

# Merkityksellisyyden kokemuksen yhteys nuorten oppimisiin taitoihin ja työnsaantiasenteisiin työuran alkupuolella

*Kati Kajastus*



**Nuoren hyvinvoinnin, kehityksen ja alkavan työelämän eräs perusta on merkityksellisyyden kokemus eli kokemus oman elämän arvokkuudesta. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää nuorten kokeman merkityksellisyyden yhteyttä työelämän kannalta olennaisiin taitoihin ja asenteisiin sekä arjen pääasialliseen toimintaan. Aineistona hyödynnettiin 15–29-vuotiaita nuoria koskevaa Nuorisobarometri 2017 -aineistoa (n=1820). Eksploratiivisen faktorianalyysin perusteella muodostettiin työnsaantiasennetta kuvaavat muuttujat, ja erilaisten tekijöiden yhteyttä merkityksellisyyden kokemukseen tarkasteltiin logistisen regressiomallin avulla. Heikoimmin merkityksellisyyden kokemus ilmeni niillä nuorilla, jotka eivät olleet koulutuksessa tai työssä (NEET-status). Omaan asenteeseen ja motivaatioon painottuva työnsaantiasenne lisäsi merkityksellisyyden kokemuksen mahdollisuutta, kun taas korostuneesti ulkoisiin tekijöihin painottuva työnsaantiasenne oli merkitsevästi yhteydessä heikompaan merkityksellisyyden kokemukseen. Nuorten oppimista taidoista vahva merkityksellisyyden kokemus oli yhteydessä 1) yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitoihin, 2) tavoitteellisen työskentelyn taitoihin ja 3) sosiaalisiin taitoihin. Niillä nuorilla, joilla oli vahvimmat digitaaliset taidot, merkityksellisyyden kokemus oli heikompi kuin muilla. Nämä tulokset tuovat tarpeellista tietoa sellaisten interventtioiden pohjaksi, joiden tavoitteena on vahvistaa nuorten merkityksellisyyden kokemusta esimerkiksi työelämätaitoja kehittämällä.**

Asiasanat: mielekkäisyys, nuoret, taitokasvatus, tarkoitusperäisyys, työura

**Y**ksi ihmiselämän ja hyvinvoinnin peruspilareista on, että elämä koetaan merkityksellisenä (Seligman 2018, 333). Merkityksellisyys voidaan määritellä eri tavoin, esimerkiksi globaalina kaikkea elämää koskevana merkityksellisyyttenä, tilannesidonnaisina merkityksinä, yleisenä elämänasenteena tai henkilökohtaisena merkityksenäntona eri asioille (Leventhal, Diefenbach & Leventhal 1992, 159; Park & Folkman 1997, 115). Keskeisiä ihmisen merkityksellisyteen liittyviä kysymyksiä ovat esimerkiksi: Kuka olen? Minne kuulun? Mitä voin tehdä löytääkseni onnellisuuden ja tyytyväisyyden? Miksi elämällä on väliä, vaikka siihen kuuluu kärsimystä ja se johtaa kuolemaan? Mitä minun tulisi tehdä elämälläni, jotta se olisi arvokas? (Wong 2010, 2.)

Ihmiselämässä merkityksellisuuden lähteenä on nähty useita eri tasojen tekijöitä, kuten esimerkiksi ihmissuhteet, henkilökohtainen kasvu, hedonismi ja uskonto (Reker & Wong 1988, 225). Näiden lisäksi osa tekijöistä voidaan nähdä olennaisesti myös työelämään liittyvinä, kuten esimerkiksi saavutukset, luovuus ja pyyteetön toisten palveleminen eli altruismi (Reker & Wong 1988, 225). Merkityksellisyys voidaan liittää juuri tiettyjen elämäntapahtumien tuottamaan kokemukseen tai kokonaisvaltaiseen elämän tarkoitukseen, joka itsessään tuo merkitystä elämän erilaisille osa-alueille (Takkinen 2000, 10; Wong 1989, 516). Eksistentiaalisesta näkökulmasta elämä on vailla valmiiksi annettua tarkoitusta, ja merkityksellisuuden kokemus kytkeytyy siten olennaisesti merkityksellisen elämän luomiseen itse (Sartre 1956, 566).

Tässä artikkelissa käsittelen nuorten kokemaa merkityksellisyttä subjektiivisena kokemuksena oman elämän arvokkuudesta. Pidän tässä Takkinen (2000, 15) määritelmää mukaillen merkityksellisyttä nuoren ihmisen henkilökohtaisena tulkintana siitä, kuinka merkityksellistä oma elämä on. Tähän liittyy

perustavanlaatuisesti sisältäkoettava tunne siitä, että asioilla on väliä, elämä on mielekästä ja omalla elämällä on arvo.

Merkityksellisuuden kokemuksella on voimakas yhteys psyykkiseen hyvinvointiin, muun muassa ilon ja mielenrauhan tunteisiin sekä toivon ja optimismiin kokemiseen (Debats, Drost & Hansen 1995, 359; Krause 2012, 427; Reker, Peacock & Wong 1987, 44; Zika & Chamberlain 1992, 139). Lisäksi merkityksellisuuden kokemus vaikuttaa olevan monella tavalla yhteydessä keskimääräistä parempaan fyysiseen terveyteen, muun muassa alempaan kuolleisuuteen, stressihormonien pienempään määrään ja matalampaan kardiovaskulaaristen sairauksien riskiin (Krause 2009, 517; Krause 2012, 423; Ryff 2012, 237).

Merkityksellisuuden kokeminen on keikeistä elämänsäkulun eri vaiheissa, ja nuoren ihmisen kokema elämän merkityksellisyys kytkeytyy keskeisesti sekä hyvinvointiin että kehitykseen (Krok 2018, 96). Suomalaisilla nuorilla ja nuorilla aikuisilla elämän merkityksellisyys on vahvasti yhteydessä koettuun elämänlaatuun (Vaarama ym. 2010, 133), ja nuoruusiässä merkityksellisuuden kokemus on tärkeä tekijä myös masennus- ja ahdistuneisuusoireiden välttämisen kannalta (Chen ym. 2021, 551). Se on nähty myös laajemmin suojaavana tekijänä suhteessa heikkoon psyykkiseen vointiin ja riskikäyttäytymiseen (Brassai, Piko & Steger 2011, 44).

Nuorilla on tutkimuksissa havaittu olevan selkeitä kokemuksia ja käsityksiä sekä elämän merkityksellisydestä että merkityksettömyydestä (Debats, Drost & Hansen 1995, 365). Nuorilla ja nuorilla aikuisilla elämän merkityksellisuuden kokemus vaikuttaa keskimäärin harvinaisemmalla kuin keski-ikäisillä ja iäkkäillä, mutta elämän merkityksen etsiminen puolestaan on nuorilla aktiivisempaa kuin vanhemmilla ikäryhmillä (Reker, Peacock & Wong 1987, 47; Steger, Oishi & Kashdan 2009, 49).

## Merkityksellisyys työelämän kannalta

Työelämän osalta on tutkittu sekä itse työn merkitystä että merkityksellisyyden kokemuksen yhteyttä työelämään. Elämän merkityksellisenä kokemisen on todettu olevan yhteydessä lukuisiin opiskelua ja työelämää edistäviin asioihin, muun muassa urakehitykseen, itsevarmuuteen, hallinnan kokemukseen, kykyyn sopeutua työelämän muutoksiin ja kiinnostuneisuuteen omasta urasta (Schultze & Miller 2004, 151; Yuen & Yau 2015, 147). Harrenin urapäätösten tekemisen mallissa tarkoituksellisuuden kokemus (*sense of purpose*) liittyy oman paikkansa löytämiseen työelämässä ja opiskelijuuden kehittymiseen suunnittelemalla sekä merkityksellisiä opintoja että muuten merkityksellistä elämää (Harren 1979, 126).

Nuorisobarometrin 2019 tulosten mukaan nuoret arvostavat huomattavan paljon sekä merkityksellistä elämää että omia arvoja vastaavaa työtä (Kilpi & Purokuru 2020, 204). Merkitykselliseen työhön nähdään usein liittyvän laajempi tarkoituksellisuuden kokemus (*broader purpose*), jonkin itseä suuremman hyvän palveleminen (Martela & Pessi 2018, 363). Tämä kokemus työelämässä voidaan myös nähdä kutsumukseen liittyvänä, sillä kutsumuksena voidaan pitää ammattia tai työtä, joka tuo henkilökohtaista tarkoituksellisuuden kokemusta ja jossa yleensä palvellaan joko toisia ihmisiä tai jotakin tärkeänä pidettyä tarkoitusta (Dik & Duffy 2009, 442). Kutsumuksen on opiskelijoilla todettu olevan yhteydessä kypsyyteen ja päättäväisyyteen uravalinnoissa sekä tyytyväisyyteen opinnoissa (Duffy, Allan & Dik 2011, 74; Duffy & Sedlacek 2007, 590). Kutsumuksellisen eli merkityksellisenä koetun työn tekeminen on puolestaan tutkitusti yhteydessä uraan sitoutumiseen, työtyytyväisyyteen sekä tyytyväisyyteen koko elämää kohtaan (Steger

ym. 2010, 92; Duffy ym. 2013, 49; Peterson ym. 2009, 162).

