

YKSINÄISYYDEN KOKEMINEN NUORUUSIÄSSÄ

WHO-Koululaistutkimus

Maiju Perälä

Terveyskasvatuksen pro gradu –tutkielma

Terveystieteiden laitos

Jyväskylän yliopisto

Syksy 2015

TIIVISTELMÄ

Maiju Perälä (2015). Yksinäisyyden kokeminen nuoruusiässä. WHO-Koululaistutkimus. Terveystieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto, terveystieteiden pro gradu -tutkielma, 93 s., 9 liitettä.

Nuorten koettua yksinäisyyttä on tärkeää selvittää, jotta tunnistetaan tekijöitä jotka ovat yhteydessä nuorten henkiseen pahoinvointiin, ja osataan puuttua yksinäisyyden kokemiseen varhaisessa vaiheessa. Nuoruudessa yksinäisyyden kokeminen on yleisempää kuin muissa elämänkulun vaiheissa. Pro gradu -tutkielmassani selvitin yksinäisyyden kokemisen yleisyyttä 13- ja 15-vuotiailla pojilla ja tytöillä. Lisäksi tutkimuksessani tarkasteltiin ystävyys-suhteiden, itsetunnon ja perheeseen liittyvien tekijöiden yhteyttä yksinäisyyden kokemiseen yläkouluikäisillä.

Aineistonani oli WHO-Koululaistutkimuksen vuoden 2010 Suomen aineisto. 13- ja 15-vuotiaat nuoret (n=4624) vastasivat anonymisti kyselylomakkeeseen koulun oppitunnilla. Ystävyys-suhteiden, itsetunnon ja perhetekijöiden yhteyttä nuorten yksinäisyyden kokemiseen selvitettiin ristiintaulukoinnilla. Yhteyksien tilastollista merkitsevyyttä tarkasteltiin khiin neliötestillä. Ystävyys-suhteiden laatua kuvaavista tekijöistä muodostettiin faktorianalyysin perusteella summa muuttujat erikseen pojille ja tytöille. Yksinäisyyden yhteyttä yksilöllisiin ja perheeseen liittyviin tekijöihin tarkasteltiin binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla.

Sukupuolten välillä oli eroa yksinäisyyden kokemisessa, sillä tytöt kokivat poikia yleisemmin itsensä usein yksinäisiksi. 15-vuotiaat tytöt raportoivat 13-vuotiaita yleisemmin yksinäisyyden kokemuksia, pojilla vastaavaa ikäryhmien välistä eroa ei havaittu. Pojat arvostivat ystävien olemassaoloa, kun taas tytöt sitä, että ystävät osoittivat välittämistä ja läsnäoloa. Pojilla havaittiin yhteys myös ystävien lukumäärän ja yksinäisyyden kokemisen välillä, mitä vähemmän pojilla oli ystäviä sitä yleisemmin he kokivat itsensä yksinäisiksi. Myös huono itsetunto oli yhteydessä nuorten yksinäisyyden kokemiseen, tytöillä tämä oli yleisempää kuin pojilla. Uusperheessä asuvilla nuorella oli ydinperheen nuoreen verrattuna suurempi riski kokea yksinäisyyttä. Keskin-kertainen tai huono kiintymyssuhteen laatu äitiin oli yhteydessä nuoren usein kokemaan yksinäisyyteen.

Nuorten yksinäisyyden kokemista selittivät yksilölliset ja perheeseen liittyvät taustatekijät. Koska nuoret viettävät eniten aikaa koti- ja kouluympäristössä, sekä vanhempien että opettajien on hyvä tarkkailla yläkouluikäisen nuoren hyvinvointia, ja kehittää keinoja ennaltaehkäistä yksinäisyyttä varhaisessa vaiheessa. Tunnetaitojen ja vuorovaikutustaitojen hallitseminen auttavat nuorta toimimaan perheympäristössä ja solmimaan ystävyys-suhteita, tässä koululla on tärkeä opetus- ja kasvatusvastuu perheen rinnalla.

Avainsanat: yksinäisyys, nuoret, ystävät, perhe

ABSTRACT

Maiju Perälä (2015). Experiencing Loneliness in Adolescence. HBSC Study. Department of Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis in health education, 93 pages, 9 appendices.

It is important to study the experience of loneliness of adolescents and the factors related to it in order to develop the promotion of mental health of adolescents. Experiencing loneliness is more common in adolescence than in other stages of the lifespan. In this thesis I studied the prevalence of experiencing loneliness in 13- and 15-year-old boys and girls. In addition, I examined the connection between factors related to friendships, self-esteem and family, and the experience of loneliness of adolescents in Finnish upper comprehensive school.

The data were the Finnish Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study of 2010. 13- and 15-year-old adolescents (n=4624) had anonymously answered to a questionnaire during a class during schoolday. The connection between friendships, self-esteem and family factors, and the experience of loneliness of adolescents was studied with cross tabulation. The statistical significance of the connections was studied with a chi-square test. The sum of the variables was formed separately for boys and girls from the factors describing the quality of friendships based on factor analysis. The connection between loneliness, and individual factors and family-related factors was studied with the help of binary logistic regression analysis.

The study showed differences between the gender in experiencing loneliness, as girls experienced loneliness more often than boys. 15-year-old girls reported experiences of loneliness more commonly than 13-year-old girls, whereas no age group differences were observed with boys. Boys valued the existence of friends, while girls appreciated the fact that friends showed care and presence. A connection between the number of friends and experiencing loneliness was observed with boys: the less friends boys had, the more lonely they felt. Low self-esteem was also connected with the experience of loneliness of adolescents, which was more common with girls than boys. Adolescents in blended families were in higher risk of experiencing loneliness than adolescents in nuclear families. Mediocre or poor maternal bond was linked with a frequent experience of loneliness of adolescents.

Individual and family-related factors explained the experience of loneliness of adolescents. Because adolescents spend most of their time in home and school environments, both parents and teachers should observe the well-being of adolescents in upper comprehensive school and intervene for example in loneliness at an early stage. Good emotional and communication skills helps the adolescent to form friendships. School has an important educational responsibility besides the family to develop school-aged children's emotional and social skills.

Key words: loneliness, adolescents, friends, family

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO.....	1
2 YKSINÄISYYS	3
2.1 Sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys.....	5
2.2 Yksinäisyyden kulttuurisidonnaisuus	5
2.3 Yksinäisyyden kokeminen nuoruusiässä	6
3 NUORUUDEN SOSIAALISET SUHTEET	8
3.1 Ystävyyssuhteet	8
3.1.1 Ystävien kanssa vietetty aika.....	9
3.1.2 Ystävien lukumäärä	10
3.1.3 Ystävyyssuhteiden laatu	11
3.2 Perhe	12
3.2.1 Perheen taloudellinen tilanne	13
3.2.2 Perherakenne	13
3.2.3 Kiintymyssuhde ja kasvatustyyli	14
4 NUOREN KEHITTYVÄ ITSETUNTO	17
4.1 Itsetuntoa muokkaavat tekijät.....	17
4.2 Huono itsetunto ja nuoren kokema yksinäisyys	19
5 YKSINÄISYYDEN YHTEYS NUORTEN TERVEYTEEN JA KOULUN KÄYNTIIN...21	
6 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	24
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	25
7.1 Tutkimusaineisto	25
7.2 Mittarit.....	26
7.3 Analysointimenetelmät.....	29
8 TULOKSET	34
8.1 Yksinäisyyden kokeminen.....	34

8.2 Ystävyssuhteiden keskeinen yhteys yksinäisyyteen.....	35
8.3 Itsetunnon merkitys yksinäisyyden kokemisessa	49
8.4 Perhetekijöiden yhteys yksinäisyyteen.....	51
8.5 Yksinäisyyden yhteys yksilöllisiin ja perheeseen liittyviin tekijöihin	57
9 POHDINTA.....	60
9.1 Päätulosten tarkastelu	60
9.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	67
9.3 Tutkimuksen hyödyntäminen	71
9.4 Jatkotutkimusaiheita	74
LÄHTEET	82
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Hylätty, ulkopuolinen, kelvoton, surullinen ja ahdistunut – nämä ovat yksinäisyyteen liittyviä kuvauksia, joilla ihminen voi sanoittaa omaa oloaan yksinäisyyden hetkinä. Ihmisillä on luontainen tarve olla vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa, ja kun tämä tarve ei toteudu, yksilö altistuu yksinäisyyden kokemiselle (Weiss 1973). Hetkelliset yksinäisyyden tuntemukset kuuluvat normaaliin elämään, mutta pitkään jatkuessaan yksinäisyys on tuskallista ja elämää rajoittavaa (Junttila 2015, 30). Kuka tahansa voi kokea yksinäisyyttä iästä tai sukupuolesta riippumatta, ja ihminen voi olla yksinäinen koulussa, työpaikalla, kotona tai esimerkiksi kaupassa.

Luultavasti ensimmäisiä tutkimuksia yksinäisyydestä julkaisi Zilboorg Englannissa vuonna 1938 (Peplau 1985), mutta yksinäisyyttä ilmiönä on alettu tutkimaan tarkemmin vasta viime vuosikymmeninä. Suomen muuttunut kulttuuri voi olla yksi selitys, miksi yksinäisyydestä on ilmiönä kiinnostuttu enemmän lähivuosina. Yhteiskuntamme on kokenut muutoksen maatalousvaltaisesta teolliseksi ja kaupungillistuneeksi yhteiskunnaksi, mikä kehitys on vaikuttanut kansalaisten individualistisoitumiseen. Ihmisten elämäntavat ja valinnat pohjautuvat enenevässä määrin yksilöiden valintoihin yhteistöllisten päätösten sijaan, minkä vuoksi suomalaisen kulttuurin kollektiivisuus on vähentynyt (Saari 2009, 13, 21). Yksinäisyyden yleistymistä voidaan Saaren (2009, 89) mukaan kutsua modernin kehityksen näkökulmasta yleiseksi yksilöllistymiseksi. Suomalaisen yhteiskunnan vaurastumisen myötä sosiaalisten suhteiden rooli on korostunut, ja niiden puuttuminen nähdään hyvinvointivajeena. Lisäksi sukulaisten tarjoama sosiaalinen tuki korvautuu nyky-yhteiskunnassa ystävyysuhteilla (Saari 2009, 89, 103, 139).

Vaikka yksinäisyyttä voi kokea kaikissa elämänkulun vaiheissa, nuoruuden on todettu olevan ajanjakso, jolloin riski kokea yksinäisyyttä on erityisen korkea. On arvioitu, että suomalaisista nuorista kymmenestä kahteenkymmenen prosenttia kokee yksinäisyyttä (Junttila 2015, 29). Nuorten suurempi todennäköisyys kokea yksinäisyyttä voi johtua nuoren muuttuvasta kehosta, mielestä ja ihmissuhteista, sekä nuoruudessa läpikäytävistä kehitystehtävistä (Nurmi ym. 2008, 124, 131). Nuorten sosiaalisissa suhteissa ystävien merkitys korostuu, sillä niissä nuori oppii

muun muassa yhteistyötaitoja ja toimimaan läheisissä ihmissuhteissa. Vastaavasti läheisen ystävän puute, tai tyytymättömyys olemassa oleviin suhteisiin, altistaa nuoren yksinäisyyden kokemiselle (Salmivalli 2005, 35, 38). Yksinäisyyden tunnistaminen on haasteellista, sillä yksinäisyyden kokeminen ja yksin oleminen ovat kaksi eri asiaa. Haasteena on myös tunnistaa yksinäisyyttä kokeva ihminen, sillä osa tuo selkeästi esille pahan olon tunteita, kun taas toiset peittelevät niitä (Junttila 2015, 19-20). Edes vanhempi ei välttämättä tunnista oman lapsensa olevan yksinäinen, tai vastaavasti opettaja ei huomaa suurissa opetusryhmissä hiljaista, yksinäisyyttä kokevaa nuorta. Nonverbaalinen eli sanaton viestintä, kuten asenteet, ryhti, ilmeet ja tunteenilmaisu, on Junttilan (2015, 20) mukaan yksi parhaista tavoista tunnistaa koettua yksinäisyyttä. Kouluissa yhtenä tulevaisuuden haasteena tulee olemaan yksinäisten nuorten tunnistaminen, sekä yksinäisyyteen puuttuminen jo varhaisessa vaiheessa.

Tässä tutkimuksessa selvitetään yksinäisyyden kokemisen yleisyyttä 13- ja 15-vuotiailla pojilla ja tytöillä. Aineistona käytetään WHO-Koululaistutkimuksen vuoden 2010 Suomen 13- ja 15-vuotiaita nuoria (n=4624) koskevaa aineistoa. Nuori vastasi anonymisti kyselylomakkeeseen koulun oppitunnilla. Tutkimuksessani halusin selvittää, kuinka yleisenä yksinäisyys ilmiönä näyttäytyy nuorten keskuudessa, ja mitkä tekijät voivat selittää nuorten yksinäisyyden kokemista. Yksinäisyyteen yhteydessä olevia tekijöitä, joita tarkasteltiin WHO-Koululaistutkimuksen kyselylomakkeen avulla, olivat nuorten ystävyys-suhteet, perhetekijät ja itsetunto. Aineistoa analysoidessa tutkittiin muuttujien välisiä yhteyksiä. Tuloksia voidaan hyödyntää muun muassa koulujen vanhempainilloissa tietoisuutena vanhemmille, sekä terveystiedon opetuksessa. Tutkimustulosten tiedottaminen opettajille on myös keskeistä, jotta heillä on tietämystä nuorten henkiseen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Näin opettajat saavat paremmat edellytykset havainnoida nuorten hyvinvointia, sekä ymmärrystä puuttua nuorten pahoinvointiin mahdollisimman aikaisessa vaiheessa.

2 YKSINÄISYYS

Weissin (1973) määritelmän mukaan ihmisen perustarpeisiin kuuluu läheinen kiintymyssuhde toiseen ihmiseen, sekä läheisten ystävien muodostaman verkoston, joka mahdollistaa sosiaalisen kanssakäymisen. Aina perustarpeisiin kuuluvaa kiintymyssuhdetta ja sosiaalista kanssakäymistä ei syystä tai toisesta muodostu, jolloin seurauksena voi olla yksinäisyyden kokemista (Weiss 1973). Yksinäisyyden kokemisessa ristiriitaa syntyy, kun yksilön nykyiset ihmissuhteet eivät vastaa käsitystä suhteista, joita hän haluaisi itsellä olevan (Peplau & Perlman 1982, 3). Yksinäinen ihminen ei koe saavansa sosiaalisista tilanteista tyydytystä, eikä sosiaalinen vuorovaikutus ole toiveiden mukaista (Weiss 1973, 12). Kokemuksena yksinäisyys on seurausta joko määrällisesti tai laadullisesti puutteellisista ihmissuhteista (Junttila 2015, 13). Yksinäisyys on aina subjektiivinen kokemus, sillä jokainen ihminen kokee sen omalla tavallaan. Ihminen voi kokea yksinäisyyttä esimerkiksi ihmisjoukossa, tai vastaavasti ei koe olevansa lainkaan yksinäinen yksin ollessaan (Peplau & Perlman 1982).

