yksinäisyyden vähentäminen ja jatkotutkimusaiheet

Miten voimme vähentää tai poistaa nuorten yksinäisyyden kokemuksia ja tunteita ja tätä kautta muuttaa heidän tulevaisuusnäkemystään myönteisemmiksi? Hyviä ja toimivia ratkaisuja on varmasti useitakin. Ihan ensimmäiseksi on kuitenkin huomioitava ja nähtävä nuorten sosiaalinen vetäytyminen, ujous ja yksinäisyys. Yksittäiseen nuoreen kohdistuvien kehittämistoimenpiteiden tulisi olla myös aina yksilöllisesti suunniteltuja, jolloin nuorella on mahdollisuus kehittää omia heikoimpia puoliaan. Nuoren yksinäisyyden vähentämiseksi ja poistamiseksi lähtökohtana on nuoren luottamuksen saavuttaminen, joka saattaa viedä aikaa. (Vehkakoski 2001, 164.) Lisäksi kielteinen tulevaisuusasenne, vanhat käyttäytymismallit ja kielteinen asenne itseen ovat luultavasti hyvin syvällä yksinäisen nuoren arkipäivän toiminnoissa. Yksinäisen minäkuvan kehittäminen myönteiseksi, sosiaalisten taitojen kehittäminen ja käyttäytymismallien uudelleen muotoilu vaativat aikaa ja kärsivällisyyttä. ”Nuoruuden toisen mahdollisuuden” toivossa nuorten yksinäisyyteen olisi kuitenkin pyrittävä vaikuttamaan.

Taulukkoon 32 on koottu joitakin tapoja ja keinoja vaikuttaa nuorten kokemaan yksinäisyyteen.

TAULUKKO 32. Vaihtoehtoja yksinäisen ja eri tahojen keinoista vaikuttaa nuorten yksinäisyyden kokemuksen ennaltaehkäisyyn, vähentämiseen ja poistamiseen.

<u>YKSILÖ</u>	<u>PERHE</u>	<u>KOULU</u>	<u>YHTEISKUNTA</u>
* yksilöterapia (rohkaiseminen ja itsetunnon kehittäminen)	* läsnäolo * turvallisuuden antaminen	* sosiaalisten taitojen harjaannuttaminen esim. ryhmätoiminnassa	* resurssit nuorten kuntoutukseen ja hoitoon
* attribuutioiden korjaaminen	* kannustaminen * positiivinen vahvistaminen	* ainekirjoitus * sosiometriset mittaukset * puhuminen, keskustelu * tulevaisuuskasvatus	* resurssit koulukuraattoreille ja koulupsykologeille
* oma-aloitteisuus * harrastusten valinta			

Kouluissa yksinäisen nuoren sosiaalisia taitoja voidaan harjaannuttaa esimerkiksi ryhmätoimintojen avulla. On kuitenkin muistettava, että ryhmätyöt voivat myös pahimmillaan ruokkia yksinäisyyttä. Näin ollen opettajalta edellytetään taitoa ja tilanneherkkyyttä käyttää ryhmätoimintoja luokkansa yksinäisten lasten ja nuorten auttamiseksi. Lisäksi kouluissa voidaan tehdä sosiometrisia mittauksia (ks. tarkemmin s. 13),

jolloin opettajakunta näkee, ketkä oppilaat saavat vain vähän tai kielteisiä nimeämisiä. Nämä oppilaat ovat usein myös yksinäisiä (Parkhurst & Asher 1992, 238-239).

Kouluissa voidaan myös pyytää oppilaita kirjoittamaan aine omista suhteistaan koulutovereihin ja miltä heistä tuntuu, jos heillä ei ole tovereita. Tämä tutkimus osoitti, että nuoret kirjoittavat melko helposti yksinäisyydestään ja tunteistaan paperille. Tunteiden pukeminen sanoiksi paperille voi olla hyvin paljon helpompaa kuin asioista suullisesti puhuminen. Erityisesti runojen ja aforismien kautta nuoret osasivat ilmaista ajatuksiaan. Koulut ovat myös hyviä areenoita keskustella sosiaalisista suhteista ja puuttua esimerkiksi koulukiusaamiseen tai syrjintään (Höistad 2003). Myös tulevaisuuskasvatus, jonka toteuttamisesta käytännössä on suomalaisittain vielä hyvin vähän kokemuksia (Mikkonen 2000, 234) saattaisi omalta osaltaan vaikuttaa nuorten – myös yksinäisten - kykyyn valmistautua tulevaisuuteen. Tulevaisuuskasvatus auttaisi nuorta valmistautumaan ja käsittelemään erilaisia mahdollisia tulevaisuuksia ja suunnitella tulevaisuutta realistisesti eteenpäin. Kun nuori saa valmiuksia hallita tulevaisuuden tapahtumia, hän kokee tulevaisuuden myönteisesti (Nurmi 1983, 103).

Perheillä on keskeinen rooli nuoren hyvinvoinnille ja myönteisille tulevaisuusasenteille. Tutkimustulosten mukaan suhteet vanhempiin selitti monella tapaa sitä, miten nuori suuntautui tulevaisuuteensa. Vanhempien kannustus ja positiivinen vahvistus kasvattavat nuoren optimistista ja itsenäistä asennoitumista tulevaisuuteen sekä uskoa saavuttaa menestystä omilla ponnistuksillaan. (Nurmi 1990, 204; 1991,49 Trommosdorff ym. 1982, 181-182). Kun vanhemmat ovat nuorelle läsnä, he luovat samalla turvallisuutta, jota nuoret vielä tarvitsevat. Vanhempien elämäntapa kaikinensa muokkaa nuoren tulevaisuutta, koska nuoret suunnittelevat tulevaisuuttaan vanhempiensa elämäntavan mukaisesti (Kasurinen 1996, 245). Toisinaan yksinäisen nuoren on hyvä mennä yksilöterapiaan, jossa häntä rohkaistaan oma-aloitteisuuteen ja kehitetään hänen itsetuntoaan. Terapiassa on tärkeää vaikuttaa nuoren syytulkintoihin eli attribuutioihin siten, että he näkevät yksinäisyytensä olevan seurausta ulkoisista syistä, joihin he voivat vaikuttaa ja jotka eivät ole pysyviä. Koska yksinäisellä nuorella on todettu kyvyttömyyttä tunteidensa ja itsensä ilmaisuun sekä aloitekyvyttömyyttä (Green & Wildermuth 1993, 848-849), terapiassa tulisi kehittää myös näitä taitoja ja lisätä näin yksinäisen aktiivisuutta. Yksinäinen nuori voisi myös aikuisen tukemana hakeutua harrastuksiin, joiden kautta voi löytyä saman henkisiä tovereita.