Keskeisesti merkityksellisyyttä käsittelee keskitysleireiltä selvinnyt Viktor Frankl (1946/1985; 2010), jonka näkemyksen mukaan ihminen pyrkii kohti elämän merkityksellisyyttä ja löytää merkityksellisyyden kokemuksen itsensä ulkopuolella olevista asioista suuntaamalla huomionsa toisaalle itsestään. Franklin (1946/1985) mukaan ihmisen on luotava itse elämänsä tarkoitus, ja merkityksellisyyden kokemus vahvistuu hänen mukaansa pääasiassa kolmea reittiä: 1) toiminnan kautta luomalla jotakin tai tekemällä jotain hyväksi katsomaansa, 2) kokemalla jotakin merkityksellistä esimerkiksi rakastamalla toista ihmistä tai läsnäolon kautta kauniin maiseman äärellä, 3) asennoitumalla kärsimykseen merkityksellisenä osana elämää. Työelämä ja luominen ovat näin ollen mahdollisuuksia vahvistaa merkityksellisyyttä siltä osin kuin ihminen antaa itsestään maailmalle ja toisille ihmisille (Cohen 2003, 200). Myös erilaisten taitojen voisi ajatella liittyvän merkityksellisyyden kokemukseen toiminnan ja tekemisen kautta. Tämän vuoksi työelämän tekemisillä ja käänteillä voidaan olettaa olevan merkitystä elämän laajemman tarkoituksellisuuden kannalta. Ihmisen kannattaa valita työelämässä tekemisiä, jotka mahdollistavat merkityksellisyyden kokemuksen (Cohen 2003, 201).

Myös onnellisuuden saavuttamiseen asennoitumisen on todettu olevan yhteydessä merkityksellisyyden läsnäoloon eri elämänvaiheissa. Stegerin ym. (2009) yhdysvaltalais tutkimuksessa tutkittiin vanhempien osallistujien lisäksi yli tuhatta 18–24-vuotiasta. Tulosten mukaan toimintakeskeinen omien kykyjen ja taitojen haastamiseen keskittyvä orientaatio on yhteydessä merkityksellisyyden kokemukseen selvästi vahvemmin kuin mielihyvää-orientaatio. Vahvimmin merkityksellisyyden kokemiseen on yhteydessä merkityksellinen orientaatio, jota kuvaa esimerkiksi väittämä

”Elämäni palvelee korkeampaa tarkoitusta”. (Steger, Oishi & Kashdan 2009, 46, 50.)

Niillä nuorilla, jotka eivät ole työssä tai koulutuksessa (NEET-status), on keskimääräistä enemmän mielenterveysoireilua, kuten mieliala- ja käyttäytymisongelmia (Gariépy ym. 2021, 1117). Yksi keskeinen NEET-statusen nuorilla havaittu narratiivi liittyy merkityksellisen toiminnan ideaaliin (Reiter & Schlimbach 2015, 142). Lisäksi NEET-statusen nuorten on havaittu antavan työlle ja tekemiselle ainakin kolmea erilaista merkitystä, joista yksi keskeinen liittyy riittävän mielekkään työn tekemiseen välttämättömien aineellisten tarpeiden täyttämisen sijaan (Parola & Felaco 2020, 11–12). On kuitenkin selvitetty vain vähän merkityksellisuuden kokemukseen yhteydessä olevia täsmällisiä tekijöitä sekä sitä, millä tavoin nuorten merkityksellisuuden kokemusta mielekkäästä tekemisestä on mahdollista vahvistaa. Myös nuorilla itsellään näyttää olevan hankaluuksia kuvailla, millaista merkityksellinen elämä palkkatyön ulkopuolella voisi olla (Ågren, Pietilä & Rättilä 2020, 171). Erityisesti nuorten osalta tarvitaan lisää tutkimusta siitä, mitkä asiat tukevat merkityksellisuuden kokemusta ja millaiset prosessit siihen voivat johtaa (Steger, Oishi & Kashdan 2009, 51).

Viitteitä siitä, että nuoren merkityksellisuuden kokemus on yhteydessä erilaisiin elämäntaitoihin, antoi Hong Kongissa asuvia nuoria koskeva laadullinen tutkimus (Yuen, Lee & Chung 2020, 14). Tutkimus ei kuitenkaan eritellyt taitoja tarkasti, vaan elämäntaidot kattoivat kaikki akateemiset, sosiaaliset, henkilökohtaiset ja urakehitystä koskevat taidot. Tutkimus esitteli ajatuksen, jonka mukaan esimerkiksi koulun puitteissa järjestetty ohjaus voisi vahvistaa nuorten merkityksellisuuden kokemusta, jos se keskittyisi merkityksellisuuden kannalta olennaisiin taitoihin. Tämän kaltaisten interventioiden toteuttamiseksi tarkempi tieto merkitykselli-

syyden yhteydestä erilaisiin taitoihin on välttämätöntä. Kiinnostavaa on, millaiset taidot ja tekemiset voivat auttaa tekemään elämästä merkityksellisen. Työuraansa aloittelevat tai pian aloittelevat nuoret ovat olennainen kohderyhmä siksikin, että nuoruusvuosina monenlaisten työelämään liittyvien taitojen karttuminen on nopeaa ja monipuolista.

Tässä artikkelissa käsittelen 15–29-vuotiaiden suomalaisten nuorten merkityksellisyyden kokemusta päivittäisissä tekemisissään. Tutkimuskysymykseni on: Kuinka vahvasti erilaiset työelämän kannalta olennaiset taidot ja asenteet sekä arjen pääasiallinen toiminta ovat yhteydessä nuorten merkityksellisyyden kokemukseen?

## Tutkimuksen aineisto

Tutkimuksen aineistona oli Nuorisobarometri 2017 -kyselyaineisto (Nuorisoasiain neuvotelukunta & Nuorisotutkimusseura 2018), jonka kohderyhmänä olivat 15–29-vuotiaat Manner-Suomessa asuvat henkilöt. Vuodesta 1994 alkaen vuosittain toteutettua Nuorisobarometriä julkaisevat valtion nuoriso-neuvosto, Nuorisotutkimusseura, Nuorisotutkimusverkosto ja opetus- ja kulttuuriministeriö. Nuorisobarometrin tavoitteena on kerätä tietoa nuorten omista kokemuksista, minkä lisäksi myös taustamuuttujien tiedot on kerätty nuorilta itseltään. Vuoden 2017 Nuorisobarometrin teema oli osaaminen ja koulutus. (Myllyniemi & Kiilakoski 2017, 11; Tuure ym. 2017.)

Tässä tutkimuksessa käytetty aineisto on kerätty puhelinhaastatteluina sukupuolen, iän ja äidinkielen huomioivan kiintiöpoiminnan mukaisesti. Satunnaisotannalla Väestörekisterikeskuksen rekisteristä koottuun perusotokseen valikoitui 6 152 nuorta, joista 1 902 haastateltiin. Haastateltujen osuus kaikista vuoden 2017 otokseen valikoituneista oli

siis 31 %, mikä on ollut Nuorisobarometrille tyypillinen taso viime vuosina. Strukturoitu lomake (Pekkarinen & Myllyniemi 2017, 191–201) sisälsi 47 kysymystä ja kysymyssarjaa, jotka käsittelivät muun muassa koulutusta, kokemuksia oppimisesta ja elämäntilannetta. (Myllyniemi & Kiilakoski 2017, 11.)

Tässä tutkimuksessa analyysieihin otettiin mukaan taustamuuttujiksi jatkuva ikämuuttuja sekä dikotominen sukupuolimuuttuja (ei muunsukupuolisia havaintoja). Lisäksi hyödynnettiin kysymystä ”Mikä on tällä hetkellä pääasiallinen toimintasi? Oletko...”, jossa vastausvaihtoehdot luokiteltiin luokkiin 1) ”NEET (ei työssä tai koulutuksessa), 2) ”Opiskelija”, 3) ”Palkkatyössä” tai 4) ”Muu”, joista viimeksi mainittuun sisältyivät yrittäjät, vanhempainvapaalla olevat, työharjoittelussa, työkokeilussa ja vastaavassa olevat sekä muut. Merkityksellisyyskokemuksen indikaattorina Nuorisobarometrissa oli väite ”Tunnen, että päivittäiset tekemiseni ovat merkityksellisiä”, johon vastausvaihtoehdot olivat 1 = ”Täysin eri mieltä”, 2 = ”Jokseenkin eri mieltä”, 3 = ”Jokseenkin samaa mieltä” ja 4 = ”Täysin samaa mieltä”. Täysin tai jokseenkin samaa mieltä olevat koodattiin dikotomisessa muuttujassa merkityksellisyyttä kokeviksi. Vastaavasti tulkittiin, että ne nuoret, jotka olivat täysin tai jokseenkin eri mieltä väitelmästä, eivät kokeneet merkityksellisyyttä.