Yksinäisyys on ilmiönä moniulotteinen, ihmisille luontainen, ja tunnistettavissa monissa kulttuureissa ympäri maailmaa (Rotenberg 1999). Yksinäisyyden kokeminen on niin yleistä, että se mielletään osaksi ihmiselämää (Cacioppo & Patrick 2008, 5). Koettu yksinäisyys ei ole riippuvainen sukupuolesta, iästä, uskonnosta, sosioekonomisesta tai sosiaalisesta asemasta (Rotenberg 1999), ja luultavimmin lähes kaikki ihmiset kokevat yksinäisyyttä jossain elämän vaiheessa (Kangasniemi 2008). Merkittävää yksinäisyyden kokemisen ehkäisemisessä on yksilön kokemus tyydyttävistä ihmissuhteista. Yksilölle keskeisiä ihmissuhteita voivat olla esimerkiksi merkitykselliset ystävyysuhteet, työtovereihin liittyvät suhteet tai muu yhteys itselle merkittävään yhteisöön (Weiss 1973, 13-17).

Yksinäisyyden kokeminen on usein tuskallista ja ahdistavaa (Peplau & Perlman 1982; Rotenberg 1999), ja yksinäisellä ihmisellä ei ole ketään kenen kanssa puhua, tai joka ymmärtäisi omia ajatuksia ja tunteita (Junttila 2015, 13). Yksinäisyyttä kuvaillaan epämiellyttäväksi, henkisesti kuormittavaksi kokemukseksi (Heinrich & Gullone 2006), jota yksilö haluaa välttää (Cottorell 2004, 112). Yksinäisellä ihmisellä kuvaillaan olevan negatiivisia tunteita, kuten epätoivoa, ma-

sennusta, tylsyyttä ja omanarvon alentumista (Heinrich & Gullone 2006). Yksinäisyyteen kuuluu myös negatiivinen asenne itseä ja muita kohtaan. Yksilön käyttäytyminen on passiivista, omiin ajatuksiin uppoutunutta, ja sosiaalinen kanssakäyminen on usein haasteellista (Heinrich & Gullone 2006).

Yksinäisyyden kokeminen on olennaista erottaa yksin olemisesta (Cacioppo & Patrick 2008, 13; Junttila 2015, 19). Yksin olemisella tarkoitetaan aikaa erillään muista ihmisistä, jolloin yksilön lähettävillä ei ole fyysisesti muita ihmisiä (Rokach 2004), ja se on toivottu, virkistävä ja rentouttava olotila (Junttila 2015, 19). Yksin olemista ei tule automaattisesti ajatella huonona ja pahana asiana, jota tulisi välttää, sillä joillekin ihmisille yksin oleminen tuo nautintoa (Cacioppo & Patrick 2008, 13). Junttila (2015, 19) selventää yksin olemisen olevan fyysistä, kun taas yksinäisyys on kokemuksena psyykkistä erillisyyttä. Yksin oleminen muuttuu yksinäisyydeksi silloin, kun yksilö on yksin vastoin omaa tahtoaan, tai on yrittänyt kuulua joukkoon siinä onnistumatta (Rokach 2004). Yksin olemisen ja yksinäisyyden kokemisen erottaminen toisistaan luo haasteita yksinäisyyden tunnistamiselle (Junttila 2015, 19).

Peplau (1985) mukaan yksinäisyyden kokeminen voi vaihdella hetkittäisestä voimakkaasta epämiellyttävyyden tunteesta jatkuviin yksinäisyyden tunteisiin, ja yksinäisyys voidaan jakaa hetkelliseen ja krooniseen yksinäisyyteen. Hetkellisessä yksinäisyydessä yksilöllä on ollut elämässään tyydyttäviä ihmissuhteita, kunnes jokin elämänmuutos on katkaissut nämä suhteet, kuten muutto uuteen kaupunkiin tai koulun vaihtaminen (Peplau 1985). Hetkellinen yksinäisyys voi olla ajoittain ahdistavaa, mutta menee tyypillisesti ohitse lyhyen ajan sisällä (Kangasniemi 2008). Esitetään, että hetkelliseen yksinäisyyteen liittyvät tunteet ovat kuitenkin osa jokaisen ihmisen normaalia elämää (Laine 1998). Kroonisessa yksinäisyydessä yksilöltä on puuttanut tyydyttävät sosiaaliset ihmissuhteet kahden vuoden ajan tai pidempään (Peplau 1985), joten krooninen yksinäisyys on pitkäaikaista (Cacioppo & Patrick 2008).

2.1 Sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys

Yksinäisyyden kokeminen voidaan jakaa kahteen osaan, joita ovat emotionaalinen ja sosiaalinen yksinäisyys (Weiss 1973, 20). Nämä kaksi yksinäisyyden ulottuvuutta ovat Junttilan (2015, 33) mukaan laadullisesti hyvin erilaisia kokemuksia. Seuraavaksi kuvataan tiivistetysti emotionaalisen ja sosiaalisen yksinäisyyden tunnuspiirteitä.

Emotionaalinen yksinäisyys johtuu läheisten kiintymyssuhteiden puuttumisesta, ja ahdistuneisuus sekä tyhjyyden tuntemukset kuvaavat tunnusomaisesti emotionaalista yksinäisyyttä (Weiss 1973, 20-22; Junttila 2015, 34). Emotionaalisen yksinäisyyden on todettu olevan tuhoisaa itsetunnolle, ja lisäävän sosiaalisen eristäytymisen, sosiaalisen fobian, masennuksen ja itsemurhayritysten todennäköisyyttä (Heinrich & Gullone 2006). Läheisen ystävyysuhteen puuttuminen voi johtaa emotionaaliseen yksinäisyyteen, sillä esimerkiksi nuori voi näennäisesti kuulua kaveriporukkaan, mutta kokee silti olevansa emotionaalisesti yksinäinen (Junttila 2015, 34-35).

Sosiaalinen yksinäisyys kehittyy silloin, kun yksilöltä puuttuu sosiaalinen verkosto, jossa hän olisi osallisena. Verkosto voi koostua ikätovereista, työkollegoista, naapureista, harrastustuttavista tai ystäväistä (Weiss 1973, 145). Sosiaalinen yksinäisyys voi ilmentyä tylsyytenä, sekä tarkeitsettomuuden ja poissulkemisen tunteina (Weiss 1973, 145; Junttila 2015, 34). Vaikka suhteet sosiaalisessa verkostossa olisivat pinnallisia, niiden on todettu suojaavan sosiaalisen yksinäisyyden pidempiaikaisilta vaikutuksilta (Junttila 2015, 34).

2.2 Yksinäisyyden kulttuurisidonnaisuus

Kulttuurilla on keskeinen rooli siinä, millaisen merkityksen yksilö antaa ihmissuhteille - kulttuuri asettaa oletuksia esimerkiksi sille, millaiset sosiaaliset suhteet tekevät ihmisestä onnellisen (Cacioppo & Patrick 2008, 74). Kulttuuri vaikuttaa tapaan, jolla olemme vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa, ja kulttuurin normit määrittävät, mitä pidämme hyväksyttävänä

ja soveliaana sosiaaliselle käyttäytymiselle (Pervin 2003, 452). Sosiokulttuurinen konteksti, erilaiset asenteet ja sosiaaliset odotukset sosiaalisia suhteita kohtaan, ovat keskeisiä tekijöitä muodostettaessa kuvaa yksilön kokemasta yksinäisyydestä (Margalit 2010, 162). Cacioppo ja Patric (2008, 74) esittävät, että törmäykset kulttuurin normien ja yksilön käyttäytymisen ja ajatusten välillä, voivat johtaa yksinäisyyden kokemiseen.

Ilmiönä yksinäisyys on tunnistettavissa eri kulttuureissa (Heinrich & Gullone 2006; Margalit 2010, 162), ja sillä on todettu olevan yhteisiä piirteitä kulttuurien välillä (Rokach 2005; van Staden & Coetzee 2010). Erilaisissa kulttuureissa yksinäisyyden käsite voidaan määritellä samankaltaisesti: käsitteenä yksinäisyys erotetaan yksin olemista ja sosiaalista eristämistä, ja se sisältää vastavuoroisen empaattisen ymmärryksen puuttumista. Yksinäisyyden kokemukset kuitenkin muokkautuvat eri kulttuurien sisällä, sillä kulttuurisidonnaisuus luo odotuksia yksinäisyyden ja läheisyyden kokemiselle, sekä sosiaaliselle yhteenkuuluvuuden tunteelle ihmisuhteissa (van Staden ja Coetzee 2010).

Yksinäisyys on kulttuurisidonnaista on niin individualistisissa kuin yhteisöllisissä kulttuureissa, mutta yksinäisyyden esiintymismuodot poikkeavat niissä toisistaan (Margalit 2010, 155; van Staden & Coetzee 2010). Individualistisissa kulttuureissa yksinäisyys on enemmän yksilöllistä ja erillään olemista, kun taas yhteisöllisissä kulttuureissa yksinäinen kokee joukkoon kuulumattomuuden ja ymmärtämättömyyden tunteita (van Staden & Coetzee 2010). Individualistisessa kulttuurissa elävät ihmiset ovat alttiimpia yksinäisyyden kokemiselle kuin yhteisöllisessä kulttuurissa asuvat (Rokach 2005). Esimerkiksi kanadalaisten, jotka elävät individualistisessa kulttuurissa, on todettu kokevan yleisemmin yksinäisyyttä, kuin yhteisöllisessä kulttuurissa elävien portugalilaisten. Nuoret näyttävät kokevan eniten yksinäisyyttä kaikista ikäryhmistä eri kulttuureissa (Rokach 2000; Heinrich & Gullone 2006).

2.3 Yksinäisyyden kokeminen nuoruusiässä

Ihmisen elämänkaaresta nuoruus on vaihe, jolloin yksinäisyyden kokeminen on yleisempää kuin muissa elämänvaiheissa (Cacioppo & Patrick 2008; Juntila 2015, 29). Juntila (2015, 29)

arvioi, että nuorista kymmenestä kahteenkymmenen prosenttia kokee yksinäisyyttä. Yksinäisillä nuorilla ei ole läheisiä ystäviä, heistä ei pidetä, he voivat kokea olevansa kiusattuja, he välttelevät seuraa, tuntevat itsensä onnettomiksi, surullisiksi, masentuneiksi ja ovat elämään tyytymättömiä (Rönkä ym. 2013). Nuorten yksinäisyyden kokemisen yleisyys Suomessa ei ole juuri muuttunut 1990-luvulta 2000-luvulle. Poikkeus ovat 9-luokkalaiset tytöt, jotka kokivat vuodesta 2006 vuoteen 2010 yleisemmin yksinäisyyden tunteita edellisvuosiin verrattuna. 13-vuotiaista tytöistä 15 %, ja 15-vuotiaista 16 % koki itsensä hyvin tai melko usein yksinäiseksi vuonna 2010 (Kämppi ym. 2012).

Tutkimustuokset eivät ole yksimielisiä siitä, miten yksinäisyyden kokeminen nuoruudessa näyttäytyy sukupuolten välillä. ”Koulukokemusten kansainvälistä vertailua 2010 sekä muutokset Suomessa ja Pohjoismaissa 1994-2010 – WHO-Koululaistutkimus” –julkaisusta selviää, että vuonna 2010 13- ja 15-vuotiaista tytöistä 15-16 % koki itsensä usein yksinäiseksi, kun vastaavat määrät pojilla olivat 8-9 % (Kämppi ym. 2012). Myllyniemen (2009) suomalaisia nuoria koskevassa tutkimuksessa ei löytynyt sukupuolten välistä eroavaisuutta yksinäisyyden kokemisessa, ja myös Mahon ym. (2006) korostavat yhdysvaltalaisessa kirjallisuuskatsauksessaan, että lisätutkimusta sukupuolen ja yksinäisyyden välisiin yhteyksiin on selvitettävä. Mahon ym. (2006) kuitenkin havaitsivat, että useissa aiemmissä tutkimuksissa pojat ovat olleet yleisemmin yksinäisiä kuin tytöt. Junttila (2015, 64) muistuttaa, että nuorten yksinäisyyden kokemisen yleisyyttä tarkasteltaessa on keskeistä huomioida, kokeeko nuori sosiaalista vai emotionaalista yksinäisyyttä. Hänen tutkimustulostensa mukaan 13- ja 15-vuotiaista tytöistä 13-20 % ja pojista 15-20 % koki sosiaalista yksinäisyyttä, kun taas vastaavat luvut emotionaaliselle yksinäisyydelle olivat tytöillä 10-20 % ja pojilla 20-30 %. Junttilan mukaan näyttääkin siltä, että pojat kokevat tyttöjä yleisemmin erityisesti emotionaalista yksinäisyyttä.

3 NUORUUDEN SOSIAALISET SUHTEET

Nuoruudessa siirrytään lapsuudesta kohti aikuisuutta, ja nuori kokee monet fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset muutokset. Varhaisnuoruuden katsotaan alkavan 11 vuoden iässä, ja päättyvän 14 ikävuoteen. Keskinuoruus ulottuu 15 ikävuodesta 18 vuoden ikään, ja myöhäisnuoruus 19 vuodesta 25 ikävuoteen. Jaottelu kolmeen on karkea, eikä siihen ole olemassa mitään yleistä kriteeriä (Nurmi 2008, 256). Kehitystehtävien läpikäyminen, joilla tarkoitetaan normatiivisia odotuksia, kuuluu keskeisesti nuoruusikään. Nuoruuden keskeisiä kehitystehtäviä ovat sukupuoli-identiteetin omaksuminen, uusien suhteiden luominen ikätovereihin sekä vastakkaiseen sukupuoleen, oman fyysisen olemuksen hyväksyminen, koulutuksen hankkiminen, valmistautuminen työ- ja perhe-elämään, sekä oman ideologian omaksuminen (Nurmi ym. 2008, 126-131, 259).

3.1 Ystävyysuhteet

Ystävä määritellään aina subjektiivisesti, ja sen vuoksi ystävyys voidaan kuvata eri tavoin, kuten paras ystävä, läheinen ystävä ja satunnainen ystävä. Yhteistä ystävyuden eri määritelmille on se, että ne näkevät ystävyysuhteen sosiaalisena kokemuksena yhteisestä toveruudesta ja läheisyydestä (Cotterell 2004, 74-75). Ystävyysuhteen tärkein ominaisuus on vastavuoroisuus ja molemminpuoliset myönteiset tunteet (Salmivalli 2005, 35). Läheiseen ystävyysuhteeseen kuuluu yhteenkuuluvuuden, rehellisyyden, kiintymyksen ja luottamuksen tunteita (Aaltonen ym. 2007, 91), ja yleisesti ystävyuden ajatellaan olevan kahden läheisen ystävän välistä (Cotterell 2004, 74-75). Ystävyysuhteet on tärkeä erottaa toveri- ja vertaissuhteista, jotka viittaavat ensisijaisesti vain ryhmään kuulumiseen (Poikkeus 1995). Vaikka suurella osalla on laajat ystäväverkostot, on myös niitä lapsia ja nuoria, joilla ei ole ystäviä (Myllyniemi 2009). Kuitenkin Terveystieteiden tutkimuskeskuksen kouluterveyskyselystä selviää (Kouluterveyskysely 2015), että peruskouluikäisistä pojista 11 prosentilla, ja tytöistä kuudella prosentilla, ei ole yhtään läheistä ystävää, jonka kanssa voisi keskustella omista asioista luottamuksellisesti.