Yhteiskunnan taholta tulisi taata resursseja nuorten auttamiseen. Yksilöpsykoterapian rahoituksen loppuminen kesällä 2003 on pelottava esimerkki siitä, mitä ei saisi tapahtua. Myös koulukuraattoreiden ja koulupsykologien tehtävää on tuettava. Perinteisten terveystarkastusten lisäksi olisi hyvä kartoittaa jollain tapaa myös nuoren henkinen hyvinvointi. Monien fyysisten sairauksien kuten päänsäryn tai ankaran laihduttamisen taustalla saattaa vaikuttaa yksinäisyys. Ennen kaikkea yhteiskunnassamme tulisi muistaa antaa tilaa kaikkien - etenkin lasten ja nuorten - onnistumisen tunteille, jotka luovat pohjaa myönteiselle minäkuvulle, identiteetille ja hyvinvoinnille (Nurmi 1995, 266, 268). Kun nuori tuntee voivansa ottaa henkilökohtaista vastuuta, olevansa sosiaalisesti hyväksyty ja menestyy elämässään, hän näkee tulevaisuutensakin optimistisesti ja uskoo voivansa vaikuttaa siihen (Trommsdorff 1986, 129, 131) .

Tämä tutkielma on osoittanut, että nuorten yksinäisyyden tutkiminen on tärkeää myös vastaisuudessa. Monen nuoren näkyvän ongelmakäyttäytymisen takana saattaa olla yksinäisyyden pelko. Onhan alkoholin juominen, huumeiden käyttö ja juhliminen havaittu joidenkin nuorten keinoksi välttää yksinäisyyden tunteita (Brennan 1982, 283-285). Tämä tutkielma on antanut nuoriin kohdistuvalle tutkimuskentälle uutta tietoa osoittamalla yksinäisten orientoituvan tulevaisuuteensa kielteisemmin ja pitävän tulevaisuuden asioita vähemmän tärkeimpinä kuin ne nuoret, joiden suhteet ystäviin, tovereihin ja vanhempiin ovat kunnossa. Yksinäisen nuoren vaellusta tulevaisuuden haasteisiin voidaan kaiketi metaforisesti kuvata pitkäksi matkaksi juoksuhiiekassa, jossa matka etenee vain syvemmälle ja valo tien päässä himmenee entisestään.

Jatkossa yksinäisyyttä tulisi tutkia erillisenä ongelmana ja henkisenä sairautena ja erottaa se esimerkiksi masennuksesta, mikä sekin saattaa kuulua yksinäisyyden oireisiin. Aiheellista olisi myös selvittää, montako tuntia päivässä nuori viettää aikaansa yksin ja miten hän tuon ajan kokee. Perhekokojen ollessa tänä päivänä hyvin pieniä ja useiden lasten ollessa perheen ainoita, saattaa yksinäisyyden kokeminenkin olla jatkossa vielä yleisempää, mitä se nyt on. Kansainvälistymisen lisääntyessä olisi merkittävää selvittää maahanmuuttajanuorten yksinäisyyskokemuksia. Saattaa olla, että useiden maahanmuuttajien kollektiivinen kulttuuritausta vähentää yksinäisyyden kokemusta. Laajempi tutkimusehdotukseni on, miten kulttuuritausta (yksilökeskeinen vs. kollektiivinen) vaikuttaa yksinäisyyden kokemiseen.

7.3 Kiitossanat

Ihan lopuksi haluan jakaa vielä muutaman nuoren ajatukset samalla kiittäen kaikkia tutkimukseeni osallistuneita nuoria toivoen heille jatkossa – isojen valintojen ja haasteiden kynnyksellä – tuulta siipien alle sekä uskoa itseän ja omiin mahdollisuuksiin selvitä elämässä eteenpäin.

”Tulevaisuus tuo uudet tuulet, menneisyydestä jää vain hymyhuulet”.

Tulevaisuus on aina tietomme ulkopuolella. Tulevaisuuden tuulia voimme tavoitella, suunnitella ja toivoa. Varmaa huomisesta emme kuitenkaan voi sanoa. Jos menneisyyteen voi palata hymyhuulin, tulevaisuuteen on helpompi kulkea myönteisesti ja optimistisesti.

”Maailma tuo uusia teitä ja sulkee vanhoja. Se joka osaa valita oikean tien, on lopullinen voittaja.”

Eteenpäin päästäkseen on opittava sulkemaan joitain teitä päästäkseen uudelle tielle. On opittava valitsemaan useista teistä yksi päästäkseen johonkin suuntaan. On luovuttava jostain saadakseen jotain tilalle. Haasteellisia valintoja, joihin oikeaa vastausta ei välttämättä ole. Toivon, ettei lopullisia voittajia ole. Toivon, ettei myöskään lopullisia häviäjiä. Toivon, että vääränkin valinnan jälkeen nuorilla on rohkeutta ja tukea jatkaa eteenpäin ja tarkistaa seuraava risteys. Ja aina helpompi ”... *kaksin, kuin yksin*”.

Tämän tutkimuksen myötä empatiani ja sympatiani ovat kohdistuneet niihin nuoriin, jotka kokevat yksinäisyyttä. Tutkimuksen varrella heränneiden ajatuksieni myötä kiitin hiljaa mielessäni omia ystäviäni ja perhettäni saamastani sosiaalisesta tuesta sekä liittymisen ja kuulumisen tunteesta. Heidän avullaan minun tulevaisuudessani näkyy valoa ja tulevaisuuteni näyttää omissa ajatuksissani myönteiseltä pienistä epäroinneista ja haparoinneista huolimatta. Aikuisuuden kynnyksen yli astumiseen tarvitaan totisesti toisia ihmisiä. Näitä muita läheisiä ihmisiä toivon yksinäisillekin nuorille, jotka hekin *”päivä kerrallaan, askel ajallaan”* huomiseensa kulkevat.

LÄHTEET

- Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: oy Edita Ab.
- Aho, S. & Laine, K. 1997. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Keuruu: Otava.
- Antaki, C. & Brewin, C. 1982. Attributions and Psychological Change. Applications of Attributional Theories to Clinical and Educational Practise. London: Academic Press.
- Archibald, F.S., Bartholomew, K. & Marx, R. 1995. Loneliness in Early Adolescence: A Test of the Cognitive Discrepancy Model of Loneliness. *Society for Personality and Social Psychology* 21, 3, 296-301.
- Baltes, P.B & Reese, H.W. 1987. Elämänkaaren näkökulma kehityspsykologiassa. Teoksessa M. Korhonen (toim.) Puoli vuosisataa psykologian tutkimusta ja opetusta jyvaskylässä. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisuja 289. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 113-165.
- Bjurwill, C. 1993. Images of the Future: Optimism and Pessimism in Various Swedish Age Groups. A Methodological Study. Department of Educational and Psychological Research. Malmö School of Education, University of Lund No. 766.
- Blinikka, L.-M. 1977. Ihmisen aikaperspektiivi ja tulevaisuuden kuva. Kirjallisuuskatsaus. *Psykologian tutkimuksia* 27, 1977. Turku: Turun yliopisto.
- *Brage, D., Meredith, W. & Woodward, J. 1993. Correlates of Loneliness Among Midwestern Adolescents. *Adolescence* 28, 685-692.
- Brennan, T. 1982. Loneliness at Adolescence. Teoksessa L.A. Peplau & D. Perlman (toim.) Loneliness. A sourcebook of current theory, research and therapy. New-York: Wiley-Interscience, 269-290.
- *Carr, M. & Schellenbach, C. 1993. Reflective Monitoring in Lonely Adolescents. *Adolescence* 28, 737-747.
- Carroll, A., Durkin, K., Hattie, J. & Houghton, S. 1997. Goal Setting among Adolescence: A Comparison of Delinquent, At-Risk, and Not-At-Risk Youth. *Journal of Educational Psychology* 89, 3, 441-445.