## Menetelmät

Aineiston kaikissa analyysieissa käytettiin Nuorisobarometri 2017 -painomuuttujaa, joka korjaa väestösuhteita edustaviksi sukupuolen, iän ja suuralueen mukaan (Nuorisobarometri 2019, 4). Havainnot, joilla oli vähintään yksi puuttuva arvo tai yksi ”En osaa sanoa” -vastaus minkä tahansa analyysieissa käytetyn muuttujan kohdalla, jätettiin pois analyysieista. Yhteensä näitä pois jääneitä

havaintoja oli 82 kappaletta eli 4,3 % koko aineistosta. Näin ollen analysoitujen havaintojen määräksi jäi 1 820.

Opituista taidoista nuorilta kysyttiin 18 työelämään tarvittavaan taitoon liittyen: ”Kuinka paljon koet oppineesi peruskoulussa ja toisen asteen koulutuksessa (eli lukiossa tai ammattikoulussa) seuraavia asioita?” Kyseiset asiat olivat taulukossa 1 listatut taidot, kuten yleissivistys, kielitaito ja luovuus. Lisäksi jokaista 18 taitoa koskien kysyttiin: ”Entä kuinka paljon koet oppineesi koulun ulkopuolella (kuten kotona, vapaa-ajalla, harrastuksissa, työssä, vapaaehtoistyössä, nuorisotyössä, muitten nuorten kanssa, tekemällä oppien) seuraavia asioita?” Vastausvaihtoehdot molemmissa kysymyksissä olivat 1 = ”Ei lainkaan”, 2 = ”Jonkin verran”, 3 = ”Paljon”, 4 = ”Erittäin paljon”. Näiden kahden kysymyksen vastauksista laskettiin kullekin taidolle summamuuttuja, jonka vaihteluväli oli 2–8. Näiden 18 summamuuttujan arvoja pidettiin arvioina kunkin taidon oppimisen kokemuksesta. Kukin taito luokiteltiin poikkeuksellisen hyvin opituksi, jos summamuuttujan pistemäärä oli vähintään 7. Tämän kriteerin perusteella kullekin taidolle muodostettiin dikotominen indikaattori nuoren itse kokemasta korkeasta taitotasosta.

Tutkimuskysymyksiin vastaamiseksi tarvittiin työhön liittyvien asenteiden tarkastelua. Työnsaantiasenteen eri ulottuvuuksien arvioimiseksi ja tietojen tiivistämiseksi tarkasteltiin aihetta koskevia kysymyksiä eksploraatiivisen faktorianalyysin avulla (ks. esim. Vehkalahti 2008, 93–105). Työnsaantiin liittyvää asennetta selvitettiin Nuorisobarometrissa kysymyksellä ”Kuinka paljon uskot seuraavilla asioilla olevan vaikutusta työnsaantiin?” (1 = ”Ei lainkaan”, 2 = ”Jonkin verran”, 3 = ”Paljon”, 4 = ”Erittäin paljon”). Kysymys esitettiin 11:n eri tekijän osalta, jotka on esitetty taulukossa 2. Kysymysten tulkittiin olevan välimatka-asteikollisia. Kaksi muuttujista oli

jonkin verran vinosti jakautuneita, mutta kaikki 11 muuttujaa päätettiin hyväksyä mukaan faktorianalyysiin. Muuttujille tehtiin faktorianalyysi suurimman uskottavuuden menetelmällä, ja tulos rotatoitiin Varimax-rotatiolla.

Merkityksellisuuden kokemuksen yhteyttä erilaisiin työelämään ja taitoihin liittyviin asioihin analysoitiin logistisella regressio-analyysillä (ks. esim. Vehkalahti & Everitt 2019, 123–146). Selitettävänä dikotomisena muuttujana oli merkityksellisuuden kokemus arjen tekemisissä. Selittäjinä käytettiin sukupuolta, ikää, pääasiallista toimintaa, kolmea työnsaantiasenteeseen liittyvää muuttujaa sekä 18:aa taitoihin liittyvää muuttujaa.

Mallissa tarkasteltiin selittäjien vetosuhdetta (engl. *odds ratio*, OR), joka kertoi, kuinka vahvasti tietty tekijä oli aineistossa yhteydessä merkityksellisuuden kokemukseen. *Odds*-sanalle suositeltu käänös on ”veto” (Rita & Töttö & Alatalo 2008, 72), tässä tapauksessa veto kokea merkityksellisyttä. Vetosuhteen avulla kuvataan, kuinka paljon kaksi suhteellista osuutta tai todennäköisyyttä poikkeavat aineistossa toisistaan (Rita, Töttö & Alatalo 2008, 75), tässä tapauksessa siis merkityksellisyttä kokevien suhteelliset osuudet jonkin taustatekijän (esim. sukupuoli) perusteella valituissa ryhmissä. Vetosuhte tässä aineistossa siis kuvasi, kuinka kaukana kahden eri ryhmän (esim. naiset verrattuna miehiin) todennäköisyydet merkityksellisuuden kokemukseksi olivat toisistaan, eli moninkokertainen veto kokea merkityksellisyttä miehillä oli naisiin verrattuna (ks. esim. Rita 2004, 208). Vetosuhteiden luottamusvälit laskettiin 95 %:n luottamustasolla. Mallin sopivuutta tutkittiin mallin epäsopevuudesta kertovan Hosmer–Lemeshow-testin ja mallin selitysasetta arvioivan Nagelkerke- $R^2$ :n avulla. Analyysit toteutettiin tilasto-ohjelmistoilla R 4.0.2 ja IBM SPSS Statistics 27.

## Tulokset

Aineistossa oli 894 naista ja 926 miestä, joiden iän vaihteluväli oli 15–29 vuotta (keskiarvo 22,3 ja keskihajonta 4,3). Nuorista 18,9 % oli täysin tai jokseenkin eri mieltä merkityksellisuuden kokemuksestaan koskevan väittämän kanssa: 3,2 % täysin eri mieltä ja 15,7 % jokseenkin eri mieltä. Kyseinen osa nuorista (yhteensä 18,9 %) ei siis kokenut merkityksellisyttä päivittäisissä tekemisissään. Nuorista 31,3 % oli täysin samaa mieltä ja 49,8 % jonkin verran samaa mieltä väittämän kanssa, ja yhteensä 81,1 % nuorista siis koki merkityksellisyttä päivittäisissä tekemisissään. Tutkituista nuorista yli puolet oli palkkatyössä (51,8 %), kun taas opiskelijoita oli kolmannes (33,7 %) ja työn ja koulutuksen ulkopuolella (NEET) 6,5 %. Yleisimmin poikkeuksellisen hyvin oppimukseen taidoksi nuoret arvioivat sosiaaliset taidot (49,1 % nuorista) ja vähiten yleisesti yhteiskunnallisen vaikuttamisen taidot (5,7 % nuorista). Merkityksellisyttä kokevien nuorten osuudet luokittelutason taustamuuttujien mukaan on esitetty taulukossa 1.

Nuorilla ilmeni kolmea erilaista työnsaantiasennetta (Taulukko 2). Eksploratiivisen faktorianalyysin perusteella kolmen faktorin mallissa rotatoidut faktorit selittivät  $14,0 + 11,8 + 9,9 = 35,7$  % muuttujien vaihtelusta. Faktorien lukumääräksi kolme oli sopivin sekä ominaisarvokriteerin (ominaisarvo vähintään 1) että scree plot -analyysin perusteella. Myös tulkinnallisesti kolmen faktorin ratkaisu oli selvästi toimivin, sillä alkuperäiset muuttujat kuvasivat kolmea eri asiaa: oman asennoitumisen, ulkoisten tekijöiden ja opittujen taitojen osuutta työnsaannissa. Muuttujista faktorille 1 (Oma asennoituminen) latautuivat vahvimmin muun muassa sitkeyteen ja motivaatioon liittyvät muuttujat. Faktorille 2 (Ulkoiset tekijät) latautuivat vahvimmin esimerkiksi sattumaan, perhetaustaan sekä

## ARTIKKELIT

suhteisiin liittyvät muuttujat ja faktorille 3 (Taidot) koulutus, työkokemus sekä ammattitaito. Faktoripistemuuuttujien keskiarvot olivat 0,00 ja keskihajonnat Omalle asennoitumiselle 0,86, Ulkoisille tekijöille 0,81 ja Taidoille 0,76. Kolme faktoripistemuuuttujaa valittiin erityyppisten työnsaantiasenteiden indi-

kaattoreiksi siten, että 90. persentiili erotteli tietynlaista asennetta voimakkaasti kokevat henkilöt. Oman asennoitumisen painotuksessa 90. persentiilin raja oli 0,89, Ulkoisten tekijöiden 1,08 ja Taitojen 1,00.