Nuoruus on aikaa, joilloin toverisuhteista tulee intensiivisempiä, ja ne valtaavat ajallisesti suuren osan nuoren elämästä (Pèrez ym. 2007). Nuoruudessa ystävyysuhteiden merkitys korostuu

(Moilanen ym. 2004, 46-47), ja nuoruusikä on tärkeää aikaa harjoitella sosiaalisissa suhteissa toimimista, sekä tutustua omaan suhtautumiseen muita ihmisiä kohtaan (Heinrich & Gullone 2006). Lisäksi ikätoverien ja ystävien kanssa vuorovaikutuksessa oleminen vahvistavat nuoren minuuden ja identiteetin tuntemusta (Weiss 1973, 146-147), ja edesauttavat nuoruuden kehitystehtävien läpikäymistä (Heinrich & Gullone 2006). Nuori voi myös aloittaa seurustelun, ja viettää siten aikaa erilaisista ystäväistä koostuvissa ryhmissä ilman aikuisten valvontaa (Pèrez ym. 2007). Vertaissuhteet ovat tärkeitä nuoren kehitykselle, sillä niiden avulla omaksutaan keskeisiä tietoja, taitoja ja asenteita, ja vertaiset auttavat nuorta ymmärtämään nuoruuden kuohuntaa (Weiss 1973, 146-147).

Ikätoverit liittyvät olennaisesti nuoren elämään, joten on huolestuttavaa, jos vertaisilta saatava vastavuoroinen kanssakäyminen puuttuu (Moilanen ym. 2004, 47). Nuoren elämästä puuttuvien vertaissuhteiden on todettu olevan yksi keskeisimmistä nuoren yksinäisyyteen yhteydessä olevista tekijöistä (Uruk & Demir 2003). Cacciapo ja Patrick (2008) esittävät, että elämä ilman ystäviä on merkityksetöntä, ja altistaa nuorta yksinäisyydelle. Kolmannes nuorten kokemasta yksinäisyydestä selittyy todennäköisesti puuttuvilla ikätoverisuhteilla, ja Heinrichin ja Gullonen (2006) tutkimuksessa erityisesti ystävyysuhteissa kohdattujen ongelmien havaittiin olevan yhteydessä nuorten yksinäisyyden kokemiseen.

3.1.1 Ystävien kanssa vietetty aika

Ystävien kanssa vietetyn ajan ja nuoren kokeman yksinäisyyden yhteyttä on tutkittu vähän. Myllyniemen (2009) selvityksen mukaan päivittäin kavereitaan tapaavien nuorten joukossa yksinäisyyden kokeminen on melko harvinaista, kun taas viikoittain kavereitaan tapaavista nuorista noin kymmenesosa kokee yksinäisyyttä. Ystäviään tapasivat tiheimmin ne nuoret, joilla oli keskimäärin yli viisi hyvää ystävää (Myllyniemi 2009). DeLay ym. (2013) toteavat varhaisnuoruudessa viikonloppujen kuluvan vanhempien kanssa, mutta keskinuoruudessa illat vieteään ystävien kanssa, tai ryhmässä joka muodostuu samaa sukupuolta olevista ikätovereista. Iällä näyttää olevan merkitystä nuorten ja heidän ystäviensä välisessä tapaamisen yleisyydessä. Alle 15-vuotiaista nuorista 70 %:n todettiin tapaavan ystäviään päivittäin, kun taas yli 15-vuotiaista enää neljännes tapasi ystäviään joka päivä. Sukupuolten väliltä on mahdollisesti eroa

ystävien tapaamisen suhteen, sillä poikien on todettu tapaavan ystäviään hieman tyttöjä useammin (Myllyniemi 2009).

3.1.2 Ystävien lukumäärä

Suurimmalla osalla suomalaisista nuorista on vähintään yksi hyvä ystävä, ja puolella on kaksi ystävää tai enemmän (Myllyniemi 2009; Kämppi ym. 2008). Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttama vuonna 2015 julkaistu Kouluterveyskysely osoittaa, että peruskouluikäisistä pojista 11 % on ilman yhtään läheistä ystävää, kun tytöillä vastaava lukema on 6 % (Kouluterveyskysely 2015). Iällä on havaittu olevan yhteys nuorten ystävien lukumäärään, sillä 10-14-vuotiailla nuorilla näyttää olevan keskimäärin enemmän hyviä ystäviä kuin 15-19-vuotiailla (Myllyniemi 2009). Myllyniemi (2009) ei havainnut sukupuolella olevan yhteyttä samaa sukupuolta olevien ystävien lukumäärään. Kämppi ym. (2008) havaitsivat, että pojilla on yleensä enemmän läheisiä ystäviä kuin tytöillä.

Ystävien lukumäärän on todettu olevan yhteydessä nuorten yksinäisyyden kokemiseen (van Gilder 1996; Nangle ym. 2003; Kingery & Erdley 2007; Shin 2007; Kingery ym. 2011; Myllyniemi & Berg 2013; Vanhalst ym. 2014). Nuoret, jotka raportoivat olevansa tyytyväisiä läheisten ystäviensä määrään, kokivat läheiset ystävyysuhteet riittäviksi, ja kokivat vain vähän yksinäisyyttä. Vastaavasti silloin, kun toivottu läheisten ystävien lukumäärä ei vastannut nuoren käsitystä, he kokivat enemmän yksinäisyyttä (Russell ym. 2012). Tämä on loogista, sillä Junttilan (2015, 13) mukaan yksinäisyys voi olla seurausta ihmissuhteiden puutteellisesta määrästä. Sullivan (1953) esittää kuitenkin näkemyksen, jonka mukaan vain yksi läheinen ystävyysuhde on riittävä tyydyttämään yksilön läheisyyden tarpeet. Renshaw ja Brown (1993) toteavat tutkimuksessaan, että nuoret joilla ei ole yhtään ystävää, raportoivat merkittävästi yleisemmin yksinäisyyttä verrattuna niihin nuoriin, joilla on yksi ystävä tai enemmän.

Johtopäätösten vetäminen ystävien lukumäärän ja yksinäisyyden kokemisen välille on haastavaa, sillä nuoret määrittelevät ystävän käsitteenä eri tavalla - nuoret voivat kokea olevansa yk-

sinäisiä, vaikka heillä olisi useita ystäviä (Russell ym. 2012). Yksinäisyyden kokeminen muodostuu subjektiivisesta kokemuksesta, jonka vuoksi se voi olla riippumaton nuoren todellisten sosiaalisten suhteiden määrästä (Myllyniemi & Berg 2013). Ystävien lukumäärän arvioiminen saattaa olla haastavaa siksi, että lasten ja nuorten on vaikeaa arvioida sosiaalisen verkostonsa kokoa, ja he saattavat sekoittaa toverin ja ystävän käsitteet keskenään (Margalit 2010, 136). Jotta todella ymmärrettäisiin ystävien vaikutus nuoren elämässä, ei ystävien lukumäärän tarkastelu ole Hansenin ym. (2003) mukaan riittävä mittari. Lukumäärän sijaan olisi keskeistä tarkastella lähemmin nuorten yhteistä tekemistä (Hansen ym. 2003).

3.1.3 Ystävyysuhteiden laatu

Ystävyysuhteiden laadulla tarkoitetaan yksilön tyytyväisyyttä omiin ystävyysuhteisiinsa (Roberts 2009). Ystävyyttä voidaan kuvailla muun muassa läheiseksi ja lojaaliksi suhteeksi, kumpuudeksi ja omien näkemysten jakamiseksi yhdessä ystävän kanssa (Hussong 2000). Nuoret kuvailevat läheiseen ystävyysuhteeseen kuuluvan hyvää kommunikaatiota, tukea, luottamusta ja mukavaa yhdessäoloa (Alvord ym. 2005). Vastaavasti huono ystävyysuhteeseen kuuluu riitaisa ja vihamielinen (Berndt 2002; Roberts 2009). Sullivanin (1953) mukaan ystävyysuhteeseen kuuluu antoisa silloin, kun se pitää sisällään runsaasti läheisyyttä, yhteistyötä ja vähän yksilöiden välistä kilpailua.

Ystävyysuhteiden huono laatu ja läheisyyden puuttuminen ovat useissa aiemmissä tutkimuksissa olleet yhteydessä nuoruusiän yksinäisyyden kokemuksen yleisyyteen (Uruk & Demir 2003; Heinrich & Gullone 2006; Woods ym. 2009; Hawkey & Cacioppo 2010; Kingery ym. 2011; Vanhalst ym. 2014). Hyvä ystävyysuhteiden laatu näyttää suojelevan nuorta yksinäisyyden kokemiselta (Uruk & Demir 2003; Woods ym. 2009; Woodhouse 2012). Kun ystävyysuhteeseen kuuluu tyydyttävä, se parantaa nuoren itsetuntoa, kehittää sosiaalisia taitoja, ja lisää kykyä selviytyä stressitekijöistä (Margalit 2010, 141).

Sukupuolten välillä saattaa olla eroa ystävyysuhteiden laadun ja yksinäisyyden välillä, sillä tyttöjen ystävyysuhteiden on esitetty olevan poikien suhteita läheisempiä (Nangle ym. 2003;

Kingery & Erdley 2007; Vanhalst ym. 2014). Vanhalstin ym. (2014) 16-vuotiaita nuoria koskevassa tutkimuksessa nuorten ystävyysuhteiden laatua tutkittiin ystävyysuhteiden laatua mittaavalla mittarilla, ja kysymyksiä olivat muun muassa ”Vietämme ystäväni kanssa kaiken vapaa-aikamme yhdessä” sekä ”Tunne itseni iloiseksi kun vietän aikaa ystäväni kanssa”. Pojat saattavat kokea yleisemmin ystävyysuhteiden huonosta laadusta johtuvaa yksinäisyyttä (Vanhalst ym. 2014; Junttila 2015, 42), ja Vanhalstin ym. tutkimuksessa sukupuolten väliset erot havaittiin monimuuttujavarianssianalyysin tuloksista. Junttilan (2015, 42, 44-45) mukaan yläasteikäiset pojat kaipaavat kuuntelijaksi ystävää, vaikka monesti tyttöjen oletetaan olevan enemmän keskusteluseuran tarpeessa. On väärin ajatella poikien olevan tunteettomia ja kovia, ja että he eivät oikeasti tarvitse ystävää (Junttila 2015, 42, 44-45). Aiemmissä tutkimuksissa pojilla on todettu olevan tyttöjä vähemmän läheisiä ystäviä, joiden kanssa keskustella itselle tärkeistä asioista (O'Connor 2006; Rönkä ym. 2013; Kouluterveyskysely 2015).

3.2 Perhe

Jokaisella ihmisellä on biologiset vanhemmat, äiti ja isä, mutta perhe voi rakentua eri tavoin (Hurme 2008, 141). Hurmeen (2008, 142) mukaan perheeksi lasketaan yhden vanhemman muodostama perhe tai tilanne, jossa jompikumpi tai kumpikaan perheen aikuisista ei ole lapsen biologinen vanhempi. Perhe on dynaaminen systeemi, jolla tarkoitetaan, että perheeseen kuuluvien jäsenien lukumäärä voi muuttua. Tärkeää perheen käsitettä määritettäessä on, että perheenä asutaan yhdessä saman katon alla, ja asujien välillä on myönteinen tunneside (Hurme 2008, 141). Koti tarjoaa kontekstina lapselle ja nuorelle turvaa ja ymmärrystä, sekä tukee sosiaalista ja emotionaalista hyvinvointia (Junttila 2015, 126).

Vuonna 2013 Suomessa yleisin perhemuoto oli avioparin muodostama perhe, joita oli 60 % kaikista perheistä. Vastaavasti avoparien muodostamia perheitä oli 19 prosenttia lapsiperheistä. Yksinhuoltajaäitien perheitä oli 18 %, kun taas yksinhuoltajaisien vastaava luku oli alle kolme prosenttia. Saman sukupuolen muodostamia lapsiperheitä oli vuonna 2013 hieman yli 400, kun perheitä kaikkiaan oli Suomessa 576 000 (Tilastokeskus 2014).

3.2.1 Perheen taloudellinen tilanne

Sosioekonomisella asemalla tarkoitetaan aineellisesti mitattua hyvinvointia, kuten omaisuutta, asumistasoa ja tuloja. Ammatti ja siihen liittyvä sosiaalinen asema, sekä koulutus, määrittävät hyvinvoinnin saavuttamista (Karisto & Lahelma 2005). Nuoruudessa vanhempien koulutus ja tulot määrittävät pitkälti sen, millaiseksi nuori kokee sosioekonomisen asemansa (Galobardes ym. 2006), sillä nuoret ovat vahvasti sidoksissa vanhempiinsa ja nuoren sosiaalinen asema muokkaa vanhempien asemaa (Haapala 2003). Nuoret arvioivat kuitenkin yleensä virheellisesti tiedot vanhempien tuloista, ammatista ja koulutuksesta (Wardle 2002).

Mannerheimin lastensuojeluliitto toteutti yhteistyössä Kotivinkki-lehden kanssa tutkimuksen, jossa he tutkivat perheen taloudellisen tilanteen yhteyttä nuoriin. Kyselyyn vastasi 1162 13-18-vuotiasta nuorta. Kyselyllä haluttiin selvittää, millainen yhteys perheen taloudellisella tilanteella on nuoren kokemuksiin siitä, miten taloudellinen tilanne vaikuttaa heidän arkeensa. IRC-galleriassa toteutetussa kyselyssä oli sekä monivalinta- että avoimia kysymyksiä (MLL 2010). Tulosten mukaan nuoret olivat huolissaan perheen taloudellisesta tilanteesta, jopa enemmän kuin vanhemmat itse. Taloudellisella tilanteella havaittiin olevan yhteys nuorten kaverisuhteisiin, sosiaaliseen elämään sekä harrastusmahdollisuuksiin. Vähävaraisesta perheestä tuleva nuori saatettiin jättää kaveriporukan ulkopuolelle, koska nuorella tai nuoren perheellä ei ollut yhtä paljon rahaa kuin muilla nuorilla tai heidän perheillään. Myös joka kymmenes nuori raportoi, että joutui lopettamaan harrastuksensa, kuten ratsastuksen tai tanssin, perheen huonon taloudellisen tilanteen vuoksi (MLL 2010).

3.2.2 Perherakenne

Ennen varhaisnuoruutta osa lapsista joutuu käymään läpi vanhempien avioeron, jonka vuoksi hyvät suhteet perheenjäsenten välillä voivat vaarantua (Nurmi ym. 2008, 120). Vanhempien ero aiheuttaa muutoksia perheessä, jolloin vanhemman ja lapsen välinen suhde muuttuu, ja se voi rasittaa vanhemman ja lapsen tunnesidettä (Guttmann & Rosenberg 2003). Eroperheiden lapset voivat kokea voimakkaita torjumisen tunteita ja etäisyyttä vanhempia kohtaan (Johnson ym. 2001). Uusperheessä äiti- tai isäpuolen hyväksyminen voi olla lapselle tai nuorelle vaikeaa,

vaikka toisaalta uusperhetilanteeseen voi sisältyä sosiaalista pääomaa rikastuttavia ihmissuhteita (Nurmi ym. 2008, 120). Erotilanteen riskitekijöistä huolimatta lapset näyttävät ajan myötä sopeutuvan hyvin muuttuneeseen perhetilanteeseen. Kuitenkin erityisesti kouluikäiset pojat näyttävät kohtaavan vanhempien eron jälkeen ongelmia koulusuorituksissa, käyttäytymisessä ja sosiaalisissa suhteissa (Nurmi ym. 2008, 120).