* lähde luettu elektronisten lehtien kautta, tästä johtuen tekstin yhteydessä sulkeissa ei sivunumeroita

- Coleman, J. 1993. Adolescence in a Changing World. Teoksessa S. Jackson & H. Rodriguez-Tomé (toim.) Adolescence and its social worlds. Hove: Lawrence, 251-263.
- Crick, N.R. & Ladd, G.W. 1993. Children's Perceptions of Their Peer Experiences: Attributions, Loneliness, Social Anxiety, and Social Avoidance. *Developmental Psychology* 29, 244-254.
- Dunderfelt, T. 1997. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. 9. painos. Porvoo: WSOY.
- Durkin, K. 1998. Developmental Social Psychology from Infancy to Old Age. Malden, Massachusetts, USA: Blackwell Publishers.
- Erätuuli, M., Leino, J. & Yli-Luoma, P. 1994. Kvantitatiiviset analyysimenetelmät ihmistieteissä. Rauma: Kirjapaino Oy.
- Goossens, L. & Marcoen, A. 1999. Adolescent Loneliness, Self-reflection, and Identity: From Individual Differences to Developmental Processes. Teoksessa K.J. Rotenberg & S. Hymel (toim.) Loneliness in Childhood and Adolescence. Cambridge: Cambridge University Press, 225-243.
- Green, V.A. & Wildermuth, N.L. 1993. Self-focus, other-focus, and interpersonal needs as correlater of loneliness. *Psychological Reports* 73, 843-850.
- Greene, A.L. & Wheatley, S.M. 1992. "I've Got a Lot to Do and I Don't Think I'll Have the Time": Gender Differences in Late Adolescents' Narratives of the Future. *Journal of Youth and Adolescence* 6, 667-68?
- Havighurst, R. 1972. Developmental Task and Education. 3. painos. New York: Longman.
- Heikkilä, M. 2003. Arjen yksinäisyys kalvaa nuoria. Saatavilla www-muodossa: >URL: <http://www.turunsanomat.fi/osasto/?ts=1,2,0,0,118358,2003-03-12>>. 7.5.2003.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. 5. painos. Tampere: Tammi.
- Hoikkala, T. 1994. Joksikin tuleminen ja nuorten itsenäistymisen ongelma. Teoksessa K. Voudinmäki (toim.) Tulla joksikin. Juva: WSOY, 183-190.
- Horowitz, L.M., French R. & Anderson, C. 1982. The Prototype of a Lonely Person. Teoksessa L.A. Peplau & D. Perlman (toim.) Loneliness. A sourcebook of current theory, research and therapy. New-York: Wiley- Interscience, 183-205.

- Höistad, G. 2003. Att förebygga, upptäcka och stoppa mobbning bland barn och ungdomar. Helsingin seudun kesäyliopisto, Lauttasaaren yhteiskoulu 13.-14.11.2003.
- Inderbitzen-Pisaruk, H., Clark, M-L. & Solano, C.H. 1992. Correlates of loneliness in midadolescence. *Journal of Youth and Adolescence* 21, 151-166.
- Jackson, S. 1993. Social Behaviour in Adolescence: The Analysis of Social Interaction Sequences. Teoksessa S. Jackson & H. Rodriguez-Tomé (toim.) *Adolescence and its social worlds*. Hove: Lawrence, 15-45.
- Jong-Gierveld, J. & Raadschelders, J. 1982. Types of loneliness. Teoksessa L.A. Peplau & D. Perlman (toim.) *Loneliness. A sourcebook of current theory, research and therapy*. New-York: Wiley-Interscience, 105-119.
- Kalliopuska, M. 1997. *Itsetunto*. 5.painos. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Kasurinen, H. 1996. Adolescent's Ideas about their Future in A Changing Society. Teoksessa H. Helve & J. Bynner (toim.) *Youth and Life Management. Research Perspectives*. Helsinki: Helsingin yliopisto, 241-252.
- Kasurinen, H. 1999. Personal Future Orientation: Plans, Attitudes and Control Beliefs of Adolescents Living in Joensuu, Finland and Petrozavodsk, Russia in 1990s. *Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja*, 53. Joensuu: University of Joensuu.
- Keltikangas-Järvinen, L. 1998. *Hyvä itsetunto*. 7. painos. Juva: WSOY.
- Kemppinen, P. 2000. *Nuoriso 2000. Nuorisotyön käsikirja*. Vantaa: Kustannusvalmennus P. & K. Oy.
- Kerns, K.A., Klepac, L. & Cole, A. 1996. Peer Relationship and Preadolescents' Perceptions of Security in the Child-Mother Relationship. *Developmental Psychology* 32, 457-466.
- Kerns, K.A. & Stevens, A.C. 1996. Parent-Child Attachment in Late Adolescence: Links to Social Relations and Personality. *Journal of Youth and Adolescence* 25, 3, 323-340.
- Ketonen, O. 1981. *Tulevaisuudesta tietäminen. Tulevaisuuden tutkimuksen seuran julkaisu A1*. Turku.
- Kirkpatrick, L.A., Shillito, D.J. & Kellas, S.L. 1999. Loneliness, Social Support, and Perceived Relationships With God. *Journal of Social and Personal Relationships* 16, 513-523.

- Koenig, L.J. , Isaacs, A.M. & Schwartz, J.A.J. 1994. Sex Differences in Adolescent Depression and Loneliness: Why Are Boys Lonelier if Girls Are More Depressed? *Journal of Research in Personality* 28, 27-43.
- Laine, K. 1989. Yksinäisyyden kokeminen peruskoulun ala-asteella. *Kasvatustieteiden tiedekunnan julkaisusarja A:137*. Turku: Turun yliopisto.
- Laine, K. 1990. Yksinäisyyden kokeminen peruskoulun yläasteella ja lukiossa. *Kasvatustieteiden tiedekunnan julkaisusarja A:144*. Turku: Turun yliopisto.
- Laine, K. 1998. Finnish Students' Attributions for School-based Loneliness. *Scandinavian Journal of Educational Research* 42, 401-413.
- Lanz, M., Rosnati, R., Marta, E. & Scabini, E. 2001. Adolescents' Future: A comparison of Young People's and their Parents' Views. Teoksessa J.-E. Nurmi (toim.) *Navigating through Adolescence*. New York & London: Routledge Falmer, 169-197.
- Larson, R.W. 1997. The Emergence of Solitude as a Constructive Domain of Experience in Early Adolescence. *Child Development* 68, 80-93.
- Larson, R.W. 1999. The Uses of Loneliness in Adolescence. Teoksessa K.J. Rotenberg, & S. Hymel (toim.) *Loneliness in Childhood and Adolescence*. Cambridge: Cambridge University Press, 244-262.
- Lehtonen, U. & Rubin, A. 1998. Nuorten muuttuvat unelmat. Saatavilla [www-muodossa: >URL: http://www.helsinginsanomat.fi/uutisarkisto/19981116/ajas/981116aj01.html](http://www.helsinginsanomat.fi/uutisarkisto/19981116/ajas/981116aj01.html)>.7.5.2003.
- Malmberg, L.-E. 1994. Future-orientation of Finnish Students. Reports from the Faculty of Education, Åbo Akademi University. No. 1. Åbo: Åbo Akademi.
- Malmberg, L.-E. 1996a. Finnish Adolescents' Future-Orientation. Effects of Educational Track, Gender and Self-Evaluation. *Nordisk Pedagogik* 16, 213-224
- Malmberg, L.-E. 1996b. How do Finnish Students Prepare for Their Future in Three School Types? The Relation Between Content of Plans, Information Gathering and Self-Evaluations. *British Journal of Educational Psychology* 66, 457-569.
- Malmberg, L.-E. 2001. Future-orientation in Educational and Interpersonal Contexts. Teoksessa J.-E. Nurmi (toim.) *Navigating through Adolescence*. New York & London: Routledge Falmer, 119-140.
- Marangoni, C. & Ickes, W. 1989. Loneliness: A Theoretical Review with Implications for Measurement. *Journal of Social and Personal Relationships* 6, 93-128.