Taulukossa 3 on esitetty logistisessa regressiossa kunkin selittäjän vetosuhte (OR) 95 %:n

Taulukko 1. Merkityksellisyttä kokevien nuorten osuudet malliin valittujen selittäjien luokissa.

	Merkityksellisyttä kokevat*		Yhteensä	Osuus koko aineistosta
	n	%		
Muuttuja	n	%	n	%
<b>Sukupuoli</b>				
Nainen	740	82,8	894	49,1
Mies	736	79,5	926	50,9
<b>Pääasiallinen tekeminen</b>				
NEET (ei koulutuksessa tai työssä)	64	53,4	119	6,5
Opiskelija	531	86,5	614	33,7
Palkkatyössä	765	81,1	943	51,8
Muu**	117	81,1	144	7,9
<b>Työnsaantiasenteen painotus (90. persentiili)</b>				
Oma asennoituminen	160	88,7	180	9,9
Ulkoiset tekijät	135	74,5	182	10,0
Taidot	149	81,8	183	10,0
<b>Erittäin paljon opittua (väh. 7 pistettä)</b>				
Yleissivistys	471	84,1	559	30,7
Kielitaito	463	82,1	564	31,0
Luovuus	211	83,4	252	13,9
Kansainvälisyys	210	84,7	249	13,7
Suvaitsevaisuus	365	85,3	428	23,5
Kyky tavoitteelliseen työskentelyyn	324	88,8	365	20,0
Päätöksentekokyky	307	86,5	355	19,5
Keskittymiskyky	238	88,5	268	14,7
Sosiaaliset taidot	764	85,5	894	49,1
Mediataidot	202	80,5	251	13,8
Taloustiedot ja -taidot	98	88,3	111	6,1
Yhteiskunnallisen vaikuttamisen taidot	96	92,3	104	5,7
Lähiympäristöön vaikuttamisen taidot	92	86,0	107	5,9
Ympäristötietoisuus	207	81,8	253	13,9
Kriittinen ajattelu	350	84,8	413	22,7
Opiskelutaidot (eli oppimaan oppiminen)	176	85,9	204	11,3
Ongelmanratkaisukyky	402	85,3	470	25,8
Tietotekniikka- ja digitaaliset taidot	234	76,7	305	16,8

\*Väite: "Tunnen, että päivittäiset tekemiseni ovat merkityksellisiä."

\*\*Sisältää: yrittäjä, vanhempainvapaa, työpaja, työharjoittelu tms. tai muu.

Lähde aineistolle: Nuorisosaian neuvottelukunta (Nuora) & Nuorisotutkimusseura (2019) Nuorisobarometri 2017 [sähköinen tietoaineisto].

luottamusvälillä. Sukupuoli ja ikä eivät olleet yhteydessä merkityksellisyden kokemukseen. Nuorten ryhmiä, joilla oli erilaista pääasiallista toimintaa, verrattiin kutakin NEET-statusen nuoriin. NEET-statusen nuoriin verrattuna opiskelijoiden veto kokea merkityksellisyttä oli noin kuusinkertainen ja palkkatyössä olevien nuorten noin nelinkertainen. Muista muuttujista merkityksellisyden kokemukseen olivat yhteydessä sekä tietyt asennetekijät että tietyt opitut taidot. Niiden nuorten, joilla oli omaan asennoitumiseen ja motivaatioon painottuva työnsaantiasenne, veto kokea merkityksellisyttä oli noin kaksinkertainen muihin verrattuna. Toisaalta korostuneesti ulkoisiin tekijöihin painottuva työnsaantiasenne oli merkitsevästi yhteydessä heikompaan merkityksellisyden kokemukseen (vain 0,60-kertainen veto kokea merkityksellisyttä niihin nuoriin verrattuna, joilla ulkoisiin tekijöihin painottuva työnsaantiasenne ei ollut korostunut).

Opituista taidoista neljä oli yhteydessä merkityksellisyden kokemukseen, kolme positiivisella tavalla ja yksi negatiivisella. Niillä nuorilla, jotka kokivat oppineensa poikkeuksellisen hyvin tavoitteellisen työskentelyn taidon, veto kokea merkityksellisyttä oli 1,54-kertainen verrattuna niihin nuoriin, joilla tavoitteellisen työskentelyn taidon kokemus ei ollut yhtä vahva. Niillä nuorilla, jotka kokivat oppineensa poikkeuksellisen hyvin sosiaaliset taidot, veto kokea merkityksellisyttä oli 1,41-kertainen muihin verrattuna ja niillä, jotka kokivat oppineensa poikkeuksellisen hyvin yhteiskunnallisen vaikuttamisen taidot, 2,93-kertainen. Niillä nuorilla, jotka kokivat oppineensa tietotekniikka- ja digitaaliset taidot poikkeuksellisen hyvin, merkityksellisyden kokemuksen mahdollisuus oli puolestaan keskimääräistä heikompi (veto kokea merkityksellisyttä 0,62-kertainen muihin verrattuna).

Taulukko 2. Varimax-rotatoitu kolmen faktorin ratkaisu työnsaantiin vaikuttavina koetuista asioista.

Osio*	F1 Asenne	F2 Ulkoiset tekijät	F3 Taidot	Kommunaliteetti
Lahjakuus	<b>0,31</b>	0,14	0,26	0,18
Sitkeys	<b>0,47</b>	0,11	0,18	0,27
Motivaatio	0,75	-0,06	0,15	0,59
Asenne	<b>0,75</b>	-0,04	0,11	0,58
Sattuma	0,00	<b>0,47</b>	0,04	0,23
Perhetausta	0,01	<b>0,60</b>	-0,02	0,36
Asuinpaikka	0,00	<b>0,53</b>	0,07	0,28
Suhteet	0,11	<b>0,60</b>	0,14	0,40
Koulutus	0,12	0,02	<b>0,44</b>	0,21
Työkokemus	0,09	0,19	<b>0,62</b>	0,42
Ammattitaito	0,24	-0,03	<b>0,59</b>	0,40
Ominaisarvo	1,54	1,30	1,09	
Selitysosuus	14,03 %	11,81 %	9,87 %	

\*Kysymys: "Kuinka paljon uskot seuraavilla asioilla olevan vaikutusta työnsaantiin?" (1 = "Ei lainkaan", 2 = "Jonkin verran", 3 = "Paljon", 4 = "Erittäin paljon")

Lähde aineistolle: Nuorisosiain neuvottelukunta (Nuora) & Nuorisotutkimusseura (2019) Nuorisobarometri 2017 [sähköinen tietoaaineisto].



Merkityksellisyyden kokemusta selittävässä logistisessa regressiomallissa Hosmer–Lemeshow-testin  $p$ -arvo oli 0,12 ja selitystasetta arvioiva Nagerkerke- $R^2$  0,11. Lopullinen malli erosi merkittävästi pelkän vakion sisältävästä mallista  $\chi^2(26; N=1820)=137,12; p<0,001$ . Näiden arvojen perusteella mallin tulkittiin sopivan aineistoon suhteellisen hyvin.

## Merkityksellisyyden kokemus suhteessa taitoihin ja asenteisiin

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää nuorten ja nuorten aikuisten kokemuksen merkityksellisyyden yhteyttä työelämän kannalta olennaisiin taitoihin ja asenteisiin sekä arjen pääasialliseen toimintaan. Keskeistä

Taulukko 3. Merkityksellisyyden kokemusta selittävät tekijät logistisessa regressiomallissa.

	OR	95 % luottamusväli
Sukupuoli: Nainen		
Mies	0,90	0,70 ; 1,16
Ikä	1,01	0,98 ; 1,05
<b>Pääasiallinen tekeminen: NEET (ei koulutuksessa tai työssä)</b>		
Opiskelija	<b>5,89</b>	3,75 ; 9,28
Palkkatyössä	<b>4,32</b>	2,79 ; 6,67
Muu*	<b>3,99</b>	2,24 ; 7,10
<b>Työnsaantiasenne</b>		
Omaan asennoitumiseen painottuva	<b>1,99</b>	1,20 ; 3,28
Ulkoisiin tekijöihin painottuva	<b>0,60</b>	0,41 ; 0,88
Taitoihin painottuva	0,97	0,63 ; 1,48
<b>Erittäin paljon opitut taidot</b>		
Yleissivistys	1,13	0,83 ; 1,53
Kielitaito	0,91	0,68 ; 1,22
Luovuus	0,91	0,60 ; 1,37
Kansainvälisyys	1,01	0,66 ; 1,53
Suvaitsevaisuus	1,08	0,76 ; 1,54
Kyky tavoitteelliseen työskentelyyn	<b>1,54</b>	1,04 ; 2,29
Päätöksentekokyky	1,11	0,75 ; 1,64
Keskittymiskyky	1,52	0,97 ; 2,40
Sosiaaliset taidot	<b>1,41</b>	1,08 ; 1,85
Mediataidot	0,90	0,60 ; 1,37
Taloustiedot ja -taidot	1,54	0,80 ; 2,99
Yhteiskunnallisen vaikuttamisen taidot	<b>2,93</b>	1,29 ; 6,67
Lähiympäristöön vaikuttamisen taidot	1,00	0,52 ; 1,93
Ympäristötietoisuus	0,72	0,48 ; 1,08
Kriittinen ajattelu	1,04	0,73 ; 1,47
Opiskelutaidot	1,01	0,63 ; 1,62
Ongelmanratkaisukyky	1,29	0,91 ; 1,82
Tietotekniikka- ja digitaaliset taidot	<b>0,62</b>	0,43 ; 0,88
Nagelkerke- $R^2$		
	0,11	

OR = vetosuhte. Tilastollisesti merkitsevät vetosuhteet on lihavoitu. \*Sisältää: yrittäjä, vanhempainvapaa, työpaja, työharjoittelu tms. tai muu.