Perherakenteen on todettu olevan yhteydessä nuorten yksinäisyyden kokemisen yleisyyteen (Uruk & Demir 2003). Mustosen ym. (2013) 26 vuotta kestäneessä seurantatutkimuksessa selvitettiin perhatustaan liittyvien riskitekijöiden yhteyttä yksilön mielenterveyteen ja psykososiaaliseen hyvinvointiin. Tutkimuksen alkaessa tutkittavat olivat 9-luokkalaisia (n=2269), ja tutkimuksen päättyessä 42-vuotiaita (n=1334). Mustosen ym. (2013) tulokset osoittavat, että lapsuudessa koettu vanhempien avioero ennusti suurempaa riskiä ihmissuhdevaikeuksille sekä psyykkisille ongelmille myöhemmin elämässä. Myös Garnefski ja Diekstra (1997) toteavat tutkimustuloksissaan, että yksinhuoltaja- tai uusperheissä asuvat nuoret ilmoittavat kokevansa enemmän henkisiä ongelmia ja yksinäisyyttä, kuin ydinperheessä elävät nuoret.

3.2.3 Kiintymyssuhde ja kasvatustyyli

Perhedynamiikan rinnalla on keskeistä tarkastella lapsen ja vanhempien välistä kiintymyssuhdetta. Bowlbya (1969) kutsutaan kiintymyssuhdeteorian isäksi, ja hän kehitti teorian 1960-luvulla. Kiintymyssuhde kuvaa lapsen ja häntä hoivaavan aikuisen välisen suhteen laatua. Jo vuoden ikäiselle lapselle suoritettu varhainen kiintymyssuhteen laadun arvioiminen ennustaa lapselle myöhemmin muodostuvaa kiintymyssuhdetta vanhempaan (Bowlby 1969). Bowlbyn (1969) kiintymyssuhdeteorian mukaan vanhemmat luovat perustan lapsen persoonallisuuden ja sosiaalisuuden kehitykselle. Soaresin (2007) näkemyksen mukaan laadullisesti hyvät kiintymyssuhteet lapsuudessa edesauttavat läheisten ihmissuhteiden muodostumista myöhemmin elämässä. Huomionarvoista kiintymyssuhdetutkimuksissa on, että ne ovat perinteisesti keskittyneet äidin ja lapsen väliseen suhteeseen (Lyytinen ym. 2008, 62-63). Lapsen ja isän välistä kiintymyssuhdetta on tutkittu vähemmän, eivätkä tutkijat ole yksimielisiä siitä, mikä rooli isällä on kiintymyssuhteen osalta. Keskeinen ero vanhempien toiminnassa on selkeästi nähtävissä –

äidit ovat hoivaajia ja huolenpitäjiä, kun taas isät ensisijaisesti leikkivät lastensa kanssa. Länsimaaisessa kulttuurissa on yleistä, että äidistä tulee lapsen kiintymyskohde ja isästä leikkitoveri (Lyytinen ym. 2008, 62-63).

Kiintymyssuhteet on alun perin luokiteltu kolmeen kiintymyssuhdekategoriaan, joita ovat turvallinen, turvaton sekä ristiriitainen kiintymyssuhde (Ainsworth ym. 1978). Myöhemmin havaittiin myös neljäs, organisoitumaton, kiintymyssuhde (Main & Solomon 1990). Lapset, joilla on turvallinen kiintymyssuhde äitiin, on havaittu olevan paremmat sosiaaliset taidot, luontevampi kyky siirtyä leikkiin ikätovereidensa kanssa ja solmivan ystävyysuhteita helpommin, kuin turvattoman suhteen omaavilla lapsilla (Lyytinen ym. 2008, 63; Nurmi ym. 2008, 55). Läheisen kiintymyssuhteen vanhempiin on katsottu olevan yhteydessä nuoren kokemuksiin positiivisiin tunteisiin, kuten optimismiin, iloisuuteen, rauhallisuuteen, itseluottamukseen ja hyvään itsetuntoon (Uruk & Demir 2003).

Kasvatustyyllillä tarkoitetaan yleisesti vanhemman tapaa olla vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa, ja näin ollen se luo vuorovaikutusilmapiirin vanhemman ja lapsen välille (Aunola 2005). Baumrindin (1989) mukaan kasvatustyyli voidaan jakaa kahteen ulottuvuuteen lämpimyden ja kontrolloivuuden suhteen. Kontrolloiva kasvatustyyli ilmenee vanhemman kasvatuksessa lapsen kontrolloimisena ja ohjaamisena, kuten vaatimusten ja sääntöjen noudattamisen valvomisena. Vastaavasti lämpimyyden näkyä lapsen kasvatuksessa vanhemman huolenpidon osoittamisena, kannustamisena, lapsen tarpeisiin vastaamisena sekä lämpimän vuorovaikutusilmapiirin ylläpitämisenä (Baumrind 1989). Vanhemmuudella on keskeinen merkitys lapsen sosiaalisten taitojen ja vertaissuhteiden kehittymisen kannalta (Putallaz & Heflin 1990). Jo varhainen vuorovaikutus lapsen ja vanhemman välillä luo perustan lapsen sosiaalisten taitojen kehittymiselle (Matza ym. 2001). Hyvä vanhemman ja lapsen välinen varhainen vuorovaikutus tarjoaa lapselle paremmat edellytykset solmia vertaissuhteita myöhemmin elämässä (Peltoniemi ym. 2014). Lämmin vanhemmuussuhde edesauttaa lapsen empaattisuuden ja tunteiden säätelyn suotuisaa kehitystä, ja luo paremmat edellytykset luoda positiivisia vertaissuhteita (Baumrind 1989). Putallazin (1987) mukaan vertaisryhmässään suosittujen ja positiivisia tunteita näyttävien äitien lapset olivat myös omassa vertaisryhmässään yleisemmin suosituissa asemassa. Puolestaan niillä lapsilla, jotka jäivät ilman vanhemman lämpimyyttä, olivat usein muita

lapsia kehittymättömämpiä sosiaalisilta taidoiltaan, ja olivat hyljittyjä vertaisryhmässään (Matza ym. 2001).

Nuoruuden yksi tärkeimmistä tehtävistä on, että nuori pystyy irrottautumaan lapsuudesta ja vanhemmista, ja valmistautumaan kohti aikuisuutta (Heinrich & Gullone 2006). Vaikka nuori laajentaa sosiaalista vuorovaikutustaan perheen ulkopuolelle, perhe säilyy tärkeänä osana nuoren elämää. Nuoret saavat elämäänsä vanhemmilta edelleen tukea, neuvoja ja ohjausta. Toisaalta kaikki nuoret eivät koe vanhempien neuvoja positiivisena kasvattamisena, ja tämä vaikuttaa siihen miten vanhemmat nuoreen suhtautuvat (Nurmi ym. 2008, 145). Nurmen ym. (2008, 145) mukaan nuoret kuitenkin arvioivat vanhemmat läheisimmiksi ihmisiksi ystävien jälkeen.

Vuonna 2013 peruskouluikäisistä pojista 9 % ja tytöistä 12 % koki keskusteluvaikeuksia vanhempiansa kanssa (Kouluterveyskysely 2015). Myllyniemen (2009) tutkimuksessa molempien vanhempien kanssa asuvista nuorista noin 40 % raportoi erittäin hyvät välit vanhempiin, kun vastaavasti toisen vanhemman kanssa elävistä nuorista hieman pienempi osa (30 %) kommunikoi mielestään vanhempiansa kanssa erittäin hyvin.

Vanhemmilla on vaikutusvaltaa lapsen mahdollisuuksiin olla kontaktissa muihin ihmisiin kotona ja kodin ulkopuolella. Määräysvalta lapsen mahdollisuuksista tavata tovereita vanhempien toimesta on sitä korostuneempi, mitä pienemmästä lapsesta on kyse (Hurme 2008, 149). Vanhempien mahdollistava tai rajoittava suhtautuminen lapsen sosiaalisten suhteiden kehittymiseen on ratkaisevaa nuoruusikää ajatellen, sillä lapsuudessa sosiaalinen kehitys ja sosiaaliset taidot muovautuvat, ja niillä voi olla kauaskantoisia vaikutuksia (Hurme 2008, 149). Hurmeen (2008, 152) mukaan lapsi myös sisäistää vanhempiensa käyttäytymisen ja yhdessä luodut merkitykset omiksi sisäisiksi toimintamalleiksi, jotka ohjaavat lapsen käyttäytymistä myöhemmin nuoruudessa ja aikuisuudessa.

4 NUOREN KEHITTYVÄ ITSETUNTO

Rosenberg (1965) määrittelee itsetunnon yleismaailmalliseksi käsitykseksi yksilön arvosta. Hyvä itsetunto on yksi vahvimista hyvää psyykkistä hyvinvointia määrittävistä tekijöistä (Rosenberg 1965). Itsetunto rakentuu kokemuksista, joita yksilö saa ympäristöstä ja yhdessä muiden ihmisten kanssa (Keltikangas-Järvinen 2010, 123). Itsetunto kuvaa positiivista tai negatiivista asennetta itseä kohtaan, ja yksilö jolla on hyvä itsetunto, kunnioittaa itseään ja kokee olemassaolonsa arvokkaaksi (Rosenberg 1965, 30-31; Keltikangas-Järvinen 2010, 17). Ihmisen itsetunto voidaan jakaa yksityiseen ja julkiseen itsetuntoon. Yksityinen itsetunto pitää sisällään ajatukset, joita yksilö mielessään ajattelee itsestään, ja miten hyvä hän omasta mielestään on. Yksityistä itsetuntoa voidaan pitää ihmisen varsinaisena itsetuntona, kun taas julkinen itsetunto on yksilön itsestään muille näyttämä puoli. Yksityinen ja julkinen itsetunto eivät ole sama asia, mutta tasapainoisella ihmisellä niiden välinen ero ei ole kovin suuri (Keltikangas-Järvinen 2010, 24).

Vahva itsetunto rakentuu kuudesta eri elementeistä, joita ovat tunne siitä että olen hyvä, itsetuottamus ja itsensä arvostaminen, oman elämän näkeminen arvokkaana ja ainutkertaisena, kyky arvostaa muita ihmisiä, itsenäisyys oman elämän ratkaisuissa ja riippumattomuus muiden mielipiteistä, sekä epäonnistumisten ja pettymysten sietäminen (Keltikangas-Järvinen 2010, 17-23). Hyvä itsetunto ei kuitenkaan tarkoita, että yksilö ei näkisi itsessään heikkouksia tai puutteita (Keltikangas-Järvinen 2010, 17). Huono itsetunto vastaavasti merkitsee itsensä torjumista ja halveksuntaa, sekä tyytymättömyyttä omaan itseen. Yksilö, jolla on huono itsetunto, ei kunnioita itseään, jolloin omakuva on epämieluisa ja yksilö toivoo sen olevan toisenlainen (Rosenberg 1965, 30-31).

4.1 Itsetuntoa muokkaavat tekijät

Lapsilla ja nuorilla itsetunnon kehitys on kiinteästi yhteydessä kotiin ja vanhempiin. Itsetunto lähtee kehittymään lapsuudessa, ja siihen vaikuttaa vanhempien tapa hoitaa lasta. Vanhempien kasvatusstyylit sekä perheen yleinen ilmapiiri vaikuttavat siihen, millaiseksi lapsen itsetunto ke-

hittyy (Keltikangas-Järvinen 2010, 162). Hyvän itsetunnon kehittyminen pitää sisällään esimerkiksi lapsen varmuuden vanhempien rakkaudesta, tai kokemuksen siitä että on tärkeä vanhemmilleen, eikä lapseen ole kohdistettu liikaa odotuksia. Itsetuntoa muovaavat myös vanhempien suhtautuminen lapsen onnistumisiin, epäonnistumisiin sekä suorituksiin (Keltikangas-Järvinen 2010, 27, 123). Keltikangas-Järvinen (2010, 162) määrittelee lapsen itsetunnon olevan tyypillisesti matala, jos vanhemmat ajattelevat, että lapsen tulee olla tottelevainen, kiltti ja siisti. Odotukset itsessään eivät muodosta lapselle huonoa itsetunoa, vaan sen aiheuttavat vanhempien asenteet, jotka heijastuvat lapsen kasvatuksessa (Keltikangas-Järvinen 2010, 162).

Lapsen hyvän itsetunnon kehitystä tukee positiivinen ja kannustava perheilmapiiri (Keltikangas-Järvinen 2010, 166-167). Kiinteät siteet lasten ja vanhempien välillä, vanhempien kohtuullisten rajojen asettaminen lapsille, rankaisun välttäminen kasvatusmenetelmänä, tasa-arvoinen perhe-elämä sekä yksilöllisyyden arvostaminen, on katsottu edistävän lapsen hyvän itsetunnon muodostumista (Keltikangas-Järvinen 2010, 166-169). Lapsen kasvaessa itsetuntoa alkavat muokkaamaan vanhempien ja kodin lisäksi koulu, kaverit ja harrastukset. Koulussa lapselle alkaa muodostumaan kuva itsestä – mitä hän kykenee oppimaan, ja kuinka paljon se vaatii työtä. Itsetunto kehittyy olemalla vertaisryhmän jäsen, ja lisäksi lapsi saa vertaisryhmästä sosiaalista hyväksyntää (Keltikangas-Järvinen 2010, 59, 123).

Nuoruudessa ajattelu muuttuu abstraktimmaksi, joka mahdollistaa laajempia ja syvällisempiä kuvauksia omasta itsestään. Nuorten minäkuvaa muokkaavat muiden ihmisten palaute muun muassa ulkonäöstä, ikätoverien hyväksyntä sekä koulumenestys (Nurmi 2008, 262). Nurmen ym. (2008, 142-143) mukaan minäkäsitys on nuoruudessa herkkä erilaisille muutoksille ja elämäntapahtumille, ja yleisesti ajatellaan itsetunnon olevan murrosiässä herkästi haavoittuva (Nurmi 2008, 142-143), ja itsevarmuuden tunteen olevan ailahteleva (Keltikangas-Järvinen 2010, 33). Keltikangas-Järvinen (2010, 33) huomauttaa, että itsetunnon on todettu olevan nuoruudessa melko pysyvä, eivätkä suuret itsetunnon vaihtelut automaattisesti kuuluu siihen. Nuoruusiän itsetunnon kehityksessä on kuitenkin jonkinlaista vaihtelua, ja itsetunnon vaihtelu on yleisintä 12-14-vuotiailla. On osoitettu, että lapset joilla on hyvä itsetunto, todennäköisesti säilyttävät sen läpi murrosiän (Keltikangas-Järvinen 2010, 33).