- Marcoen, A. & Goossens, L. 1993. Loneliness, Attitude Towards Aloneness, and Solitude: Age Differences and Developmental Significance During Adolescence. Teoksessa S. Jackson & H. Rodrigues-Tomé (toim.) Adolescence and its social worlds. Hove: Lawrence, 197-225.
- Mikkonen, A. 2000. Nuorten tulevaisuuskuvat ja tulevaisuuskasvatus. Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja, 57. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Mäki-Kulmala, A. 1994. Aikustumisen vaikeus. Teoksessa K. Vuodenmäki (toim.) Tulla joksikin. Juva: WSOY, 119-142.
- Nada Raja, S., McGee, R. & Stanton, W.R. 1992. Perceived Attachments to Parents and Peers and Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence* 21, 4, 471-485.
- Nurmi, J.-E. 1983. Nuorten tulevaisuuteen suuntautuminen II: Tulevaisuuteen suuntautumisen psykologinen struktuuri ja siihen vaikuttavat tekijät 11-, 15- ja 18-vuotiailla nuorilla. Turun yliopiston filosofian, psykologian ja menetelmätieteiden laitos. *Psykologian tutkimuksia* 67.
- Nurmi, J.-E. 1989a. Adolescents' Orientation to the Future. Development of Interests and Plans, and Related Attributions and Affects, in the Life-Span Context. *Commentationes Scientiarum Socialium* 39. Helsinki: Societas Scientiarum Fennica.
- Nurmi, J.-E. 1989b. Planning, motivation, and evaluation in orientation to the future: A latent structure analysis. *Scandinavian Journal of Psychology* 30, 64-70.
- Nurmi, J.-E. 1990. Nuorten tulevaisuuteen suuntautuminen. *Psykologia* 25, 203-205.
- Nurmi, J.-E. 1991. How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. *Developmental Review* 11, 1-59
- Nurmi, J.-E. 1995. Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehiä. Teoksessa P. Lyytinen, M. Korkiakangas & H. Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Porvoo: WSOY, 256-274.
- Nurmi, J.-E. 2001. Navigating Through Adolescence: Introduction. Teoksessa J.-E. Nurmi (toim.) Navigating through Adolescence. New York & London: Routledge Falmer, 3-17.
- Nurmi, J.-E. & Nuutinen 1987. Tähtäimessä tulevaisuus. Suomalaisten nuorten käsityksiä tulevaisuudesta. Tutkimuksia ja selvityksiä 2. Kansalaiskasvatuksen keskus r.y.

- Nurmi, J-E., Toivonen, S., Salmela-Aro, K. & Eronen, S. 1996. Optimistic, approach-oriented, and avoidance strategies in social situations: three studies on loneliness and peer relationships. *European Journal of Personality* 10, 201-219.
- Nuttin, J. 1984. *Motivation, Planning, and Action. A Relational Theory of Behavior dynamics.* [Orig. 1980: *Théorie de la motivation humaine. du besoin au projet d'action*]. Leuven: Leuven University Press.
- Nuttin, J. 1985. *Future Time Perspective and Motivation. Theory and Research Method.* [Orig. 1980: *Motivation et perspectives d'avenir*]. Leuven: Leuven University Press.
- Ojanen, M. 1994. *Mikä minä on?* Tampere: Kirjatoimi.
- Parkhurst, J.T. & Asher, S.R. 1992. Peer Rejection in Middle School: Subgroup Differences in Behavior, Loneliness, and Interpersonal Concerns. *Developmental Psychology* 28, 231-241.
- Parkhurst, J.T. & Hopmeyer, A. 1999. Developmental Change in the Sources of Loneliness in Childhood and Adolescence: constructing a Theoretical Model. Teoksessa K.J. Rotenberg, & S. Hymel (toim.) *Loneliness in Childhood and Adolescence.* Cambridge: Cambridge University Press, 56-79.
- Penttinen, H. 1999. Nuorten yksinäisyys. Saatavilla [www-muodossa: >URL: http://www.tohtori.fi/yleislaakari/127.html](http://www.muodossa.>URL: http://www.tohtori.fi/yleislaakari/127.html)>. 7.5.2003.
- Perlman, D. & Landolt, M.A. 1999. Examination of Loneliness in Children-Adolescents and in Adults: Two Solitudes or Unified Enterprise. Teoksessa K.J. Rotenberg, & S. Hymel (toim.) *Loneliness in Childhood and Adolescence.* Cambridge: Cambridge University Press, 325-347.
- Peplau, L.A. & Perlman D. 1982. Perspectives on Loneliness. Teoksessa L.A. Peplau & D. Perlman (toim.) *Loneliness. A sourcebook of current theory, research and therapy.* New-York: Wiley-Interscience, 1-70.
- Puttonen, H. 1985. Nuorten tulevaisuuden perspektiivi peruskoulun päättyessä. Jyväskylän yliopiston kasvatustieteen laitoksen julkaisuja A6. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Rokach, A. & Brock, H. 1997. Loneliness and the Effects of Life Changes. *Journal of Psychology* 131 (3), 284-298.
- Rokach, A. & Brock, H. 1998. Coping With Loneliness. *Journal of Psychology* 132, 107-127.

- Rosenberg Self-Esteem scale. The Morris Rosenberg Foundation. University of Maryland. Saatavilla www.muodossa:>URL: http://www.bsos.umd.edu/socy/rosenberg.html>. 12.5.2003.
- Rotenberg, K.J. 1999. Childhood and Adolescent Loneliness: An Introduction. Teoksessa K.J. Rotenberg & S. Hymel (toim.) Loneliness in Childhood and Adolescence. Cambridge: Cambridge University Press, 3-8.
- Rotenberg, K.J. 1999. Parental Antecedents of Children's Loneliness. Teoksessa K.J. Rotenberg & S. Hymel (toim.) Loneliness in Childhood and Adolescence. Cambridge: Cambridge University Press, 176-200.
- Rubin, A. 1995. Ote huomiseen. Helsinki: Tulevaisuuden tutkimuksen seura.
- Russell, D., Peplau, L.A. & Cutrona, C.E. 1980. The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology* 39, 472-480.
- Rönkä, A. 1992. Nuoren aikuisen sosiaalinen selviytyminen: katsaus kirjallisuuteen. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisuja 319. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Saarela, P. 2002. Nuorisobarometri 2002. Nuorisosiain neuvottelukunta. Nuora, julkaisuja 24. Jyväskylä: Gummerus.
- Salmela-Aro, K. 2001. Personal Goals During the Transition to Young Adulthood. Teoksessa J.-E. Nurmi (toim.) Navigating through Adolescence. New York & London: Routledge Falmer, 59-84.
- Salmela-Aro, K. & Nurmi, J.-E. 1997. Goal Contents, Well-being, and Life Context During Transition to University: A Longitudinal Study. *International Journal of Behavioral Development* 20, 3, 471-491.
- Salmivalli, C. 1997. Mitä itsetuntomittarit mittaavat? *Psykologia* 32, 93-98.
- Siltala, P. 1992. Nuoruus. 4. painos. Teoksessa P. Niemelä & J.-E. Ruth (toim.) Ihmisen elämänkaari. Helsinki: Otava, 90-112.
- Sletta, O., Valås, H. & Skaalvik, E. 1996. Peer relations, loneliness, and self-perceptions in school-aged children. *British Journal of Educational Psychology* 66, 431-445.
- Stevens-Long, J. & Cobb, N. 1983. Adolescence and Early Adulthood. Palo Alto, California: Mayfield.
- Suedfeld, P. 1982. Aloneness as a Healing Experience. Teoksessa L.A. Peplau & D. Perlman (toim.) Loneliness. A sourcebook of current theory, research and therapy. New-York: Wiley-Interscience, 54-67.