Lähde aineistolle: Nuorisosaian neuvottelukunta (Nuora) & Nuorisotutkimusseura (2019) Nuorisobarometri 2017 [sähköinen tietoaineisto].

merkityksellisyiden kokemuksessa on, mikä tekee elämästä elämisen arvoista kenellekin. Tutkimuksessa selvisi, että nuorten merkityksellisyiden kokemus on yhteydessä sekä pääasialliseen toimintaan, työnsaantiasenteisiin että tiettyihin opittuihin taitoihin.

Tutkimus vahvisti aiempaa käsitystä siitä, että merkityksellisyiden kokemuksella on keskeinen yhteys työelämään ja työuraan liittyviin seikkoihin (mm. Harren 1979, 126). Työ, tuoteliaisuus ja vapaa-ajan aktiviteetit on monissa luokitteluisissa listattu keskeisiksi merkityksellisyiden kokemuksen lähteiksi. Sama koskee sosiaalisia suhteita ja yhteisöllistä vaikuttamista (mm. Westerhof, Bohlmeijer & Valenkamp 2004, 752), mitä myös tämän tutkimuksen tulokset tukevat. Tulosten perusteella nuorten ihmisten merkityksellisyiden kokemuksella oli vahva positiivinen yhteys työhön ja opiskeluun pääasiallisena toimintana sekä sellaiseen työnsaantiasenteeseen, joka painottaa omaa motivaatiota ja asennoitumista työn saamisessa. Sen sijaan niillä nuorilla, joilla oli ulkoisia tekijöitä painottava työnsaantiasenne, veto kokea merkityksellisyttä oli keskimääräistä selvästi heikompi. Nuorten oppimista taidoista vahva merkityksellisyiden kokemus oli yhteydessä 1) yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitoihin, 2) tavoitteellisen työskentelyn taitoihin ja 3) sosiaalisiin taitoihin. Lisäksi niillä nuorilla, joilla oli vahvimmat digitaaliset taidot, veto kokea merkityksellisyttä oli heikompa kuin muilla nuorilla.

Kaiken kaikkiaan tämän tutkimuksen tulokset tukevat aiempaa ihmiselämän merkityksellisyiden lähteitä koskevaa tutkimusta, mutta joitakin aiempia löydöksiä erityisen paljon. Tulosten voidaan nähdä myötäilevän Viktor Franklin (1946/1985) ajatusta merkityksellisyiden kokemuksen saavuttamisen väylistä, sillä toiminnan ja itse hyväksi katsomiensa asioiden tekemisen yhteys merkityksellisyteen painottuu myös Franklin näkemyksissä. Ihmisen kokemukseen

merkityksellisydestä kytkeytyy olennaisesti kokemus siitä, että on itse eksistentiaalisella tasolla tärkeä. Tätä kokemusta haetaan usein jonkinlaisen toiminnan kautta (Pines 2002, 103). Nuori saattaa kokea ilmentävänsä itseään voimakkaasti oman ammatillisuutensa kautta, ja moni kokee toteuttavansa itseään parhaiten työelämässä (Kuurila 2014, 67). Tätä tukee havainto siitä, että palkkatyötä pääasiallisena toimintana pitävillä nuorilla veto kokea merkityksellisenä näyttäytyi aineistossa yli nelinkertaisena NEET-statuksen nuoriin verrattuna. Opiskelevilla nuorilla veto kokea merkityksellisyttä oli lähes kuusinkertainen NEET-statuksen nuoriin verrattuna. Vahva yhteys voi liittyä myös siihen, että nuoruusvuosien yleinen toimintaympäristö on opiskelun parissa. Toisaalta voidaan ajatella opiskelun tärkeyden liittyvän myös taitojen karttumisen mahdollistumiseen. Tämän tutkimuksen perusteella juuri tiettyjen taitojen karttuminen on keskeistä merkityksellisyiden kokemisen kannalta.

Omien kykyjen ja taitojen haastamisella on todettu olevan ainakin jonkin verran vahva positiivinen yhteys merkityksellisyiden kokemukseen (Steger, Oishi & Kashdan 2009, 50). Sekä taidot että merkityksellisyiden kokemus on myös nähty nuorten työkyvyn kannalta olennaisiksi asioiksi (Boström ym. 2016, 629). Näin ollen asioiden taitamisen voi ajatella olevan yhteydessä merkityksellisyteen, mutta aiempia tutkimuksia tarkasti määritellyistä erilaisista taidoista ei ollut löydettävissä. Tässä tutkimuksessa merkitsevinä näyttäytyneitä yhteiskunnallisen vaikuttamisen ja sosiaalisten sekä tavoitteellisen työskentelyn taitoja voidaan kuitenkin tarkastella suhteessa aiempaan tutkimukseen yleisemmistä elämän merkityksellisyiden lähteistä.

Viktor Frankl (1946/1985; 2010) keskittyy yhtenä olennaisena tekijänä kokemuksellisuuden kautta syntyvään merkityksellisyteen. Tämä kytkeytyy sosiaalisiin taitoihin,

kun syvänä kokemuksena voidaan ajatella toisen ihmisen rakastaminen ja läsnäolo toisen seurassa. Tämän tutkimuksen nuorten joukossa karttuneet sosiaaliset taidot saattavat viitata siihen, että läheisiä ihmissuhteita on ylipäänsä nuoren elämässä olemassa, millä on aiempienkin tutkimusten mukaan keskeinen yhteys koettuun merkityksellisyteen (Hicks & King 2009, 471; Krause 2012, 417; Lambert ym. 2010, 367; Lambert ym. 2013, 1419).

Tavoitteellisen työskentelyn taidon yhteys merkityksellisyteen viittaa puolestaan siihen, että jos ihmisellä on päämääriä, hän kokee elämänsä merkityksellisenä. Kyseinen taito myös vaikuttaa ajankäyttöön ja johtaa todennäköisesti saavutettuihin päämääriin. Saavutukset ja suoritukset on aiemmissa tutkimuksissa nähty yhdeksi merkityksellisyden kokemuksen lähteeksi (Wong 2012, 18). Termin ”henkilökohtainen merkitys” on myös ajateltu osittain viittavan nimenomaan henkilön oman elämän tavoitteisiin ja motiiveihin, minkä vuoksi realistisen tavoitteellisuuden vaaliminen on olennaista merkityksellisyden motivationaalisen komponentin kannalta (Westerhof, Bohlmeijer & Valenkamp 2004, 752). Myös nuoren ihmisen autonomian saavuttaminen edellyttää oman elämän ohjaamisen vapaaehtoista kokemusta (Tähkä 2001, 32), jolloin voidaan ajatella tavoitteellisen työskentelyn taidon olevan yhteydessä merkityksellisyden kokemukseen mahdollisesti myös autonomiaan liittyvien medioivien ja moderovien tekijöiden kautta.

Osittain samoista ilmiöistä voi olla kyse siinä, että tutkimusaineistossa ulkoisiin tekijöihin painottuva työnsaantiasenne oli yhteydessä heikompaan merkityksellisyteen ja omaan asennoitumiseen painottuva työnsaantiasenne vahvempaan merkityksellisyteen. Heiveröinen kokemus omasta toimijuudesta ja itsen ulkopuolella oleva hallintakäsitys (engl. *locus of control*) eli kontrollin kokemi-

nen itsen ulkopuolella olevana ovat tutkitusti yhteydessä monenlaiseseen psyykkiseen oireiluun (Cheng ym. 2013, 152). Työntekijän kokemuksen omista valinnanmahdollisuuksista ja autonomian tarpeen täyttymisen arvellaan yleisemmin myös johtavan sisäiseen motivaatioon ja hyvinvointiin (Ryan & Deci 2000, 75). Mitä vahvemmin työn saamiseen suhtautuu ulkoisten tekijöiden sanelemana kohtalona, sitä heikompa voi ajatella olevan motivaation ja tämän tutkimuksen tulosten mukaisesti myös elämän merkityksellisyden kokemuksen.