4.2 Huono itsetunto ja nuoren kokema yksinäisyys

Brennanin (1982) näkemyksen mukaan tietyt yksilön piirteet, kuten huono itsetunto, voivat altistaa nuorta kokemaan yksinäisyyttä. Tutkimuskirjallisuus on yksimielinen siitä, että hyvä itsetunto suojaa nuorta yksinäisyyden kokemiselta (Qualter ym. 2013; Vanhalst ym. 2014). Vastaavasti huono itsetunto näyttää olevan vahvasti yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen nuoruudessa (Laine 1998; Heinrich & Gullone 2006; Mahon 2006; Cacioppo & Patrick 2008, 87-88; Kangasniemi 2008; Stoeckli 2009; Qualter ym. 2013; Vanhalst 2013; Vanhalst ym. 2014). Poikien itsetunnon on todettu olevan tyttöjä myönteisempi sekä seitsemännellä että yhdeksännellä luokalla (Kämppe ym. 2008). Kämpin ym. (2008) julkaisussa 7- luokkalaisista pojista 24 % ja tytöistä 47%, sekä 9-luokkalaisista pojista 28 % ja tytöistä 48 % koki itsetuntonsa huonoksi. Tutkimuksessa oli mukana 884 poikaa ja 960 tyttöä.

Yhteys huonon itsetunnon ja koetun yksinäisyyden välillä näkyy nuoruuden sosiaalisissa suhteissa, sillä nuoren jolla on huono itsetunto, on vaikeaa ylläpitää tyydyttäviä ihmissuhteita tai aloittaa uusia suhteita menetettyjen tilalle (Uruk & Demir 2003; Woodhouse 2012; Vanhalst ym. 2014). Yhdeksi huonon itsetunnon taustalla olevaksi syyksi on todettu, että nuori ei ole saanut mahdollisuutta oppia ystävien ja tovereiden kanssa sosiaalisia taitoja, jonka vuoksi suhteiden vakiintuminen ja ylläpitäminen on ollut hankalaa (Laine 1998). Laineen (1998) mukaan kontaktien puute ikätovereihin saattaa johtaa nuoren vetäytymiseen omista vertaisistaan, jolloin yksinäisellä nuorella on vain pieni mahdollisuus harjoitella sosiaalisia taitojaan. Sosiaalinen hyväksyntä osoittautui keskeiseksi selittäväksi tekijäksi huonon itsetunnon ja yksinäisyyden välillä, sillä nuoret joilla oli huono itsetunto, kuvailivat vaikeaksi vastaanottaa hyväksyntää ikätovereilta, ja kokivat sen vuoksi yleisemmin yksinäisyyttä (Vanhalst ym. 2014). Nuorten yksinäisyyden kokemisen taustalla saattaa olla myös epäpätevyyden ja tyhmyyden tunteita, kokemus siitä että oma ulkonäkö on epäviehättävä, tai oma fyysinen olemus on erilainen muihin verrattuna (Laine 1998). Huono itsetunto on yhteydessä koettuun yksinäisyyteen, sillä heikko itsetunto voi aiheuttaa yksinäisyyttä, mutta toisaalta huono itsetunto voi olla yksinäisyyden kokemisen seurausta (Peplau & Perlman 1982). Huonon itsetunnon ja yksinäisyyden välinen yhteys voi vaikuttaa negatiivisesti nuoren ystävyysuhteisiin, mikä taas puolestaan saattaa johtaa

yksinäisyyden kokemiseen (Woodhouse 2012; Vanhalst ym. 2014). Täytyy kuitenkin huomioida, että nuori jolla on huono itsetunto, ei automaattisesti koe yksinäisyyttä (Uruk & Demir 2003).

5 YKSINÄISYYDEN YHTEYS NUORTEN TERVEYTEEN JA KOULUN KÄYNTIIN

Tyydyttävät sosiaaliset suhteet ovat elintärkeitä ihmisen tasapainoiselle terveydelle (Heinrich & Gullone 2006). Yksinäisyyden kokemisella on todettu olevan yhteys fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen terveyteen, ja sen on todettu altistavan yksilön kokonaisvaltaisen terveyden negatiivisille muutoksille (Hawkley & Cacioppo 2010). Seuraavassa luvussa kuvaan yksinäisyyden yhteyttä nuorten fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, sekä terveyskäyttäytymiseen ja kouluuoriutumiseen.

Koetun yksinäisyyden on todettu olevan yhteydessä fyysisiin terveyden muutoksiin (Heinrich & Gullone 2006). Aiempi tutkimustieto osoittaa, että yksinäisyyttä kokevat nuoret raportoivat terveydentilansa heikoksi (Mahon ym. 1993; Goosby ym. 2013; Harris 2013; Qualter 2013; Rönkä ym. 2013). Röngän ym. (2013) poikittaistutkimuksessa tutkittiin yksinäisyyden kokemiseen yhteydessä olevia tekijöitä 16-vuotiailla suomalaisilla nuorilla, ja tutkittavia oli yhteensä 7014. Yksinäisyyden kokemisen ja terveydellisten tekijöiden välistä yhteyttä arvioitiin kyselylomakkeella siten, että tutkittavat itse arvioivat omaa terveydentilaansa. Röngän ym. (2013) tutkimuksessa havaittiin, että yksinäisyyttä kokevat nuoret raportoivat itsearvioidun terveytensä huonoksi. Heinrichin ja Gullonen (2006) mukaan yksinäisyyden kokeminen saattaa heikentää nuoren immuunivastetta. Yksinäiset nuoret voivat oireilla vatsakivuilla ja päänsärkyillä, ja heillä on suurentunut riski ylipainoon (Heinrich & Gullone 2006). Goosby ym. (2013) raportoivat, että erityisesti yksinäisyyttä kokevilla nuorilla tytöillä on todettu taipumusta ylipainoon aikuisiällä. Toisaalta, yksinäisyyden kokemisesta voi seurata ruokahalun menetystä (Mahon ym. 1993). Lisäksi yksinäisyyden kokeminen todennäköisesti kasvattaa riskiä syömishäiriöiden syntymiseen (Heinrich & Gullone 2006; Kangasniemi 2008; Lasgaard ym. 2011). Toisaalta Cacioppo ja Patrick (2008, 100) eivät todenneet tutkimuksessaan yhteyttä nuorten yksinäisyyden ja ruokailutottumusten välillä. Yksinäisyyttä kokevat nuoret nukkuvat suosituksiin nähden vähä, kokevat unensa laadun heikoksi (Hawkley & Cacioppo 2010), sekä kärsivät nukahtamisvaikeuksista ja unihäiriöistä (Heinrich & Gullone 2006; Harris ym. 2013). Nuorten yksinäisyyden on todettu aiheuttavan sydän- ja verisuonitautien riskin kohoamista nuoruudessa ja myöhemmin aikuisiällä (Heinrich & Gullone 2006; Cacioppo & Patrick 2008, 30; Hawkley

& Cacioppo 2010; Goosby ym. 2013). BMI:n nousu, sekä HDL-kolesterolipitoisuuden ja hemoglobiiniarvon alentuminen ovat löydöksiä, jotka ovat liittyneet sydän- ja verisuonitautien mukanaan tuoviin riskeihin (Heinrich & Gullone 2006).

Yksinäisyydellä voi olla fyysisen terveyden lisäksi yhteyttä nuorten psyykkiseen terveyden osaluueeseen (Hawkey & Cacioppo 2010). Yleisesti yksinäisyyden kokemisen psyykkisiin oireisiin on havaittu liittyvän stressiä, negatiivisen arvostelun pelkoa, ahdistuneisuutta (Heinrich & Gullone 2006; Kangasniemi 2008), vihaa, heikentynyt itsetunto (Cacioppo & Patrick 2008, 88; Hawkey & Cacioppo 2010; Vanhalst ym. 2013) sekä uupumusta ja surullisuutta (Kangasniemi 2008). Yksinäisillä nuorilla on esiintynyt sosiaalisten tilanteiden pelkoa (Lasgaard ym. 2011), sosiaalisten taitojen vajaavuutta ja aggressiivista käytöstä (Shincka ym. 2013). Nuorten yksinäisyyteen on yhdistetty emotionaalisen tasapainon järkkymistä (Vanhalst ym. 2013), ja yksinäisyyden on todettu olevan yhteydessä masennukseen nuoruusiässä (Heinrich & Gullone 2006; Mahon ym. 2006; Kangasniemi 2008; Hawkey & Cacioppo 2010; Lasgaard 2011; Qualter ym. 2013; Vanhalst ym. 2013; Junttila 2015, 96). Young (1982) perustelee masennuksen ja yksinäisyyden kokemisen välistä yhteyttä psykologian kognitiivisella teorialla; masentuneet ihmiset saattavat todennäköisemmin liioitella sosiaalisten suhteidensa vastoinkäymisiä, ja siksi kokea enemmän yksinäisyyttä (Young 1982). Lisäksi yksinäisyys saattaa Hawkeyn ja Cacioppon (2010) kirjallisuuskatsauksen mukaan aiheuttaa persoonallisuushäiriöitä, psykoosia, skitsofreniaa ja heikentynyttä kognitiivista suoriutumista. Nuorten kokema yksinäisyys todennäköisesti kasvattaa riskiä itsensä vahingoittamiseen, sillä tutkijat ovat löytäneet selkeän yhteyden yksinäisyyden ja nuorten itsemurhayritysten välillä (Heinrich & Gullone 2006; Kangasniemi 2008; Cacioppo & Patrick 2008, 176; Lasgaard ym. 2011).

Nuoret voivat reagoida yksinäisyyden tunteisiin myös terveyskäyttäytymisellään. Ahdistunut ja masentunut nuori on muita taipuvaisempi liialliseen päihteiden käyttöön (Aaltonen ym. 2007, 296; Qualter ym. 2013), ja varhaiset päihdekokeilut ovat tyypillisiä yksinäisille nuorille (Junttila 2015, 96). Alkoholi tarjoaa välittömän ahdistusta ja jännitystä lieventävän vaikutuksen, tarjoaa pakokeinon vaikeasta elämäntilanteesta, sekä vahvistaa heikkoa itseluottamusta (Aaltonen ym. 2007, 295). Myös huumeiden käytön todennäköisyys kasvaa yksinäisyyttä kokevilla nuorilla.

Lisäksi nuoren yksinäisyyden kokeminen voi näkyä koulunkäynnin keskeyttämisellä ja huonona koulusuoriutumisena (Heinrich & Gullone 2006). Junttila (2015, 96) havaitsi yksinäisyyden olevan yhteydessä myös koulu-uupumukseen.

6 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Pro gradu –tutkimukseni tarkoituksena oli tutkia yksinäisyyden kokemista ja siihen yhteydessä olevia tekijöitä 13- ja 15-vuotiailla nuorilla. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa uutta tietoa nuorten yksinäisyyden kokemisesta ilmiönä, sekä siihen yhteydessä olevista tekijöistä.

Tutkimuksessani halusin löytää vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Kuinka yleistä nuorten yksinäisyyden kokeminen on ja vaihtelee se iän ja sukupuolen mukaan?
2. Missä määrin ystävien lukumäärä, ystävien kanssa vietetty aika ja yhteydenpito ystäviin sekä ystävyys-suhteiden laatu ovat yhteydessä nuorten yksinäisyyden kokemiseen?
3. Vaihtelee nuorten yksinäisyyden kokeminen nuoren yksilöllisten (itsetunto) ja perheeseen liittyvien tekijöiden (koettu perheen taloudellinen tilanne, perherakenne, nuoren ja vanhempien välinen kiintymyssuhde) mukaan?

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

7.1 Tutkimusaineisto

Tutkimus perustuu vuoden 2010 WHO-Koululaistutkimusaineistoon. Tämä tutkimus on osa pitkäkestoista kansainvälistä tutkimusta Health Behavior in School-aged Children (HBSC study), joka on koordinoitu yhteistyössä WHO:n (World Health Organization) Euroopan aluetoimiston kanssa. Tutkimus toteutettiin ensimmäisen kerran vuosina 1983/1984 viidessä eri maassa (Currie ym. 2012; HBSC 2015). Suomi on ollut mukana perustamassa tutkimusta ja on osallistunut siihen alusta lähtien (Roberts ym. 2009). Seuraavan kerran tutkimus toteutettiin vuosina 1985/1986, jonka jälkeen se on toteutettu neljän vuoden välein 11-, 13- ja 15-vuotiaille nuorille (HBSC 2015). Nykyään WHO-Koululaistutkimusta toteutetaan kansainvälisesti 44 maassa ja alueella Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa. Tutkimuksen tarkoitus on lisätä tietämystä nuorten terveystäytymisestä sekä terveydestä ja hyvinvoinnista heidän sosiaalisessa elinympäristössään (Villberg & Tynjälä 2004; Currie ym. 2012; HBSC 2015). Lisäksi jokainen tutkimukseen osallistuva maa saa muokata kyselylomaketta omien kansallisten kiinnostusten mukaisesti (Roberts ym. 2009).

Tutkimuksen otantamenetelmänä käytettiin ositettua ryväotantaa, jotta saatiin valtakunnallisesti edustava otos kyseisistä ikäluokista Suomessa (Villberg & Tynjälä 2004, 241-242). WHO-Koululaistutkimus toteutettiin koulujen luokkahuoneissa, joissa oppilaat vastasivat nimettömästi kyselylomakkeeseen opettajan valvonnassa (Villberg & Tynjälä 2004; Roberts ym. 2009; HBSC 2015).

Aineisto kerättiin vuoden 2010 keväällä (Currie ym. 2012). Aineistona käyttämäni vuoden 2010 WHO-Koululaistutkimuskyselyyn vastasi 13- ja 15-vuotiaista nuorista 2264 poikaa ja 2360 tyttöä, yhteensä kyselyyn vastasi 4624 nuorta (taulukko 1). Tutkimuksessani olivat mukana 13- ja 15-vuotiaat nuoret. 11-vuotiaat rajattiin tutkimuksestani pois, sillä yksinäisyyden kokemisen tutkiminen alakouluikäisiltä on haasteellista. Lisäksi kaikkia tutkimuksessani mukana olleita WHO-Koululaistutkimuksen kyselylomakkeen kysymyksiä ei ollut 11-vuotiaiden vastauslomakkeessa, mikä olisi vaikeuttanut ikäryhmien välistä vertailua.

TAULUKKO 1. WHO-Koululaistutkimuksen vuoden 2010 otos, kyselyyn vastanneet, puhdistettu aineisto ja vastausprosentti sukupuolen ja iän mukaan 13- ja 15-vuotiaiden osalta

Ikä	Otos	Pojat			Tytöt			
		Vastanneet	Aineisto	Vastaus (%)	Otos	Vastanneet	Aineisto	Vastaus (%)
13	1264	1152	1054	91.1	1250	1197	1124	95.8
15	1165	1094	992	93.9	1195	1163	1090	97.3
yht.	2429	2264	2046	92.5	2445	2360	2214	96.6

7.2 Mittarit

Yksinäisyyden kokeminen. WHO-Koululaistutkimuksessa yksinäisyyden kokemista kysyttiin sekä 13- että 15-vuotiaiden lomakkeissa kysymyksellä ”Tunnetko koskaan itseäsi yksinäiseksi?” (1= en, 2= kyllä, joskus, 3= kyllä, melko usein ja 4= kyllä, hyvin usein). Analyysivaiheessa vastausvaihtoehdot ”Kyllä, melko usein” ja ”Kyllä, hyvin usein” yhdistettiin yhdeksi ”Usein” luokaksi, muut luokat pysyivät ennallaan. Vastausvaihtoehtojen alkuperäinen jakauma on näkyvillä liitetaulukossa 1.