- Sundberg, N.D., Poole, M.E. & Tyler, L.E. 1983. Adolescents Expectations of Future Events – A Cross-cultural Study of Australians, Americans, and Indians. *International Journal of Psychology* 18, 415-742.
- Terrell-Deutsch, B. 1999. The Conceptualization and Measurement of Childhood Loneliness. Teoksessa K.J. Rotenberg & S. Hymel (toim.) *Loneliness in Childhood and Adolescence*. Cambridge: Cambridge University Press, 11-33.
- Trommsdorff, G. 1986. Future Time Orientation and Its Relevance for Development as Action. Teoksessa R.K. Silbereisen, K. Eyferth & G. Rudinger (toim.) *Development as Action in Context. Problem Behaviour and Normal Youth Development*. Berlin: Springer, 121-136.
- Trommsdorff, G., Burger, C. & Fuchsle, T. 1982. Social and Psychological Aspects of Future Orientation. Teoksessa. M. Irle (toim.) *Studies in Decision Making*. Berlin: Walter de Gruyter, 167-194.
- Trommsdorff, G., Lamm, H. & Schmidt, R.W. 1979, A Longitudinal Study of Adolescents' Future Orientation (Time Perspective). *Journal of Youth and Adolescence* 8, 131-147.
- Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2002. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tähtinen, J. & Isoaho, H. 2001. Tilastollisen analyysin lähtökohtia. Ensiasteleet kvantitaiaineiston käsittelyyn, analyysiin ja tulkintaan SPSS-ohjelmaympäristössä. *Julkaisusarja C, Oppimateriaalit:13*. Turun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunta.
- Vehkakoski, T. 2001. Miksi nuori jää yksin? *Psykologia* 36, 159-165.
- Välimaa, R. 1993. Ystävyys ja yksinäisyys koulussa: Sosiaaliset suhteet nuorten terveyden pohjana. *Nuorisotutkimus* 11, 1, 3-10.
- Välimaa, R., Kannas, L. & Pötsönen, R. 1994. Sosiaalisen tuen ja yksinäisyyden kokemisen yhteys itsetuntoon 11-15 -vuotiailla koululaisilla WHO-koululaistutkimus. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti. Supplementti* 31, 77-90.
- Weiss, R. 1973. *Loneliness. The Experience of Emotional and Social Isolation*. Cambridge, Mass.: MIT Press.
- Young, J.E. 1982. Loneliness, Depression and Cognitive Therapy: Theory and Application. Teoksessa L.A. Peplau & D. Perlman (toim.) *Loneliness. A sourcebook of current theory, research and therapy*. New-York: Wiley-Interscience, 379-405.

Liite 1: Kyselylomake

(täytettäväksi annettu lomake on ollut fontiltaan isompi ja pituudeltaan 3 ½ -sivuinen)

Hei,

Tämän kyselyn tarkoituksena on tarkastella nuorten suhteita toisiin ihmisiin ja tulevaisuuteen suuntautumista. Lue kysymykset tarkasti ja toimi ohjeiden mukaan vastaten jokaiseen kysymykseen. **Vastaukset ovat sinun mielipiteitäsi ja näkemyksiäsi – oikeita ja toivottuja vastauksia ei ole!** Henkilöllisyytesi ei tule missään tutkimuksen vaiheessa esille, eikä vastauksiasi voida erottaa muiden vastauksien joukosta. Vastattuasi sulje kysely kirjekuoreen, joka päättyy vain ja ainoastaan minulle.

KIITOS VAIVANNÄÖSTÄSI!

Terveisin Mervi Aalto
Kasvatustieteen laitos, Helsingin yliopisto

TAUSTAKYSYMYKSET: RASTITA SINUUN SOPIVIN VAIHTOEHTO TAI KIRJAA VASTAUKSET

1. Paikkakunta, jossa käyn koulua **Espoo**
Piikkiö
Sauvo
2. Olen **tyttö**
poika
3. Ikäni _____ vuotta
4. Asuuko siskojasi tai veljiäsi kotonasi? **Ei**
Kyllä
6. Harrastan _____

SUHTEET TOISIIN IHMISIIN

A. Ympyröi jokaisesta väittämästä vaihtoehto, joka sopii sinulle parhaiten. Mieti asioita esim. viimeisen kuukauden ajalta.

	ei				
	koskaan	harvoin	joskus	usein	aina
1 Tulen muiden kanssa hyvin toimeen.	1	2	3	4	5
2 Suhteeni koulutovereihini ovat pinnallisia.	1	2	3	4	5
3 Vanhemmillani on minulle aikaa.	1	2	3	4	5
4 Koulussa ei ole ketään, jonka kanssa voisin jutella.	1	2	3	4	5
5 Tunnen kuuluvani kaveripiiriin.	1	2	3	4	5
6 Jotkut kaverit ovat minulle läheisiä.	1	2	3	4	5
7 Tunnen itseni yksinäiseksi.	1	2	3	4	5

8	Minun ei ole helppo olla kotona.	1	2	3	4	5
9	Minulta puuttuu läheinen ystävä.	1	2	3	4	5
10	Tulen hyvin toimeen vanhempieni kanssa.	1	2	3	4	5
11	Minulla on paljon yhteistä koulutovereiden kanssa.	1	2	3	4	5
12	Tunnen itseni hylätyksi.	1	2	3	4	5
13	Koulutoverini pitävät minusta.	1	2	3	4	5
14	Kukaan ei tunne minua hyvin.	1	2	3	4	5
15	Löydän seuraa silloin, kun haluan.	1	2	3	4	5
16	Jotkut koulutoverini todella ymmärtävät minua.	1	2	3	4	5
17	Tuntuu, että olen jäänyt muiden ulkopuolelle.	1	2	3	4	5
18	Minun on vaikea puhua asioistani ja ajatuksistani vanhemmilleni.	1	2	3	4	5
19	Minun on helppo ystävystyä muihin.	1	2	3	4	5
20	Koulutoverit eivät ole kanssani.	1	2	3	4	5
21	Joidenkin koulutovereiden kanssa voin jutella ihan kaikesta.	1	2	3	4	5
22	Minun on vaikea liittyä muiden seuraan	1	2	3	4	5
23	Joiltain koulutovereilta voin aina pyytää apua.	1	2	3	4	5
24	Vanhempani ovat kiinnostuneet minusta ja tekemisistäni.	1	2	3	4	5

MITÄ AJATTELET TULEVAISUUDESTASI?