Tässä tutkimuksessa merkittävä tulos oli, että taidoista kaikkein vahvimmin nuorten merkityksellisyteen olivat yhteydessä yhteiskunnallisen vaikuttamisen taidot. Niillä nuorilla, jotka kokivat oppineensa erityisen paljon yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitoja, veto kokea merkityksellisyttä oli lähes kolminkertainen niihin nuoriin verrattuna, joilla vastaavaa kokemusta yhteiskunnallisen vaikuttamisen taidoista ei ollut. Tämä tukee vahvasti Viktor Franklin (1946/1985; 2010) käsitystä siitä, että merkityksellisyden eräs ydinelementti on itsen ulkopuolelle suuntautuva toiminta ja huomion suuntaaminen itseään suurempiin asioihin. Myös myöhemmät merkityksellisyden lähteiden luokitukset ovat nostaneet esiin yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen liittyviä seikkoja. Näistä kannattaa huomioida ainakin altruismi, sosiaalinen ja poliittinen aktivismi, vapaaehtoistyö ja yhteisölliseen toimintaan osallistuminen sekä kestävät arvot ja ideaalit (McDonald, Wong & Gingras 2012, 359; Peterson & Park 2012, 292). Mitä tulee auttamisammatteihin opiskelamiseen, elämän merkityksellisyden kokemus vaikuttaa suomalaisilla opiskelijoilla olevan sitä vahvempi, mitä konkreettisempaa koulutus on, ainakin vertailtaessa psykologian, sosiaalityön, sairaanhoidon ja pelastusalan opiskelijoita (Lindeman & Verkasalo 1996, 648). Siten konkreettinen auttamistavoite elä-

mässä saattaa vahvistaa tarkoituksellisuuden kokemusta, mikä on linjassa sekä yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitojen että tavoitteellisen työskentelyn taitojen tärkeyden kanssa. Kumpikin näistä viittaa itsen ulkopuolella oleviin päämääriin.

On huomionarvoista, että suomalaisilla nuorilla nimenomaan yhteiskunnallisen vaikuttamisen taidot vaikuttivat liittyvän näin vahvasti merkityksellisyuden kokemukseen, kun vastaavaa kytköstä ei löytynyt esimerkiksi yleissivistyksen, luovuuden, kansainvälisyyden tai kriittisen ajattelun taitojen kanssa. Digi- ja tietotekniikkataitojen negatiivinen yhteys merkityksellisyyteen puolestaan antoi viitteitä siitä, että tutkimuksen nuorista niillä, joilla oli kaikkein vahvin kokemus taidosta näissä asioissa, veto kokea merkityksellisyyttä oli huomattavasti pienempi (0,62-kertainen) verrattuna niihin nuoriin, joilla ei ollut poikkeuksellisen vahvaa kokemusta digi- ja tietotekniikkataidoista. Sinänsä vaikuttaa epätodennäköiseltä, että itse taito pienentäisi merkityksellisyuden kokemusta, koska intuitiivisesti ajateltuna karttunut taito voi tuoda merkityksellisyyttä mutta tuskin viedä sitä. Voisi arvella, että medioivana tai moderoina tekijänä tässä toimisi esimerkiksi ajankäyttö: ne, joilla on erityisen hyvät digi- ja tietotekniikkataidot, saattavat viettää keskimääräistä enemmän aikaa digimaailman parissa, mitä he eivät kuitenkaan välttämättä koe merkitykselliseksi tekemiseksi. Toisaalta voisi olla myös toisinpäin: merkityksettömyyden kokemus voisi ajaa nuoren tai nuoren aikuisen viettämään paljon aikaa digimaailmassa, minkä myötä taidot kehittyvät. Mahdollisia ovat myös monet muunlaiset kytkökset. On kuitenkin kyse olennaisesta tuloksesta, sillä elämme yhä digikeskeisemmässä maailmassa. Jos mahdollisesti on viitteitä digikeskeisyyden yhteydestä ihmiselämän kokemiseen merkityksettömänä, asiaa olisi tärkeää tutkia tarkemmin.

## Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet

Nuorten merkityksellisyuden kokemusta tukevia tekijöitä on tutkittu vähän. Nuorisobarometri tarjoaa monipuolisesti tietoa nuorten elämän eri osa-alueilta sekä riittävän kokoisen tutkittujen joukon yhteyksien selvittämiseksi. Sen vuoksi tässä tutkimuksessa saatiin eriteltyä melko tarkasti nuorten taitoja ja asennetekijöitä, jotka ovat yhteydessä merkityksellisyuden kokemukseen. Koko elämän merkityksellisyuden ja työelämään liittyvien tekijöiden välisten yhteyksien selvittäminen voi auttaa hahmottamaan, millaisilla asioilla nuoren työuran alkupuolella voi olla kauaskantoisesti arvoa koko elämän merkityksellisyuden kannalta. Merkityksellisyuden kokemus on keskeinen asia työelämässä pysymisen kannalta, koska niin nuori kuin aikuinen tarvitsee merkityksellisyuden kokemusta jaksakseen.

Tutkimuksen eräänä puutteena oli matala vastausprosentti (31 %), joka on ollut Nuorisobarometrille tyypillinen (Myllyniemi & Kiilakoski 2017, 11). Toisaalta tästä huolimatta painomuuttujalla korjattua aineistoa on pidetty edustavana (Nuorisobarometri 2019, 4). Merkityksellisyuden kokemuksen indikaattorina tutkimuksessa oli vain yksi väite, joka koski päivittäisten tekemisten merkityksellisyyttä, eikä tutkimuksessa ollut mahdollista hyödyntää tarkoitukseen kehitettyjä laajempia mittareita. Voisi ajatella, että nuori saattaa kokea laajempaa koko elämää koskevaa tarkoituksellisuutta esimerkiksi hengellisestä näkökulmasta, vaikka ei pitäisikään omia päivittäisiä tekemisiään merkityksellisinä.

Kaikki käsitelty tieto oli nuorten itse raportoimaa, kuten käsitys omista opituista taidoista. Itseraportointiin perustuvissa haastatteluisissa on aina mahdollista saada joko tahattomasti tai tahallisesti vääriä vastauksia. Syitä tähän voivat olla nuorilla esimerkiksi

sosiaalisesti suotavalla tavalla vastaaminen, toive olla johdonmukainen vastauksissaan, taipumus vastata joko myönteisesti tai kielteisesti sekä vastaajan mieliala (Podsakoff ym. 2003). Sama tiedonkeruumenetelmä kaikissa kerätyissä tiedoissa saattaa myös vaikuttaa systemaattisesti siten, että mittareissa on harhaa (engl. *common method bias*; mm. Podsakoff ym. 2003). Toisaalta itseraportoinnin avulla saadaan selkeämpi käsitys nuorten subjektiivisista kokemuksista, jotka ovat tärkeitä itsessään. Jatkotutkimuksissa olisi kiinnostavaa kerätä sekä objektiivisemmin arvioitua tietoa nuorten erilaisista taidoista ja arjen käytännöistä että nuorten merkityksellisyyskokemuksen arvioita laajempien mittarien avulla, kuten joissakin tutkimuksissa käytettyjen 20-kohtaisen *The Purpose in Life (PIL)*-, 28-kohtaisen *The Life Regard Index (LRI)*- tai 57-kohtaisen *The Personal Meaning Profile*-mittareiden avulla (McDonald, Wong & Gingras 2012, 359–360).

Syy-seuraussuhteita ei ollut tämän poikakileikkausaineiston perusteella mahdollista selvittää. Voi siis olla, että joko tietyt asenteet ja taidot johtavat merkityksellisyyskokemukseen tai että elämän kokeminen yleisesti merkityksellisenä auttaa omaksumaan tietynlaisia asenteita ja kenties tuo intoa nähdä vaivaa omien taitojen kartuttamiseksi. Myös mahdolliset moderoivat ja medioivat tekijät merkityksellisyyskokemuksen ja muiden seikkojen välisten yhteyksien osalta ovat varsin kiinnostavia tulevien tutkimusten kannalta. Tietty omaksuttu taito ei todennäköisesti johda suoraan merkityksellisyyskokemukseen, vaan merkityksellisyyskokemus voi olla yhteydessä esimerkiksi ajankäyttöön tai taidon tuomaan itsevarmuuteen. Toisaalta tiettyjä taitoja tarvitaan tietynlaisen ajankäytön mahdollistamiseksi, esimerkiksi digitaalisia taitoja ajan viettämiseksi tietotekniikan parissa ja sosiaalisia taitoja ajan viettämiseksi ihmisten parissa.

## Merkityksellisyyskokemusta kannattaa tukea

Voisiko nuorten ja nuorten aikuisten merkityksellisyyskokemus lisääntyä tietynlaisia taitoja kehittämällä ja työelämäasenteita muokkaamalla? Osa nuorten taidoista ja asenteista oli tässä tutkimuksessa yhteydessä koettuun elämän merkityksellisyteen. Mikäli tämä viittaa siihen, että merkityksellisyyskokeminen edellyttää nuorilta tiettyjä taitoja, näiden taitojen kehittämistä on tärkeää tukea. Nuorina ikävuosina merkityksellisyys etsintä ja tavoittelemineen on voimakkaimmillaan, mikä on joskus yhteydessä myös heikompaan hyvinvointiin (Reker, Peacock & Wong 1987, 47; Steger, Oishi & Kashdan 2009, 43).