Ystävyysuhteet. Ystävyysuhteisiin liittyviä tekijöitä selvitettiin kyselylomakkeessa kysymyksillä läheisten ystävien lukumäärästä, ystävien kanssa vietetystä ajasta, yhteydenpidosta ystäviin ja ystävyysuhteiden laadusta. Läheisten ystävien lukumäärää selvitettiin kysymyksellä ”Kuinka monta läheistä ystävää sinulla tällä hetkellä on? ”Merkitse yksi vaihtoehto kumpaankin kohtaan”. Kyselylomakkeen vastausvaihtoehdot oli eroteltu sukupuolen (poikia/tyttöjä) mukaan (1= ei yhtään, 2= yksi, 3= kaksi ja 4= kolme tai useampia). Jatkoanalyysija varten läheisten ystävien lukumäärästä muodostettiin summamuuttuja, jossa ystäviä ei jaoteltu sukupuolen mukaan, vaan tarkasteltiin, onko nuorella ylipäättään ystäviä ja jos on, niin paljonko heitä on. Läheisten ystävien lukumäärän summamuuttuja luokiteltiin uudelleen kolmeen vastausluokkaan ”Ei yhtään”, ”Yksi” ja ”Kaksi tai useampia”.

Ystävien kanssa vietettyä aikaa selvitettiin kyselylomakkeessa kahdella kysymyksellä. Koulun jälkeen ystävien kanssa vietettyä aikaa kysyttiin kysymyksellä ”Kuinka monena päivänä viikossa vietät aikaa ystäväsi kanssa heti koulun jälkeen?” (1= 0 päivänä, 2= 1 päivänä, 3= 2 päivänä, 4= 3 päivänä, 5= 4 päivänä ja 6= 5 päivänä). Analyysivaiheessa ”1 päivänä” ja ”2 päivänä” luokat yhdistettiin yhdeksi ”1 - 2 päivänä” luokaksi, samoin kuin ”3 päivänä”, ”4 päivänä” ja ”5 päivänä” luokat yhdeksi ”3 -5 päivänä” luokaksi.

Iltaisin ystävien kanssa vietettyä aikaa kysyttiin lomakkeessa kysymyksellä ”Kuinka monena iltana viikossa vietät aikaa ystäväsi kanssa?” (1= 0 iltana, 2= 1 iltana, 3= 2 iltana, 4= 3 iltana, 5= 4 iltana, 6= 5 iltana, 7= 6 iltana ja 8= 7 iltana). Analyysivaiheessa ”1 iltana” ja ”2 iltana” – luokat yhdistettiin yhdeksi ”1 - 2 iltana” luokaksi, samoin kuin ”3 iltana”, ”4 iltana”, ”5 iltana”, ”6 iltana” ja ”7 iltana” luokat yhdeksi ”3 - 7 iltana” luokaksi.

Yhteydenpitoa ystäviin selvitettiin kysymyksellä ”Kuinka usein puhut ystäväsi kanssa puhelimessa, lähetät heille tekstiviestejä tai olet heihin yhteydessä internetin välityksellä?” (1= harvoin tai en koskaan, 2= 1 - 2 päivänä viikossa, 3= 3 - 4 päivänä viikossa, 4= 5 - 6 päivänä viikossa ja 5= joka päivä). Analyysivaiheessa ”1 - 2 päivänä viikossa” ja ”3 - 4 päivänä viikossa” luokat yhdistettiin yhdeksi ”1 – 4 päivänä” luokaksi, samoin kuin ”5 - 6 päivänä viikossa” ja ”Joka päivä” -luokat ”5 - 7 päivänä” -luokaksi.

Ystävyys-suhteiden laatua tarkasteltiin kyselylomakkeessa kymmenen väittämän avulla, joiden paikkaansapitävyyttä oppilaat arvioivat 5-portaisella asteikolla (1= ei totta, 2= yleensä ei totta, 3= joskus totta, joskus ei, 4= yleensä totta ja 5= melkein aina totta). Analyysivaiheessa ”Ei totta” ja ”Yleensä ei totta” -luokista yhdistettiin ”Yleensä ei totta” luokka, samoin kuin ”Yleensä totta” ja ”Melkein aina totta” –luokista ”Melkein aina totta” luokka. Ohje vastaamiseen oli seuraava: ”Seuraavat väittämät koskevat ystävyys-suhteitasi. Lue kukin väittämä ja merkitse rasti ruutuun osoittamaan, kuinka totta väittämä on mielestäsi tällä hetkellä” (1= ystäväni huomaavat, jos minua vaivaa jokin asia, 2= ystäväni rohkaisevat minua puhumaan vaikeuksistani, 3= ystäväni kuuntelevat, mitä minulla on sanottavana, 4= omasta mielestäni minulla on hyviä ystäviä, 5= kun olen vihainen, ystäväni yrittävät ymmärtää minua, 6= ystäväni välittävät

siitä, miltä minusta tuntuu, 7= voin turvautua ystäviin, kun minulla on tarve puhua mieltä painavista asioista, 8= ystäväni kunnioittavat tunteitani, 9= voin kertoa ystävillemme ongelmistani ja huolistani ja 10= jos ystäväni tietävät, että jokin asia vaivaa mieltäni, he kysyvät minulta sitä). Ystävyys-suhteiden laatua kuvaavista väittämistä muodostettiin summamuuttujia faktorianalyysin tulosten mukaisesti jatkoanalyysia varten erikseen tytöille ja pojille. Ystävyys-suhteiden laadun alkuperäisten vastausvaihtoehtojen jakaumat on esitetty liitetaulukossa 2.

Perheeseen liittyvät tekijät. Perherakennetta selvitettiin kyselylomakkeessa kysymyksellä ”Merkitse seuraavaan kysymykseen ne perheenjäsenet, jotka asuvat kanssasi kotona, jossa elät tai vietät suurimpaan osan ajastasi” (1= äiti, 2= isä, 3= äitipuoli (tai isän naisystävä), 4= isäpuoli (tai äidin miesystävä), 5= isoäiti, 6= isoisä, 7= asun sijaikodissa tai lastenkodissa ja 8= joku muu tai jossain muualla). Perherakenteesta rakennettiin uusi muuttuja, joka kuvasti selkeämmin nuoren perherakennetta. Perherakenne oli joko ”Molemmat vanhemmat”, ”Yksi vanhempi” tai ”Uusperhe” tai ”Muu”. Analyysivaiheessa vastausluokka ”Muu” jätettiin pois vähäisten tapausmäärien vuoksi (n=56).

Nuoren kokemusta perheen taloudellisesta tilanteesta kysyttiin kysymyksellä ”Mitä mieltä olet perheesi taloudellisesta tilanteesta?” (1= perheeni tulee erittäin hyvin toimeen taloudellisesti, 2= perheeni tulee melko hyvin toimeen taloudellisesti, 3= perheeni taloudellinen toimeentulo on keskitasoa, 4= perheeni ei tule kovin hyvin toimeen taloudellisesti ja 5= perheeni ei tule lainkaan hyvin toimeen taloudellisesti). Analyysivaiheessa vastausluokat ”Perheeni ei tule kovin hyvin toimeen taloudellisesti” ja ”Perheeni ei tule ollenkaan hyvin toimeen taloudellisesti” yhdistettiin yhdeksi ”Perheeni ei tule lainkaan hyvin toimeen taloudellisesti” -luokaksi.

Nuoren kiintymyssuhteen laatua vanhempiin kysyttiin kyselylomakkeessa kahdella kysymyksellä. Nuoren kiintymyssuhdetta äitiin tarkasteltiin kysymyksellä ”äitini...” kahdeksan väittämän avulla (1= auttaa minua aina kun tarvitsen, 2= antaa minun tehdä asioita, joista pidän, 3= on rakastava, 4= ymmärtää ongelmiani ja huoliani, 5= pitää siitä, että päätän omista asioistani, 6= yrittää määrätä kaikkea mitä teen, 7= kohtelee minua kuin lasta ja 8= saa oloni tuntumaan paremmalta, kun olen pahoittanut mieleni). Vastausvaihtoehtoja väittämiin oli neljä (1= lähes aina, 2= joskus, 3= ei koskaan ja 4= ei ole äitiä tai en tapaa häntä). Nuoren kiintymyssuhdetta

isään kartoitettiin väittämällä ”isäni...”. Väittämät ja vastausvaihtoehdot olivat samat kuin äidin kohdalla. Analyysivaiheessa muodostettiin kiintymyssuhteen laatua äitiin ja isään kuvaavat summamuuttujat, jotka olivat samat tytöille ja pojille. Tällöin sekä äitiin että isään liittyvä vastausvaihtoehto ”Ei ole äitiä/isää tai en tapaa häntä” jätettiin pois jatkoanalyyseista. Nuoren kiintymyssuhteen laatua äitiin ja isään kuvaavien muuttujien alkuperäisten vastausvaihtoehtojen jakaumat on esitetty liitteissä (liite 3, liite 4).

Itsetunto. Nuoren itsetuntoa selvitettiin kyselylomakkeessa lyhennetyn Rosenbergin (1965) itsetuntomittarin avulla. Alkuperäisistä kymmenestä itsetuntoa kuvaavasta väittämästä on jätetty kaksi pois (Lintunen 1995). Kahdeksan väittämän mittaria on testattu ja sen on todettu toimivan hyvin suomalaisessa kontekstissa (Lintunen 1995). Ohje väitteisiin vastaamiseen oli ”Merkitse se vaihtoehto, joka pitää yleensä paikkaansa sinun kohdallasi” (1= tunnen olevani ainakin yhtä pystyvä ja taitava ihminen kuin muutkin, 2= minusta tuntuu, että minulla on useita hyviä ominaisuuksia, 3= tunnen itseni usein epäonnistuneeksi, 4= pystyn suoriutumaan asioista yhtä hyvin kuin useimmat muutkin ihmiset, 5= tunnen, että kelpaan, 6= olen tyytyväinen itseeni, 7= tunnen itseni toisinaan kerta kaikkiaan hyödyttömäksi ja 8= toisinaan ajattelen, että minusta ei ole mihinkään). Vastausvaihtoehtoja väittämiin oli neljä (1= täysin samaa mieltä, 2= osittain samaa mieltä, 3= osittain eri mieltä ja 4= täysin eri mieltä). Itsetuntoa kuvaavasta mittarista muodostettiin summamuuttuja jatkoanalyysia varten, ja samaa summamuuttujaa käytettiin pojille ja tytöille. Itsetuntoa mittaavan muuttujan alkuperäisten vastausvaihtoehtojen jakaumat on esitetty liitteissä (liite 5).

7.3 Analysointimenetelmät

Tutkimuskysymykseni ja tutkimuksessani käytetyt analysointimenetelmät on koottu taulukkoon 2. P-arvoa käytettiin kuvaamaan tilastollista merkitsevyyttä, ja sen raja-arvona pidettiin arvoa 0.05. Tutkimukseni analyysien suorittamisessa käytettiin IBM SPSS Statistics 22.0 -ohjelmistoa, joka on yleisimmin käyttäytymistieteissä käytetty tilastollinen ohjelmisto (Nummenmaa 2009, 50).

TAULUKKO 2. Tutkimuskysymyksiin vastattaessa käytetyt analyysimenetelmät

Tutkimuskysymys	Analyysimenetelmät
1. Kuinka yleistä nuorten yksinäisyyden kokeminen on ja vaihteleeko se iän ja sukupuolen mukaan?	Frekvenssijakaumat Ristiintaulukointi, χ^2 -testi
2. Missä määrin ystävien lukumäärä, ystävien kanssa vietetty aika ja yhteydenpito ystäviin sekä ystävyys-suhteiden laatu ovat yhteydessä nuorten yksinäisyyden kokemiseen?	Frekvenssijakaumat, ristiintaulukointi, χ^2 -testi Faktorianalyysi, Spearmanin järjestyskorrelaatiokerroin → summamuuttujat
3. Vaihteleeko nuorten yksinäisyyden kokeminen nuoren yksilöllisten (itse-tunto) ja perheeseen liittyvien tekijöiden (koettu perheen taloudellinen tilanne, perherakenne, nuoren ja vanhempien välinen kiintymyssuhde) mukaan?	Frekvenssijakaumat, summamuuttujat, ristiintaulukointi, χ^2 -testi Binäärinen logistinen regressioanalyysi

Ristiintaulukointi ja (χ^2) –testi. Ristiintaulukointi on tutkimusaineiston käsittelyn ja raportoinnin perusta (Uhari & Nieminen 2001, 157). Ristiintaulukoinnin avulla nähdään havainnollisesti kahden muuttujan väliset yhteydet. Khiin neliö (χ^2) -testiä tarvitaan, kun halutaan tutkia ristiintaulukoinnin pohjalta, onko tutkittavien ryhmien välinen ero todellinen (Metsämuuronen 2009, 356, 358).

Ristiintaulukoinnin muuttujien tilastollisia merkitsevyyksiä tarkastellaan Khiin neliö (χ^2) -testillä (Metsämuuronen 2003, 293). (χ^2) -testin avulla on mahdollista tutkia, onko luokkiin jakautuminen satunnaista, vai vastaako se ennalta havaittua jakaumaa (Nummenmaa 2009, 305). P-arvo lasketaan (χ^2) -testin avulla. Tutkimuksessani käytin viiden prosentin merkitsevyytensä, joka tarkoittaa, että tulosta voidaan pitää merkitsevänä p-arvon ollessa pienempi kuin 0.05 (Metsämuuronen 2003, 369). Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin ensin ristiintaulukoinnilla eri muuttujien välisiä yhteyksiä, jonka jälkeen ryhmien välisiä eroja katsottiin jokaiselle osajoukolle erikseen (χ^2) -testin avulla.

Faktorianalyysi. Faktorianalyysin avulla etsittiin yksittäisistä ystävyys-suhteiden laatua kuvaavista muuttujista suurempia kokonaisuuksia, jotka ilmentävät suhteiden laatua. Faktorianalyysi suoritettiin erikseen pojille ja tytöille, koska aiemman tutkimuskirjallisuuden perusteella sukupuolten välillä on havaittu olevan eroa ystävyys-suhteiden laadun suhteen (ks. Weeks 2013; Rönkä ym. 2013). Faktorianalyysin suorittaminen sisältää kuusi eri vaihetta: aineiston valmistelu, faktorimallin suunnittelu, faktoreiden ekstraktointi, faktoriratkaisun rotaatio, sekä mallin tulkinta ja mahdollinen muuttaminen (Nummenmaa 2009, 407).