B. Rastita yksi vaihtoehto.

TULEVAISUUTEENI vaikuttaa...

Yleensä muut ihmiset ja asiat kuin minä itse.

Enemmän muut ihmiset ja asiat kuin minä itse

Pääosin minä itse.

Minä itse.

C. Täytä lause. Olen suunnitellut tulevaisuuttani jossain määrin _____ vuotta eteenpäin.

D. Arvioi, kuinka tärkeitä alla olevat asiat ovat sinulle TULEVAISUUDESSA. Ympyröi se vaihtoehto, joka sopii sinulle parhaiten.

		ei lainkaan tärkeä	ei kovin tärkeä	jossain määrin tärkeä	melko tärkeä	hyvin tärkeä
1	Suoriutuminen koulussa	1	2	3	4	5
2	Hyvä koulutus	1	2	3	4	5
3	Suoriutuminen työssä	1	2	3	4	5
4	Läheiset ja turvalliset ystävyysuhteet	1	2	3	4	5
5	Seurustelu, tyttö/poikaystävän kanssa asuminen	1	2	3	4	5
6	Korkea elintaso	1	2	3	4	5

7	Läheiset ja turvalliset perhesuhteet (lapsuuden kotiin)	1	2	3	4	5
8	Terveys	1	2	3	4	5
9	Raha	1	2	3	4	5
10	Välttämätön toimeentulo	1	2	3	4	5
11	Maailmanrauha ja maailman ongelmien ratkaiseminen	1	2	3	4	5
12	Mahdollisuus solmia uusia tuttavuuksia ja tavata ihmisiä	1	2	3	4	5
13	Mahdollisuus harrastuksiin ja itsensä toteuttamiseen	1	2	3	4	5
14	Muiden ihmisten hyväksyntä ja arvostus	1	2	3	4	5
15	Pitkä elämä	1	2	3	4	5
16	Oman perheen perustaminen	1	2	3	4	5
17	Omat lapset	1	2	3	4	5
18	Matkustelu	1	2	3	4	5
19	Vapaa-ajasta nauttiminen / täydellinen rentoutuminen	1	2	3	4	5

HUOM!

RASTITA vielä KOLME kaikkein tärkeintä asiaa TULEVAISUUDEN elämässäsi. Laita rasti (x) kyseisen asian edessä olevaan lokeroon.

E. Ympyröi millaisena näet TULEVAISUUTESI.

1	Miellyttävä	1	2	3	4	5	Epämiellyttävä
2	Ilontäyteinen	1	2	3	4	5	Mitäänsanomaton
3	Kaunis	1	2	3	4	5	Kammottava
4	Kylmä	1	2	3	4	5	Lämmin
5	Onnistunut (menestys)	1	2	3	4	5	Epäonnistunut (pettymys)
6	Tylsä	1	2	3	4	5	Jännittävä
7	Valoisa	1	2	3	4	5	Pimeä
8	Toiveikas	1	2	3	4	5	Toivoton
9	Vaikea	1	2	3	4	5	Helppo
10	Turvallinen	1	2	3	4	5	Uhkaava
11	Lyhyt	1	2	3	4	5	Pitkä
12	Odottava, passiivinen	1	2	3	4	5	Toimielias, aktiivinen
13	Pysyvä	1	2	3	4	5	Jatkuvasti muuttuva
14	Avoin	1	2	3	4	5	Suljettu

MILLAISEKSI TUNNET ITSESI ?

F. Ympyröi jokaisesta väittämästä vaihtoehto, joka kuvastaa sinua parhaiten.

	sopii lainkaan	ei vähän	vain määrin	jossain hyvin	melko hyvin	erittäin hyvin
1 Olen kaiken kaikkiaan tyytyväinen itseeni.	1	2	3	4	5	
2 Aina silloin tällöin ajattelen, ettei minussa ole mitään hyvää.	1	2	3	4	5	
3 Uskon, että minussa on monia hyviä ominaisuuksia.	1	2	3	4	5	
4 Pystyn tekemään asioita yhtä hyvin kuin muutkin ihmiset.	1	2	3	4	5	
5 Minulla ei ole paljoakaan, josta voisin ylpeillä.	1	2	3	4	5	
6 Tunnen itseni todella hyödyttämäksi ajoittain.	1	2	3	4	5	
7 Tunnen, että minulla on arvoa ihmisenä vähintäänkin yhtä paljon kuin muillakin	1	2	3	4	5	
8 Toivoisin voivani kunnioittaa itseäni enemmän.	1	2	3	4	5	
9 Olen taipuvainen uskomaan, että kaiken kaikkiaan olen epäonnistunut.	1	2	3	4	5	
10 Minulla on myönteinen käsitys itsestäni.	1	2	3	4	5	

TARKISTA VIELÄ, ETTÄ OLET VASTANNUT JOKAISEEN KOHTAAN!

Jos sinulla jää aikaa, kirjoittaisitko (runo, aforismi, ajatus) paperin kääntöpuolelle, miltä yksin oleminen tuntuu ja/tai miltä tulevaisuutesi näyttää.

KIITOS VASTAUKSISTASI!

Liite 2: Yksinäisyyden ja tulevaisuusorientaation osa-alueiden korrelaatiomatriisit

TAULUKKO 33. Yksinäisyyden osa-alueiden korrelaatiot (n=172).

Yksinäisyyden osa-alueet	globaalinen, yleinen yksinäisyys	ystävyyden ja henkisen yht. kuuluv. puute	ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne	sosiaalisten suhteiden muodostam. vaikeus	vanhemmista johtuva yksinäisyys
globaalinen yleinen yksinäisyys	1	0,88**	0,80**	0,80**	0,39**
ystävyyden ja henkisen yhteenkuuluvuuden puute	0,88**	1	0,53**	0,56**	0,38**
ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunne	0,80**	0,53**	1	0,51**	0,34**
sosiaalisten suhteiden muodostamisen vaikeus	0,80**	0,56**	0,51**	1	0,25**
vanhemmista johtuva yksinäisyys	0,39**	0,38**	0,34**	0,25**	1

TAULUKKO 34. Tulevaisuusorientaation osa-alueiden korrelaatiot (n=172).