Chen ym. (2021, 545) ehdottavat tuoreessa artikkelissaan elämän merkityksellisyyskokemusta vahvistamiseen tähtäävää harjoittelua keinoksi vähentää nuorten masennus- ja ahdistuneisuusoireita. Ajatusta voisi kehittää keskittämällä harjoittelua eniten juuri niihin taitoihin, joilla on voimakkain yhteys merkityksellisyyskokemukseen: sosiaaliin, tavoitteellisen työskentelyn sekä yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitoihin. Taitojen lisäksi tulisi kiinnittää huomiota työelämästä omaksuttaviin asenteisiin ja käsityksiin. Resurssit kuitenkin vaihtelevat: ajankäyttöön ja taitoihin liittyvien, merkitykselliseksi koettujen valintojen tekemiseen ei ole kaikilla nuorilla samanlaisia mahdollisuuksia (Ågren, Pietilä & Rättilä 2020, 160). Senkin vuoksi asiaan on tärkeää suunnata huomiota ja tukea.

Taitojen opettaminen ja harjoittelu ovat keskeinen osa esimerkiksi monia moderneja psykoterapiamuotoja ja sisältävät systemaattista psykologisten ja sosiaalisten käyttäytymistapojen omaksumista strukturoidulla tavalla (Twhig & Dehlin 2012, 38). Hyvä esimerkki tästä ovat sosiaaliset taidot, mutta myös tässä tutkimuksessa keskeiseksi nousseita tavoitteellisen työskentelyn ja

yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitoja on mahdollista kehittää terapeuttisenkin työskentelyn keinoin.

Lisäksi on perusteltua nähdä esimerkiksi yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitojen vahvistaminen tärkeänä oppilaitosten tehtävänä. Aktiivinen osallistava opetustapa yhteiskunnallisissa oppiaineissa voi tämän tutkimuksen tulosten perusteella tukea myös nuorten merkityksellisyuden kokemusta. Toisin kuin äänestämiseen, monenlaiseen yhteiskunnalliseen toimintaan ei ole ikärajaa. Tästä esimerkkinä voivat olla vapaaehtoistyö, kouluneuvostot, johtokunnat ja monenlainen viestinnällinen vaikuttaminen toimivassa demokratiassa. Nuorten on todettu toimivan yhteiskunnallisesti aktiivisimmin ympäristöissä, joissa nuoria osallistetaan päätöksentekoon ja joissa toisaalta yhteiskunnalliset normit palvelevat myös yleistä järjestystä ja tarvittavaa kuria (Campbell 2006, 95).

Henkilökohtainen merkityksellisyuden kokemus koskee kysymystä siitä, miten elämä on eletty, eletään tässä hetkessä ja tullaan elämään tulevaisuudessa (Reker & Wong 1988, 230). Ilman merkityksellisyuden kokemusta ihmisen on kuvattu kokevan elämänsä kuin seilaamisena ruorittomalla laivalla (Wong 2012, 6). Nuoret ja vanhemmat ihmiset saattavat kokea ja tulkita merkityksellisyuden eri tavoin, ja merkityksellisyuden kokemuksen on myös todettu usein voimistuvan myöhemmässä iässä (Krause 2012, 427; Takkinen 2000, 15). Vaikka näin kävisi iän karttuessa myös tämän tutkimuksen nuorille, ei pidä olettaa, etteikö merkityksellisyuden kokemusta ole mahdollista vahvistaa tai että kokemus elämän merkityksellisyydestä löytyy automaattisesti iän myötä. Taidot ja asenteet, jotka tämän tutkimuksen tulosten mukaan ovat yhteydessä nuorten kokemaan merkityksellisyuteen, ovat olennaisia paitsi yksilöiden myös yhteiskunnan ja työelämän kannalta. Niiden kehittämistä kannattaa tukea.

## Lähteet

- Boström, Maria & Holmgren, Kristina & Sluiter, Judith K. & Hagberg, Mats & Grimby-Ekman, Anna (2016) Experiences of Work Ability in Young Workers: An Exploratory Interview Study. *International Archives of Occupational and Environmental Health* 89 (4), 629–640.
- Brassai, László & Piko, Bettina F. & Steger, Michael F. (2011) Meaning in Life: Is It a Protective Factor for Adolescents' Psychological Health? *International Journal of Behavioral Medicine* 18 (1), 44–51.
- Campbell, David E. (2006) *Why We Vote: How Schools and Communities Shape Our Civic Life*. Princeton: Princeton University Press.
- Chen, Qian & Wang, Xin-Qiang & He, Xiao-Xin & Ji, Li-Jun & Liu, Ming-fan & Ye, Bao-juan (2021) The Relationship between Search for Meaning in Life and Symptoms of Depression and Anxiety: Key Roles of the Presence of Meaning in Life and Life Events among Chinese Adolescents. *Journal of Affective Disorders* 282, 545–553.
- Cheng, Cecilia & Cheung, Shu Fai & Chio, Jasmine Hin-man & Chan, Man-Pui Sally (2013) Cultural Meaning of Perceived Control: A Meta-Analysis of Locus of Control and Psychological Symptoms across 18 Cultural Regions. *Psychological Bulletin* 139 (1), 152–188.
- Cohen, Benjamin N. (2003) Applying Existential Theory and Intervention to Career Decision-Making. *Journal of Career Development* 29 (3), 195–209.
- Debats, Dominique Louis & Drost, Joost & Hansen, Prartho (1995) Experiences of Meaning in Life: A Combined Qualitative and Quantitative Approach. *British Journal of Psychology* 86 (3), 359–375.
- Dik, Bryan J. & Duffy, Ryan D. (2009) Calling and Vocation at Work: Definitions and Prospects for Research and Practice. *The Counseling Psychologist* 37 (3), 424–450.
- Duffy, Ryan D. & Allan, Blake A. & Autin, Kelsey L. & Bott, Elizabeth M. (2013) Calling and Life Satisfaction: It's Not about Having It, It's about Living It. *Journal of Counseling Psychology* 60 (1), 42–52.
- Duffy, Ryan D. & Allan, Blake A. & Dik, Bryan J. (2011) The Presence of a Calling and Academic Satisfaction: Examining Potential Mediators. *Journal of Vocational Behavior* 79 (1), 74–80.
- Duffy, Ryan D. & Sedlacek, William E. (2007) The Presence of and Search for a Calling: Connections to Career Development. *Journal of Vocational Behavior* 70 (3), 590–601.
- Frankl, Viktor E. (1985) *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press. (Alun perin julkaistu 1946.)
- Frankl, Viktor E. (2010) *The Feeling of Meaningless-*