Ensiksi faktorianalyysia tehdessäni varmistin, että kaikki ystävyys-suhteiden laatua kuvaavien kymmenen väittämän vastausvaihtoehdot oli koodattu samaan tapaan (1= yleensä ei totta, 2= joskus totta ja 3=melkein aina totta). Toiseksi päätettiin faktorimallin rakenteesta. Ystävyys-suhteiden laadullisia ominaisuuksia kuvaavat väittämät, jotka latautuivat faktorianalyysissa kolmelle faktorille, korreloivat sekä pojilla että tytöillä keskenään. Jokainen ystävyys-suhteen laatua kuvaava yksittäinen tekijä sijoitettiin siihen faktoriin, jossa sen lataus oli suurin (liite 8, liite 9). Faktoreiden nimeämiset suoritettiin niiden sisältöjen perusteella. Kolmannessa vaiheessa päätetään faktoreiden faktorointimenetelmästä. Generalized least squares –menetelmää voidaan käyttää silloinkin, kun normaalijakautumaoletus ei täysin toteudu (Nummenmaa 2009, 409-10). Yksikään ystävyys-suhteen laatua kuvaavista tekijöistä ei jakautunut normaalijakautuksen mukaisesti, ja tämän vuoksi tutkimuksessani käytettiin generalized least squares –menetelmää. Neljännessä vaiheessa päätin faktoreiden rotatoinnista. Promax-rotatiossa faktoreiden keskinäiset korrelaatiot ovat sallittuja (Nummenmaa 2009, 201-11). Koska aineistossani ystävyys-suhteiden laadullisten tekijöiden todettiin korreloivan keskenään Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimia tarkastelemalla, valitsin faktorianalyysiin vinokulmaisen rotaation.

Faktorianalyysin korrelaatiomatriisissa Kaiserin testin tulos tulee olla >0.6 (Metsämuuronen 2008, 607), ja faktorianalyysissäni pojilla arvo oli 0.936 ja tytöillä 0.929. Vastaavasti Bartlettin sfäärisyystestin p-arvo tulee olla analyysissä <0.001 (Metsämuuronen 2008, 607). Pojilla tulos oli <0.001 ja tytöillä <0.001 , ja tuloksia voidaan pitää hyväksyttävänä. Muuttujien kommunaliteettien arvojen suositellaan vaihtelevan välillä 0.46–0.74, jolloin arvot ovat kohtuullisen korkeita ja hyväksyttäviä faktorianalyysiin (Metsämuuronen 2008, 592). Ystävyys-suhteiden laadun kommunaliteetit olivat molemmilla sukupuolilla hyvät, ja pojilla arvot vaihtelivat välillä

0.48–0.83 ja tytöillä välillä 0.47–0.77 (liite 8, liite 9). Korrelaatiomatriisini voidaan tulosten tulkitsemisen jälkeen todeta olevan soveltuvia faktorianalyysin suorittamiseen.

Summamuuttujan sisäistä yhtenäisyyttä ja luotettavuutta arvioitiin Cronbachin Alpha -kertoimen avulla. Cronbachin Alphan alin hyväksyttävä arvo on 0.6 (Metsämuuronen 2008, 497). Faktoroinnin avulla löydetyistä kokonaisuuksista muodostettiin summamuuttujat kuvaamaan poikien ja tyttöjen ystävyysuhteiden laatua, ja ne nimettiin sisältöjen perusteella. Pojilla **vuorovaikutus osana ystävyyttä** sai Cronbachin Alpha arvoksi 0.831, **ystävien tuki** 0.895 ja **vaikeuksien kohtaaminen yhdessä** 0.776. Vastaavasti tytöillä summamuuttuja **ystävien välittäminen ja läsnäolo** sai Cronbachin Alphan 0.805, **tukea vastoinkäymisiin ystävilta** 0.809 ja **avun hakeminen ystävilta** 0.859. Muodostettuja summamuuttujia voidaan pitää sisällöltään yhdenmukaisina, sillä kaikki alpha -arvot ylittivät raja-arvon 0.6, ja ne olivat luotettavia jatkoanalyysissä käytettäväksi. Muodostetut summamuuttujat auttoivat ystävyysuhteiden laadun jatkotarkastelua, koska yksittäisten muuttujien informaatio tiivistyi, kun niistä hahmottui suurempia kokonaisuuksia. Summamuuttujien jako kolmeen vastausluokkaan tehtiin siten, että jokaisessa luokassa oli prosentuaalisesti yhtä suuri osuus.

Binäärinen logistinen regressioanalyysi. Tutkimuksessani nuorten yksinäisyyden kokemiin yhteydessä olevia taustatekijöitä tarkasteltiin binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla. Analyysillä pyrittiin löytämään ne muuttujat, jotka selittivät parhaiten nuorten todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä usein. Malli oli sama kummallekin sukupuolelle, mutta analyysit suoritettiin erikseen pojille ja tytöille. Selittävät tekijät malleissa olivat: ikä, itsetunto, perherakenne, perheen koettu taloudellinen tilanne, kiintymyssuhteet äitiin ja isään, ystävien kanssa iltaisin vietetty aika, ystävien lukumäärä, yhteydenpito ystäviin ja ystävyysuhteiden laatu. Logistinen regressiomalli edellyttää, että selitettävät muuttujat eivät korreloi keskenään voimakkaasti (Metsämuuronen 2008, 672; Nummenmaa 2009, 323). Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimet mittaavat järjestysasteikollisten muuttujien välisiä korrelaatioita (Nummenmaa 2009, 283), ja äidin ja isän kiintymyssuhteiden laatua kuvaavien muuttujien havaittiin korreloivat keskenään. Koska äidin ja isän kiintymyssuhdetta kuvaavat muuttujat korreloivat vahvasti keskenään, kiintymyssuhteita kuvaavia muuttujia ei voitu laittaa samaan malliin. Askeltavan regressioanalyysin avulla keskenään korreloivia muuttujia voidaan laittaa samaan malliin, sillä se lisää ja poistaa mallin muuttujia vaiheittain, ja etsii aineistoon tilastollisesti parhaiten sopivan

mallin (Metsämuuronen 2008, 676–677; Nummenmaa 2009, 318). Tämän vuoksi suoritin tutkimukseni logistisen regressioanalyysin askeltavan analyysin mukaisesti, jolloin multikollineaarisuusongelmaa eli muuttujien keskinäistä riippuvuutta selittävien muuttujien välillä ei muodostunut (Metsämuuronen 2008, 672).

Logistisen regressioanalyysin toimivuuden ja sopivuuden tarkastelu rakentuu neljästä eri vaiheesta, joissa tarkastellaan sopiiko tehty malli aineistoon, tutkitaan mallin selitysastetta ja toimivuutta sekä tarkastellaan yksittäisten selittävien muuttujien merkitystä mallissa (Nummenmaa 2009, 337). Mallin sopivuutta aineistoon tarkasteltiin Fisherin F-suhteen avulla (Nummenmaa 2009, 337). Toiseksi mallin selitysastetta tulkittiin Nagelkerke pseudo R^2 testin kertoimen avulla, joka kertoo kuinka paljon mallin avulla pystytään kuvailemaan muuttujan vaihtelusta. Kertoimen saamat arvot vaihtelevat välillä [0,1], jossa kerroin 0 kertoo, että malli ei selitä lainkaan aineiston vaihtelua ja kerroin 1 ilmoittaa, että malli selittää kaiken aineiston vaihtelun (Nummenmaa 2009, 338).

Kolmantena arvioidaan mallin toimivuutta eli ennustustarkkuutta. Logistisessa regressioanalyysissä ennustustarkkuus tarkoittaa havaintojen luokkiin jakautumisen tarkkuuden tarkastelua, eli montako prosenttia havainnoista malli luokittelee oikein (Nummenmaa 2009, 338). Ennustustarkkuutta mitataan Hosmerin ja Lemeshowin testillä, ja mallin ollessa hyvä khiin neliö –testin p-arvo (Sig.) on suurempi kuin 0.05 (Metsämuuronen 2008, 687). Viimeisenä logistisen regressioanalyysin toimivuuden arvioinnissa tarkastellaan yksittäisten selittäjien merkitystä mallin selityksessä. Mallissa mukana olevien selittäjien p-arvon tulee olla pienempi kuin 0.05, jotta muuttuja on tilastollisesti merkitsevä selittäjä mallissa. Regressiokertoimiin liittyvä odds ratio eli ristitulosuhde kuvaa selittävien muuttujien vaikutusta tarkasteltavana olevaan ilmiöön (Nummenmaa 2009, 339-340). Ristitulosuhteita muodostettaessa selittävien muuttujien vertailuluokat rakennettiin siten, että ristitulosuhteista muodostui aina suurempia kuin yksi, sillä tällöin tulosten tulkinta on selkeämpää. Selittävät tekijät lisäsivät todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä, kun ristitulosuhde oli yli yhden ja ennustustarkkuus oli tilastollisesti merkitsevä. Ristitulosuhteen luottamusväli ilmoitettiin 95 prosentin tarkkuudella.

8 TULOKSET

Tulososassa ensimmäisenä tarkastelen 13- ja 15-vuotiaiden nuorten yksinäisyyden kokemisen yleisyyttä. Seuraavaksi selvitän ensin yksitellen erilaisten yksilöllisten (ystävyyssuhteet, itse-tunto) ja perhetekijöiden (perherakenne, kiintymyssuhteen laatu vanhempiin) yhteyttä nuorten yksinäisyyden kokemiseen, jonka jälkeen tarkastelen näiden tekijöiden merkitystä nuoren kokemaan yksinäisyyteen binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla.

8.1 Yksinäisyyden kokeminen

Tytöt kokivat poikia yleisemmin itsensä yksinäisiksi. Ero sukupuolten välillä oli selvä molemmissa ikäryhmissä. 13-vuotiaista pojista 8 % ja tytöistä 15 %, sekä 15-vuotiaista pojista 9 % ja tytöistä 17 %, koki usein yksinäisyyttä. Pojista yli puolet ei kokenut lainkaan yksinäisyyttä, ja reilu kolmannes koki itsensä vain joskus yksinäiseksi. Vanhemmat tytöt kokivat nuorempia yleisemmin yksinäisyyttä. 13-vuotiaista tytöistä 46 % koki itsensä yksinäiseksi joskus, ja 15 % usein. Vastaavasti 15-vuotiaista tytöistä 51 % koki joskus yksinäisyyttä, ja 17 % koki yksinäisyyttä usein. Pojilla ikäryhmien välistä eroa ei ilmennyt (taulukko 3, liite 1).

TAULUKKO 3. Yksinäisyyden kokemisen prosenttiosuudet poikien ja tyttöjen ryhmissä

Yksinäisyyden kokeminen	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	56,9	52,9	39,0	32,9
Joskus	35,5	37,8	46,4	50,6
Usein	7,6	9,2	14,6	16,5
Yhteensä	100,0	100,0	100,0	100,0
(n)	(1025)	(975)	(1108)	(1083)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001
p-arvo ikäryhmien välillä 0.002, pojilla 0.155; tytöillä 0.011

8.2 Ystävyyssuhteiden keskeinen yhteys yksinäisyyteen

Ystävien lukumäärä. Suurimmalla osalla nuorista oli vähintään kaksi ystävää. Tytöistä ja pojista noin joka kymmenennellä oli vähintään yksi ystävä. Molemmissa ikäryhmissä suuremalla osalla tytöistä kuin pojista oli vähintään kaksi ystävää. Nuoremmilla pojilla oli vanhempiin verrattuna yleisemmin enemmän ystäviä. Tyttöillä vastaavaa ikäryhmien välistä eroa ei havaittu (taulukko 4).

TAULUKKO 4. Ystävien lukumäärän prosentiosuudet poikien ja tyttöjen ryhmissä

Ystävien lukumäärä	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
Kaksi tai useampi	88.5	85.8	90.7	89.2
Yksi	7.5	10.1	9.1	10.3
Ei yhtään	1.7	2.5	0.2	0.6
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1054)	(973)	(1111)	(1082)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla 0.001; 15-vuotiailla 0.001

p-arvo ikäryhmien välillä 0.024; pojilla 0.049; tyttöillä 0.220

Ystävien lukumäärä oli yhteydessä poikien yksinäisyyden kokemiseen. Yleisemmin yksinäisyyttä kokivat pojat, joilla ei ollut yhtään ystävää, ja harvimminkin ne joilla oli kaksi tai useampi ystävä. Nuoremmista pojista useampi kuin joka viides, ja vanhemmista vajaa puolet koki usein yksinäisyyttä, kun heillä ei ollut ystäviä. 13-vuotiaisiin verrattuna 15-vuotiailla nuorilla yksinäisyyden kokeminen oli 13-vuotiaita yleisempää, kun heillä oli yksi tai ei yhtään ystävää (taulukko 5).

TAULUKKO 5. Ystävien lukumäärän yhteys yksinäisyyteen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Ystävien lukumäärä					
	Kaksi tai useampia (%)		Yksi (%)		Ei yhtään (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	58.5	55.5	39.0	34.7	41.2	37.5
Joskus	35.2	37.6	40.3	42.9	35.3	20.8
Usein	6.3	6.9	20.7	22.4	23.5	41.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(926)	(848)	(77)	(98)	(17)	(24)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Ilman yhtään ystävää olevien osuudet olivat 13-vuotiailla tytöillä niin pienet, että taulukossa 6 esitetään tulokset sekä kolmetoista- että viisitoistavuotiaiden osalta. Jopa puolet tytöistä kokivat usein yksinäisyyttä, kun heillä ei ollut yhtään ystävää. Tytöt, joilla oli kaksi tai useampia ystäviä, kokivat itsensä vähiten usein yksinäiseksi (taulukko 6).

TAULUKKO 6. Ystävien lukumäärän yhteys yksinäisyyteen tytöillä

Yksinäisyyden kokeminen	Ystävien lukumäärä				
	Kaksi tai useampia (%)		Yksi (%)		Ei yhtään (%)
	13-v	15-v	13-v	15-v	kaikki
Ei lainkaan	41.3	34.1	17.0	22.5	33.3
Joskus	45.0	50.8	60.0	49.5	33.4
Usein	13.7	15.1	23.0	28.0	50.0
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1005)	(964)	(100)	(111)	(8)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla 0.001

Ystävien kanssa vietetty aika. Suurin osa nuorista vietti ystävien kanssa aikaa koulun jälkeen yhdestä kahteen päivänä viikossa. Aika, jonka pojat ja tytöt viettivät ystävien kanssa heti koulun jälkeen, vaihteli sukupuolen mukaan. Tyttöihin verrattuna pojat viettivät keskimäärin yleisemmin 3 - 5 päivänä viikossa aikaa ystävien kanssa heti koulun jälkeen. Tytöistä puolet vietti 1 - 2 päivänä aikaa ystävien kanssa koulun jälkeen, mutta 3 - 5 päivänä noin joka neljäs tyttö.

Pojista reilu kymmenesosa ei viettänyt lainkaan koulun jälkeen aikaa ystävien kanssa. Vastavasti 13-vuotiaiden tyttöjen keskuudessa vajaa viidennes, ja 15-vuotiaista neljännes, ei viettänyt lainkaan ystävien kanssa aikaa koulupäiväisin. Nuoremmat tytöt viettivät vanhempia tyttöjä yleisemmin aikaa ystävien kanssa koulun jälkeen. Pojilla ikäryhmien välistä eroa ei ilmennyt (taulukko 7).