Tulevaisuusorientaation osa-alueet	kouluttautuminen ammattiin ja työnteko	elämäkumppanin löytym. ja perhe	sos.suht. ylläpitäm. ja itsensä toteuttam.	varallisuus	tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet
kouluttautuminen ammattiin ja työnteko	1	0,24**	0,22**	0,25**	0,16*
elämäkumppanin löytymisen ja perheen perustaminen	0,24**	1	0,45**	0,29**	0,38**
sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja itsensä toteuttaminen	0,22**	0,45**	1	0,21**	0,39**
varallisuus	0,25**	0,29**	0,21**	1	0,16*
tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet	0,16*	0,38**	0,39**	0,16*	1

Liite 3: UCLA-mittarin faktorianalyysi

Communalities

	Initial	Extraction
Tulen muiden kanssa hyvin toimeen	,284	,318
Suhteeni koulutoverihini ovat pinnallisia	,280	,251
Koulussa ei ole ketään, jonka kanssa voisin jutella.	,355	,343
Tunnen kuuluvani kaveripiiriin.	,521	,482
Jotkut kaverit ovat minulle läheisiä.	,510	,535
Tunnen itseni yksinäiseksi.	,541	,617
Minulta puuttuu läheinen ystävä.	,481	,474
Minulla on paljon yhteistä koulutovereiden kanssa.	,415	,370
Tunnen itseni hylätyksi.	,570	,669
Koulutoverini pitävät minusta.	,330	,291
Kukaan ei tunne minua hyvin.	,450	,355
Löydän seuraa silloin, kun haluan.	,379	,402
Jotkut koulutoverit todella ymmärtävät minua.	,584	,620
Tuntuu, että olen jäänyt muiden ulkopuolelle.	,562	,600
Minun on helppo ystävystyä muihin.	,305	,256
Koulutoverit eivät ole kanssani.	,375	,341
Joidenkin koulutovereiden kanssa voin jutella ihan kaikesta.	,540	,601
Minun on vaikea liittyä muiden seuraan.	,414	,355
Joiltain koulutovereilta voin aina pyytää apua.	,465	,501

Extraction Method: Maximum Likelihood.

Total Variance Explained

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	6,599	34,730	34,730	6,030	31,735	31,735	3,121	16,428	16,428
2	1,941	10,217	44,947	1,507	7,931	39,666	2,973	15,646	32,074
3	1,444	7,602	52,549	,845	4,445	44,111	2,287	12,037	44,111
4	1,117	5,879	58,428						
5	,927	4,879	63,307						
6	,796	4,188	67,495						
7	,742	3,906	71,401						
8	,692	3,645	75,045						
9	,616	3,243	78,288						
10	,575	3,025	81,313						
11	,558	2,936	84,250						
12	,508	2,672	86,922						
13	,472	2,486	89,408						
14	,412	2,166	91,574						
15	,394	2,073	93,647						
16	,343	1,805	95,452						
17	,323	1,697	97,149						
18	,279	1,471	98,620						
19	,262	1,380	100,000						

Extraction Method: Maximum Likelihood.

Factor Matrix^a

	Factor		
	1	2	3
Tulen muiden kanssa hyvin toimeen	,366		,392
Suhteeni koulutoverihini ovat pinnallisia	-,426		
Koulussa ei ole ketään, jonka kanssa voisin jutella.	-,518		
Tunnen kuuluvani kaveripiiriin.	,645		
Jotkut kaverit ovat minulle läheisiä.	,581	,443	
Tunnen itseni yksinäiseksi.	-,550	-,529	
Minulta puuttuu läheinen ystävä.	-,645		
Minulla on paljon yhteistä koulutovereiden kanssa.	,516		
Tunnen itseni hylätyksi.	-,608	-,546	
Koulutoverini pitävät minusta.	,500		
Kukaan ei tunne minua hyvin.	-,588		
Löydän seuraa silloin, kun haluan.	,597		
Jotkut koulutoverit todella ymmärtävät minua.	,713	,306	
Tuntuu, että olen jäänyt muiden ulkopuolelle.	-,657	-,402	
Minun on helppo ystäväystyä muihin.	,318		,353
Koulutoverit eivät ole kanssani.	-,565		
Joidenkin koulutovereiden kanssa voin jutella ihan kaikesta.	,645	,368	
Minun on vaikea liittyä muiden seuraan.	-,508		-,310
Joiltain koulutovereilta voin aina pyytää apua.	,593	,355	

Extraction Method: Maximum Likelihood.

a. 3 factors extracted. 4 iterations required.

Rotated Factor Matrix^a

	Factor		
	1	2	3
Tulen muiden kanssa hyvin toimeen			,546
Suhteeni koulutoverihini ovat pinnallisia	-,401		
Koulussa ei ole ketään, jonka kanssa voisin jutella.	-,451	,374	
Tunnen kuuluvani kaveripiiriin.		-,454	,476
Jotkut kaverit ovat minulle läheisiä.	,617		,393
Tunnen itseni yksinäiseksi.		,775	
Minulta puuttuu läheinen ystävä.	-,586	,322	
Minulla on paljon yhteistä koulutovereiden kanssa.			,521
Tunnen itseni hylätyksi.		,804	
Koulutoverini pitävät minusta.			,410
Kukaan ei tunne minua hyvin.	-,381	,415	
Löydän seuraa silloin, kun haluan.		-,390	,440
Jotkut koulutoverit todella ymmärtävät minua.	,697		
Tuntuu, että olen jäänyt muiden ulkopuolelle.		,706	
Minun on helppo ystäväystyä muihin.			,490
Koulutoverit eivät ole kanssani.		,466	
Joidenkin koulutovereiden kanssa voin jutella ihan kaikesta.	,735		
Minun on vaikea liittyä muiden seuraan.			,505
Joiltain koulutovereilta voin aina pyytää apua.	,661		

Extraction Method: Maximum Likelihood.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 5 iterations.

Liite 4: Tulevaisuuteen kohdistuvia tavoitteita koskeva faktorianalyysi

Communalities^a

	Initial	Extraction
Suoriutuminen koulussa	,638	,714
Hyvä koulutus	,657	,793
Suoriutuminen työssä	,387	,338
Läheiset ja turvalliset ystävyys-suhteet	,470	,520
Seurustelu, tyttö/poikaystävän kanssa asuminen	,406	,321
Korkea elintaso	,386	,358
Läheiset ja turvalliset perhesuhteet (lapsuuden kotiin)	,388	,335
Terveys	,494	,441
Raha	,412	,828
Välttämätön toimeentulo	,420	,405
Mahdollisuus solmia uusia tuttavuuksia ja tavata ihmisiä	,385	,448
Mahdollisuus harrastuksiin ja itsensä toteuttamiseen	,281	,317
Pitkä elämä	,447	,336
Oman perheen perustaminen	,768	,842
Omat lapset	,756	,884
Vapaa-ajasta nauttiminen / täydellinen rentoutuminen	,302	,302

Extraction Method: Maximum Likelihood.

- a. One or more communalities estimates greater than 1 were encountered during iterations. The resulting solution should be interpreted with caution.

Total Variance Explained

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	4,632	28,950	28,950	3,535	22,092	22,092	2,319	14,496	14,496
2	2,154	13,463	42,413	2,156	13,473	35,565	2,248	14,053	28,549
3	1,541	9,629	52,042	1,134	7,087	42,652	2,048	12,797	41,346
4	1,427	8,920	60,962	1,359	8,493	51,145	1,568	9,799	51,145
5	1,094	6,840	67,802						
6	,818	5,115	72,917						
7	,775	4,847	77,764						
8	,667	4,170	81,934						
9	,577	3,605	85,539						
10	,470	2,938	88,477						
11	,449	2,804	91,281						
12	,375	2,344	93,625						
13	,360	2,251	95,876						
14	,330	2,064	97,941						
15	,199	1,245	99,186						
16	,130	,814	100,000						

Extraction Method: Maximum Likelihood.