- ness: A Challenge to Psychotherapy and Philosophy*. Milwaukee: Marquette University Press.
- Gariépy, Geneviève & Danna, Sofia M. & Hawke, Lisa & Henderson, Joanna & Iyer, Srividya N. (2021) The Mental Health of Young People Who Are Not in Education, Employment, or Training: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 57 (6), 1107–1121.
- Harren, Vincent A. (1979) A Model of Career Decision Making for College Students. *Journal of Vocational Behavior* 14 (2), 119–133.
- Hicks, Joshua A. & King, Laura A. (2009) Positive Mood and Social Relatedness as Information about Meaning in Life. *The Journal of Positive Psychology* 4 (6), 471–482.
- Kilpi, Joel & Purokuru, Pontus (2020) Nuoriso hallinnan kohteena. Teoksessa Lotta Haikkola & Sami Myllyniemi (toim.) *Hyvää työtä! Nuorisobarometri 2019*. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö & Nuorisotutkimusseura & Valtion nuorisoneuvosto, 203–206.
- Krause, Neal (2009) Meaning in Life and Mortality. *The Journals of Gerontology* 64B (4), 517–527.
- Krause, Neal (2012) Meaning in Life and Healthy Aging. Teoksessa Paul T. P. Wong (toim.) *The Human Quest for Meaning. Theories, Research, and Applications*. New York: Routledge, 409–432.
- Krok, Dariusz (2018) When is Meaning in Life Most Beneficial to Young People? Styles of Meaning in Life and Well-Being Among Late Adolescents. *Journal of Adult Development* 25 (2), 96–106.
- Kuurila, Erja (2014) *Uraohjaus ja urasuunnittelu ammattikorkeakoulussa*. Turun yliopiston julkaisuja C384. Turku: Turun yliopisto.
- Lambert, Nathaniel M. & Stillman, Tyler F. & Baumeister, Roy F. & Fincham, Frank D. & Hicks, Joshua A. & Graham, Steven M. (2010) Family as a Salient Source of Meaning in Young Adulthood. *The Journal of Positive Psychology* 5 (5), 367–376.
- Lambert, Nathaniel M. & Stillman, Tyler F. & Hicks, Joshua A. & Kamble, Shanmukh & Baumeister, Roy F. & Fincham, Frank D. (2013) To Belong Is to Matter: Sense of Belonging Enhances Meaning in Life. *Personality and Social Psychology Bulletin* 39 (11), 1418–1427.
- Leventhal, Howard & Diefenbach, Michael & Leventhal, Elaine A. (1992) Illness Cognition: Using Common Sense to Understand Treatment Adherence and Affect Cognition Interactions. *Cognitive Therapy and Research* 16 (2), 143–163.
- Lindeman, Marjaana & Verkasalo, Markku (1996) Meaning in Life for Finnish Students. *The Journal of Social Psychology* 136 (5), 647–649.
- Martela, Frank & Pessi, Anne B. (2018) Significant Work Is About Self-Realization and Broader Purpose: Defining the Key Dimensions of Meaningful Work. *Frontiers in Psychology* 9, [363].
- McDonald, Marvin J. & Wong, Paul T. P. & Gingras, Daniel T. (2012) Meaning-in-Life Measures and Development of a Brief Version of the Personal Meaning Profile. Teoksessa Paul T. P. Wong (toim.) *The Human Quest for Meaning. Theories, Research, and Applications*. New York: Routledge, 357–382.
- Myllyniemi, Sami & Kiilakoski, Tomi (2017) Kyselyn toteutus ja taustamuuttajat. Teoksessa Elina Pekkarinen & Sami Myllyniemi (toim.) *Opin polut ja pientareet. Nuorisobarometri 2017*. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto & Nuorisotutkimusseura & Nuorisotutkimusverkosto & Opetus- ja kulttuuriministeriö, 11–20.
- Nuorisoasiain neuvottelukunta (Nuora) & Nuorisotutkimusseura (2018) *Nuorisobarometri 2017* [sähköinen tietoaaineisto]. Versio 1.0 (2019-01-31). Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [jakaja]. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:fsd:T-FSD3250>
- Nuorisobarometri 2017 [koodikirja]* (2019) Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [tuottaja ja jakaja].
- Park, Crystal & Folkman, Susan (1997) Meaning in the Context of Stress and Coping. *Review of General Psychology* 1, 115–144.
- Parola, Anna & Felaco, Cristiano (2020) A Narrative Investigation into the Meaning and Experience of Career Destabilization in Italian NEET. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology* 8 (2).
- Pekkarinen, Elina & Myllyniemi, Sami (2017) Liitteet. Teoksessa Elina Pekkarinen & Sami Myllyniemi (toim.) *Opin polut ja pientareet. Nuorisobarometri 2017*. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto & Nuorisotutkimusseura & Nuorisotutkimusverkosto & Opetus- ja kulttuuriministeriö, 189–204.
- Peterson, Christopher & Park, Nansook (2012) Character Strengths and the Life of Meaning. Teoksessa Paul T. P. Wong (toim.) *The Human Quest for Meaning. Theories, Research, and Applications*. New York: Routledge, 277–296.
- Peterson, Christopher & Park, Nansook & Hall, Nicholas & Seligman, Martin E. P. (2009) Zest and Work. *Journal of Organizational Behavior* 30 (2), 161–172.
- Pines, Ayala Malach (2002) A Psychoanalytic-Existential Approach to Burnout: Demonstrated in the Cases of a Nurse, a Teacher, and a Manager. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training* 39, 103–113.
- Podsakoff, Philip M. & MacKenzie, Scott B. & Lee, Jeong-Yeon & Podsakoff, Nathan P. (2003) Common Method Biases in Behavioral Research: A Critical Review of the Literature and Recommended Remedies. *Journal of Applied Psychology* 88, 879–903.
- Reiter, Herwig & Schlimbach, Tabea (2015) NEET in

- Disguise? Rival Narratives in Troubled Youth Transitions. *Educational Research* 57 (2), 133–150.
- Reker, Gary T. & Peacock, Edward J. & Wong, Paul, T. P. (1987) Meaning and Purpose in Life and Well-being: a Life-span Perspective. *Journal of Gerontology* 42, 44–49.
- Reker, Gary T. & Wong, Paul T. P. (1988) Aging as an Individual Process: Toward a Theory of Personal Meaning. Teoksessa James E. Birren & Vern L. Bengston (toim.) *Emergent Theories of Aging*. New York: Springer Publishing Company, 214–246.
- Rita, Hannu (2004) Vetosuhde (odds ratio) ei ole todennäköisyyksien suhde. *Metsätieteen aikakauskirja* 2, 207–212.
- Rita, Hannu & Töttö, Pertti & Alastalo, Marja (2008) Voiko turkulaisten kirjoittamista artikkeleista yli 100 % olla kvantitatiivisia? Vetosuhteen (odds ratio) ja vedon (odds) tulkintaa. *Janus* 16 (1), 72–80.
- Ryan, Richard M. & Deci, Edward L. (2000) Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist* 55 (1), 68–78.
- Ryff, Carol D. (2012) Existential Well-Being and Health. Teoksessa Paul T. P. Wong (toim.) *The Human Quest for Meaning. Theories, Research, and Applications*. New York: Routledge, 233–248.
- Sartre, Jean-Paul (1956) *Being and Nothingness*. New York: Philosophical Library.
- Schultze, George & Miller, Carol (2004) The Search for Meaning and Career Development. *Career Development International* 9 (2), 142–152.
- Seligman, Martin (2018) PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology* 13 (4), 333–335.
- Steger, Michael F. & Oishi, Shigehiro & Kashdan, Todd B. (2009) Meaning in Life across the Life Span: Levels and Correlates of Meaning in Life from Emerging Adulthood to Older Adulthood. *The Journal of Positive Psychology* 4 (1), 43–52.
- Steger, Michael F. & Pickering, Natalie & Shin, Joo Yeon & Dik, Bryan J. (2010) Calling in Work: Secular or Sacred? *Journal of Career Assessment* 18 (1), 82–96.
- Takkinen, Sanna (2000) *Meaning in Life and Its Relation to Functioning in Old Age*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Tuure, Herttaliisa & Tenojoki, Anna-Maria & Pekkarinen, Elina & Myllyniemi, Sami (2017) Johdanto. Teoksessa Elina Pekkarinen & Sami Myllyniemi (toim.) *Opin polut ja pientareet. Nuorisobarometri 2017*. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto & Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto & Opetus- ja kulttuuriministeriö, 5–7.
- Twohig, Michael P. & Dehlin, John P. (2012) Skills Training. Teoksessa William T. O’Donohue & Jane E. Fisher (toim.) *Cognitive Behavior Therapy: Core Principles for Practice*. Hoboken: John Wiley & Sons, 37–74.
- Tähkä, Veikko (2001) Ihmisielen arvorakenteiden kehityksestä. Teoksessa Esa Roos & Vesa Manninen & Jukka Välimäki (toim.) *Rakkaus toive todellisuus. Psykoanalyttisia tutkimuksia*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Vaarama, Marja & Siljander, Eero & Luoma, Miina-Liisa & Meriläinen, Satu (2010) Suomalaisten kokema elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Marja Vaarama & Pasi Moisio & Sakari Karvonen (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2010*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 126–149.
- Vehkalahti, Kimmo (2008) *Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät*. Helsinki: Tammi.
- Vehkalahti, Kimmo & Everitt, Brian (2019) *Multivariate Analysis for the Behavioral Sciences*. Boca Raton: Chapman & Hall.
- Westerhof, Gerben J. & Bohlmeijer, Ernst & Valkamp, Marije W. (2004) In Search of Meaning: A Reminiscence Program for Older Persons. *Educational Gerontology* 30 (9), 751–766.
- Wong, Paul T. (1989) Personal Meaning and Successful Aging. *Canadian Psychology* 30 (3), 516–525.
- Wong, Paul T. P. (2010) What Is Existential Positive Psychology? *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy* 3, 1–10.
- Wong, Paul T. P. (2012) Toward a Dual-Systems Model of What Makes Life Worth Living. Teoksessa Paul T. P. Wong (toim.) *The Human Quest for Meaning. Theories, Research, and Applications*. New York: Routledge, 3–22.
- Yuen, Mantak & Lee, Queenie A. Y. & Chung, Y. B. (2020) Meaning in Life, Connectedness, and Life Skills Development in Junior Secondary School Students: Teachers’ Perspectives in Hong Kong”. *Pastoral Care in Education* 1, 1–17.
- Yuen, Mantak & Yau, Josephine (2015) Relation of Career Adaptability to Meaning in Life and Connectedness among Adolescents in Hong Kong. *Journal of Vocational Behavior* 91, 147–156.
- Zika, Sheryl & Chamberlain, Kerry (1992) On the Relation between Meaning in Life and Psychological Well-being. *British Journal of Psychology* 83 (1), 133–145.
- Ågren, Susanna & Pietilä, Iikka & Rättilä, Tiina (2020) Palkkatyökeskeisen ajattelun esiintyminen ammatin opiskelevien työelämäasenteissa. Teoksessa Lotta Haikkola & Sami Myllyniemi (toim.) *Hyvää työtä! Nuorisobarometri 2019*. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö & Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto & Valtion nuorisoneuvosto, 157–178.