Factor Matrix^a

	Factor			
	1	2	3	4
Suoriutuminen koulussa	,355	,649	-,369	
Hyvä koulutus	,314	,715	-,421	
Suoriutuminen työssä	,405	,383		
Läheiset ja turvalliset ystävyysuhteet	,390			,592
Seurustelu, tyttö/poikaystävän kanssa asuminen	,492			
Korkea elintaso	,336	,380	,317	
Läheiset ja turvalliset perhesuhteet (lapsuuden kotiin)	,474			,319
Terveys	,478	,383		
Raha		,412	,745	
Välttämätön toimeentulo		,571		
Mahdollisuus solmia uusia tuttavuuksia ja tavata ihmisiä				,587
Mahdollisuus harrastuksiin ja itsensä toteuttamiseen				,488
Pitkä elämä	,537			
Oman perheen perustaminen	,881			
Omat lapset	,869	-,340		
Vapaa-ajasta nauttiminen / täydellinen rentoutuminen				,376

Extraction Method: Maximum Likelihood.

a. 4 factors extracted. 10 iterations required.

Rotated Factor Matrix^a

	Factor			
	1	2	3	4
Suoriutuminen koulussa	,837			
Hyvä koulutus	,887			
Suoriutuminen työssä	,483			
Läheiset ja turvalliset ystävyysuhteet			,688	
Seurustelu, tyttö/poikaystävän kanssa asuminen		,437	,307	
Korkea elintaso				,519
Läheiset ja turvalliset perhesuhteet (lapsuuden kotiin)		,321	,442	
Terveys	,419		,416	
Raha				,905
Välttämätön toimeentulo	,472			,415
Mahdollisuus solmia uusia tuttavuuksia ja tavata ihmisiä			,656	
Mahdollisuus harrastuksiin ja itsensä toteuttamiseen			,544	
Pitkä elämä		,382		
Oman perheen perustaminen		,893		
Omat lapset		,930		
Vapaa-ajasta nauttiminen / täydellinen rentoutuminen			,458	,301

Extraction Method: Maximum Likelihood.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 5 iterations.

Liite 5: Neljä lisätaulukkoa

TAULUKKO 35. Tyttöjen ja poikien keskiarvot ja keskihajonnat ystävyys- ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta osoittavan yksinäisyyden osa-alueen joidenkin yksittäisten asioiden suhteen.

Yksinäisyyden ystävyys- ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta osoittavan osa-alueen yksittäisiä asioita	tytöt (n=81)		pojat (n=91)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
Jotkut kaverit ovat minulle läheisiä.	1,4	0,73	2,0	1,0	-5,0***
Jotkut koulutoverit todella ymmärtävät minua.	2,1	1,0	2,4	0,98	-2,2*
Joidenkin koulutovereiden kanssa voin jutella ihan kaikesta.	1,9	1,14	2,3	1,20	-2,7**
Joiltain koulutovereilta voin aina pyytää apua.	1,7	0,82	2,2	0,86	-3,7***

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

TAULUKKO 36. Maaseutukuntien nuorten ja kaupunkinuorten keskiarvot ja keskihajonnat ystävyys- ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta osoittavan yksinäisyyden osa-alueen joidenkin yksittäisten asioiden suhteen.

Yksinäisyyden ystävyys- ja henkisen yhteenkuuluvuuden puutetta osoittavan osa-alueen yksittäisiä asioita	maaseutukuntien nuoret (n=91)		kaupunkinuoret (n=81)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
Suhteeni koulutoverihini ovat pinnallisia.	2,6	1,0	3,1	0,74	3,4***
Joidenkin koulutovereiden kanssa voin jutella ihan kaikesta.	1,9	1,1	2,3	1,2	2,1*

	Espoo (n=81)	Piikkiö (n=45)	Sauvo (n=46)
1) Suhteeni koulutoverihini ovat pinnallisia. F-arvo 5,8 p-arvo 0,004	Espoo	-	1) ** 2) *
2) Joidenkin koulutovereiden kanssa voin jutella ihan kaikesta. F-arvo 2,9 p-arvo 0,059	Piikkiö	1) ** 2) *	1) ns 2) ns
	Sauvo	1) * 2) ns	1) ns 2) ns

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

TAULUKKO 37. Tyttöjen ja poikien keskiarvot ja keskihajonnat ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta osoittavassa yksinäisyyden osa-alueen joidenkin yksittäisten asioiden suhteen.

Yksinäisyyden ulkopuolisuuden ja yksin jäämisen tunnetta osoittavan osa-alueen yksittäisiä asioita	tytöt (n=81)		pojat (n=91)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
Tunnen itseni yksinäiseksi.	2,3	0,87	1,9	0,75	3,3***
Tunnen itseni hylätyksi.	1,8	0,86	1,5	0,66	3,2**
Tuntuu, että olen jäänyt muiden ulkopuolelle.	2,1	0,92	1,8	0,78	2,1*

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05

TAULUKKO 38. Maaseutukuntien nuorten ja kaupunkinuorten keskiarvot ja keskihajonnat vanhemmista johtuvan yksinäisyyden joidenkin yksittäisten asioiden suhteen.

Vanhemmista johtuvan yksinäisyyden yksittäisiä asioita	maaseutukuntien nuoret (n=81)		kaupunkinuoret (n=91)		t-arvo
	ka	kh	ka	kh	
Minun ei ole helppo olla kotona.	1,7	1,15	2,1	1,05	2,0*
Tulen hyvin toimeen vanhempieni kanssa.	1,9	0,88	2,2	0,83	2,3*

	Espoo (n=81)		Piikkiö (n=45)		Sauvo (n=46)	
1) Minun ei ole helppo olla kotona. F-arvo 3,3 p-arvo 0,04	Espoo	-	1) ns	2) **	1) *	2) ns
	Piikkiö	1) ns	2) **	-	1) ns	2) ns
2) Tulen hyvin toimeen vanhempieni kanssa. F-arvo 4,2 p-arvo 0,02	Sauvo	1) *	2) ns	1) ns	2) ns	-

ka=keskiarvo, kh=keskihajonta, tilastollinen merkitsevyys p-arvo ***<0,001 **<0,01, *<0,05, ns=ei tilastollista merkitsevyyttä

Liite 6: Korrelaatiomatriisi regressioanalyysiin

TAULUKKO 39. Yksinäisyyden osa-alueiden korrelaatiot tulevaisuusorientaation osa-alueisiin (n=172).

Tulevaisuusorientaation osa-alueet	Yksinäisyyden osa-alueet				
	globaalinen, yleinen yksinäisyys	ystävyyden ja henkisen yht.- kuuluv. puute	ulkopuolisuuden ja yksin jäämi- sen tunne	sosiaalisten suhteiden muodostam. vaikeus	vanhemmista johtuva yksinäisyys
kouluttautuminen ammattiin ja työnteko	-0,20**	-0,16*	-0,14	-0,22**	-0,16*
elämäkumppanin löytäminen ja perheen perustaminen	-0,32**	-0,32**	-0,20*	-0,25**	-0,27**
sosiaalisten suhteiden yllä- pitäminen ja itsensä tote- uttaminen	-0,35**	-0,34**	-0,16*	-0,35**	-0,28**
varallisuus	-0,12	-0,09	-0,14	-0,08	-0,15*
tulevaisuuteen kohdistuvat asenteet	-0,41**	-0,51**	-0,33**	-0,33**	-0,39**