TAULUKKO 7. Ystävien kanssa koulun jälkeen vietetyn ajan prosenttiosuudet poikien ja tyttöjen ryhmissä

Vietetty aika	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
3-5 päivänä	38.7	40.6	28.1	25.2
1-2 päivänä	47.4	44.3	53.1	49.4
0 päivänä	13.9	15.1	18.8	25.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(928)	(827)	(947)	(868)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

p-arvo ikäryhmien välillä 0.008; pojilla 0.404; tytöillä 0.004

Harvimmin yksinäisyyttä kokivat ne pojat, jotka viettivät ystävien kanssa aikaa heti koulun jälkeen 3-5 päivänä viikossa, ja yleisimmin ne jotka eivät viettäneet aikaa ystävien kanssa koulupäivän päättyessä. Nuoremmista pojista 7 % sekä vanhemmista 12 % koki usein yksinäisyyttä, kun he eivät viettäneet lainkaan koulun jälkeen aikaa ystävien kanssa (taulukko 8).

TAULUKKO 8. Ystävien kanssa heti koulun jälkeen vietetyn ajan yhteys yksinäisyyteen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Koulun jälkeen vietetty aika					
	3-5 päivänä (%)		1-2 päivänä (%)		0 päivänä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	63.6	62.9	53.2	50.7	53.5	50.4
Joskus	31.4	31.7	38.8	41.9	39.5	37.6
Usein	5.1	5.4	8.0	7.4	7.0	12.0
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(354)	(334)	(438)	(365)	(129)	(125)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla 0.040; 15-vuotiailla 0.003

Tytöt, jotka viettivät ystävien kanssa aikaa koulupäivien jälkeen, kokivat harvimmin yksinäisyyttä. 13- ja 15-vuotiaista tytöistä jopa joka viides koki usein yksinäisyyttä, kun he eivät viettäneet lainkaan koulun jälkeen aikaa ystävien kanssa (taulukko 9).

TAULUKKO 9. Ystävien kanssa heti koulun jälkeen vietetyn ajan yhteys yksinäisyyteen tytöillä

Yksinäisyyden kokeminen	Koulun jälkeen vietetty aika					
	3-5 päivänä (%)		1-2 päivänä (%)		0 päivänä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	40.2	47.9	41.7	31.0	34.5	27.9
Joskus	50.0	40.6	47.1	56.6	44.6	52.1
Usein	9.8	11.4	11.2	12.4	20.9	20.1
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(266)	(219)	(501)	(321)	(177)	(219)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla 0.006; 15-vuotiailla <0.001

Pojat viettivät tyttöjä useammin iltaisin aikaa ystävien kanssa. Pojista yli puolet, ja tytöistä vajaa puolet, vietti kolmesta seitsemänä päivänä viikossa iltaisin aikaa ystävien kanssa. Poikiin verrattuna tytöistä hieman suurempi osa ei viettänyt lainkaan ystävien kanssa aikaa iltaisin. Ikäryhmien välisiä eroja ei ilmennyt kummallakaan sukupuolella (taulukko 10).

TAULUKKO 10. Ystävien kanssa iltaisin vietetyn ajan prosentiosuudet poikien ja tyttöjen ryhmissä

Vietetty aika	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
3-7 päivänä	51.8	51.1	45.4	48.6
1-2 päivänä	34.8	37.6	38.0	36.9
0 päivänä	13.4	11.4	16.6	14.4
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1054)	(854)	(984)	(991)

p-arvo sukupuolten välillä 0.006; 13-vuotiailla 0.016; 15-vuotiailla 0.141

p-arvo ikäryhmien välillä 0.194; pojilla 0.306; tytöillä 0.261

Ystävien kanssa iltaisin vietetty aika näytti suojaavan poikia yksinäisyyden kokemiselta. Pojista reilusti yli puolet ei kokenut itseään lainkaan yksinäiseksi, jos he tapasivat ystäviään kolmesta seitsemänä päivänä viikossa. Sitä vastoin 13-vuotiaista pojista joka kymmenes koki usein yksinäisyyttä, kun he eivät viettäneet lainkaan aikaa ystävien kanssa iltaisin. Mitä harvemmin 13-vuotiaat pojat tapasivat ystäviään iltaisin, sitä yleisemmin he kokivat itsensä yksinäiseksi. 15-vuotiailla pojilla yhteyttä ei löytynyt (taulukko 11).

TAULUKKO 11. Ystävien kanssa iltaisin vietetyn ajan yhteys yksinäisyyteen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Iltaisin vietetty aika					
	3-7 päivänä (%)		1-2 päivänä (%)		0 päivänä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	65.1	58.1	55.3	52.3	49.6	43.8
Joskus	30.0	35.7	38.7	38.6	39.1	45.8
Usein	5.0	6.2	6.0	9.0	11.3	10.4
Yhteensä (n)	100.0 (444)	100.0 (434)	100.0 (302)	100.0 (321)	100.0 (115)	100.0 (96)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla 0.003; 15-vuotiailla 0.079

Tytöillä ystävien kanssa iltaisin vietetty aika oli yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen. Tytöistä vajaa puolet ei kokenut itseään lainkaan yksinäiseksi, jos he tapasivat ystäviään kolmesta seitsemänä päivänä viikossa. 13-vuotiaista tytöistä jopa joka viides koki usein yksinäisyyttä, kun he eivät viettäneet lainkaan aikaa ystävien kanssa iltaisin. Mitä harvemmin tytöt tapasivat ystäviään iltaisin, sitä yleisemmin he kokivat itsensä yksinäiseksi (taulukko 12).

TAULUKKO 12. Ystävien kanssa iltaisin vietetyn ajan yhteys yksinäisyyteen tytöillä

Yksinäisyyden kokeminen	Iltaisin vietetty aika					
	3-7 päivänä (%)		1-2 päivänä (%)		0 päivänä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	42.5	48.4	39.9	41.2	36.2	29.7
Joskus	47.9	43.2	46.6	46.4	43.6	49.0
Usein	9.7	8.4	13.4	12.4	20.2	21.3
Yhteensä (n)	100.0 (445)	100.0 (915)	100.0 (373)	100.0 (687)	100.0 (163)	100.0 (239)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla 0.016; 15-vuotiailla <0.001

Yhteydenpito ystäviin. Nuorista suurin osa piti yhteyttä ystäviinsä 5 - 7 päivänä viikossa teknologiavälitteisesti. Teknologisella yhteydenpidolla tarkoitetaan puhelimessa puhumista, tekstiviestien lähettämistä tai yhteyden pitoa internetin välityksellä. Tytöt pitivät poikia yleisemmin 5 - 7 päivänä viikossa yhteyttä ystäviinsä teknologian välityksellä, ja vastaavasti pojat pitivät tyttöjä yleisemmin yhteyttä ystäviinsä 1 - 4 päivänä viikossa. Vanhemmat pojat olivat nuorempia poikia yleisemmin yhteydessä ystäviinsä, mutta tytöillä ikäryhmien välistä eroa ei ilmennyt (taulukko 13).

TAULUKKO 13. Prosenttiosuudet nuorten yhteydenpidosta ystäviin poikien ja tyttöjen ryhmissä

Yhteydenpidon useus	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
5-7 päivänä	59.1	69.9	76.2	77.3
1-4 päivänä	34.9	24.6	21.9	20.5
0 päivänä	6.0	5.5	1.9	2.2
Yhteensä (n)	100.0 (1054)	100.0 (962)	100.0 (1103)	100.0 (1080)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

p-arvo ikäryhmien välillä <0.001; pojilla <0.001; tytöillä 0.630

Poikien yhteydenpito ystäviin oli yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen. Yleisimmin yksinäisyyttä kokivat ne pojat, jotka eivät olleet lainkaan yhteydessä ystäviinsä. 13-vuotiaista pojista

vajaa viidesosa, ja 15-vuotiaista reilu viidesosa, koki itsensä usein yksinäiseksi ja raportoi, että eivät he pitäneet yhteyttä ystäviinsä teknologian välityksellä (taulukko 14).

TAULUKKO 14. Yhteydenpito ystäviin ja yksinäisyyden kokeminen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Yhteydenpito ystäviin					
	5-7 päivänä (%)		1-4 päivänä (%)		0 päivänä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	59.0	54.8	53.8	44.3	42.6	45.3
Joskus	36.3	34.6	35.7	45.6	37.7	30.2
Usein	4.7	10.6	10.5	10.1	19.7	24.5
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(212)	(188)	(353)	(237)	(61)	(53)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla 0.005; 15-vuotiailla 0.005

Vaikka tytöt olivat yhteydessä ystäviinsä 5 – 7 päivänä viikossa, silti heistä noin puolet koki joskus yksinäisyyttä. Tytöistä noin kolmannes koki usein yksinäisyyttä, kun he eivät olleet lainkaan ystäviinsä yhteydessä. Tyttöillä ikäryhmien välisiä eroja ei ilmennyt (taulukko 15).

TAULUKKO 15. Yhteydenpito ystäviin ja yksinäisyyden kokeminen tytöillä

Yksinäisyyden kokeminen	Yhteydenpito ystäviin					
	5-7 päivänä (%)		1-4 päivänä (%)		0 päivänä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	39.5	26.7	36.0	22.6	28.6	29.2
Joskus	47.7	54.5	45.0	57.0	42.9	33.3
Usein	12.8	18.8	19.0	20.4	28.6	37.5
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(243)	(176)	(242)	(237)	(61)	(24)

p-arvo tytöillä 0.026; 13-vuotiailla 0.201; 15-vuotiailla 0.153

Ystävyysuhteiden laatu. Ystävyysuhteiden laatua kuvaavista tekijöistä haluttiin löytää suurempia kokonaisuuksia, ja sen vuoksi informaatiota tiivistettiin faktorianalyysin tulosten perusteella summamuuttujien avulla. Ystävyysuhteiden laatua kuvaavista väittämistä muodostui erikseen sekä pojille että tytöille kolme summamuuttujaa. Pojilla muodostuneet summamuuttajat olivat **vuorovaikutus osana ystävyyttä, ystävien tuki** sekä **vaikeuksien kohtaaminen yhdessä** (taulukko 16). Vastaavasti tytöillä summamuuttajat olivat **ystävien välittäminen ja läsnäolo, tukea vastoinkäymisiin ystäviltä** sekä **avun hakeminen ystäviltä** (taulukko 20). Ystävyysuhteiden laatua kuvaavien kymmenen muuttujan alkueräisten vastausten jakaumat on esitetty liitteissä (liite 2).

Pojilla summamuuttuja **vuorovaikutus osana ystävyyttä** selitti muuttujien vaihtelusta eniten eli 56.8 %, **ystävien tuki** 4.6 % ja **vastoinkäymisten kohtaaminen** 3.8 %. Tytöillä muodostettu summamuuttuja **ystävien välittäminen ja läsnäolo** selitti muuttujien vaihtelusta 52.5 %, **tukea vastoinkäymisiin ystäviltä** 5.6 % ja **avun hakeminen ystäviltä** 3.8 %. Kokonaisuudessaan faktorit selittivät muuttujien vaihtelusta pojilla 65.2 % ja tytöillä 61.8 %.

TAULUKKO 16. Ystävyysuhteiden laatua kuvaavat osiot, faktoreiden yhdenmukaisuus (Cronbachin alpha) ja osioiden lataukset pääfaktoreille **pojilla**

	Lataus
Vuorovaikutus osana ystävyyttä ($\alpha= 0.831$)	
Ystäväni välittävät miltä minusta tuntuu	0.681
Ystäväni kuuntelevat, mitä minulla on sanottavaa	0.576
Omasta mielestäni minulla on hyviä ystäviä	0.801
Kun olen vihainen, ystäväni yrittävät ymmärtää	0.562
Ystävien tuki ($\alpha= 0.895$)	
Ystäväni kunnioittavat tunteitani	0.495
Voin kertoa ystävilleni ongelmistani ja huolestani	0.977
Voin turvautua ystäviini, kun minulla on tarve puhua mieltä painavista asioista	0.788
Jos ystäväni tietävät, että jokin asia vaivaa mieltäni, he kysyvät minulta siitä	0.469
Vaikeuksien kohtaaminen yhdessä ($\alpha= 0.776$)	
Ystäväni rohkaisevat minua puhumaan vaikeuksistani	0.903
Ystäväni huomaavat, jos minua vaivaa jokin asia	0.683

Poikien ystävyysuhteiden laatua kuvaava **vuorovaikutus osana ystävyyttä** oli yhteydessä poikien yksinäisyyden kokemiseen. Useampi kuin joka kymmenennes poika ilmoitti, että heidän suuttuessaan ystävät eivät yrittäneet ymmärtää heitä (liite 2). Kun pojat kokivat, että vuorovaikutus osana ystävyyttä ei toteutunut heidän ystävyysuhteissaan, he kokivat varsin yleisesti yksinäisyyden tunteita, 13-vuotiaista pojista 13 % ja 15-vuotiaista 15 % koki tällöin olevansa yksinäinen. 15-vuotiaat pojat kokivat 13-vuotiaita yleisemmin yksinäisyyttä, kun he kokivat vuorovaikutuksen puuttuvan ystävyysuhteista (taulukko 17).

TAULUKKO 17. Vuorovaikutus osana ystävyyttä ja yksinäisyyden kokeminen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Vuorovaikutus osana ystävyyttä					
	Melkein aina totta (%)		Joskus totta (%)		Yleensä ei totta (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	65.5	60.8	56.6	49.5	46.7	43.7
Joskus	30.5	33.9	37.2	40.7	40.4	41.4
Usein	4.1	5.3	6.2	9.8	12.9	14.9
Yhteensä (n)	100.0 (394)	100.0 (395)	100.0 (290)	100.0 (295)	100.0 (319)	100.0 (261)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Pojilla **ystävien tuki** ystävyyssuhteiden laatua kuvaavana tekijänä oli yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen (taulukko 18). Pojista 16 % koki, että ei voinut turvautua ystäviinsä mieltä painavissa asioissa, ja 14 % ei voinut kertoa ystävilleen ongelmistaan ja huolistaan (liite 2). Ystävien tuen puuttuminen näkyi poikien yksinäisyyden kokemisen yleisyytenä, ja silloin useampi kuin joka kymmenes poika koki itsensä yksinäiseksi. Vanhemmat pojat olivat nuorempia poikia yleisemmin yksinäisiä, kun he kokivat ystävien tuen puuttuvan ystävyyssuhteistaan (taulukko 18).

TAULUKKO 18. Ystävien tuki ja yksinäisyyden kokeminen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Ystävien tuki					
	Melkein aina totta (%)		Joskus totta (%)		Yleensä ei totta (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	63.1	58.9	61.2	51.8	48.3	46.5
Joskus	31.8	34.5	35.1	39.7	38.9	40.7
Usein	5.1	6.6	3.7	8.5	12.8	12.8
Yhteensä (n)	100.0 (374)	100.0 (365)	100.0 (245)	100.0 (272)	100.0 (383)	100.0 (312)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla 0.006

Myös **vaikeuksien kohtaaminen yhdessä** ystävien kanssa oli yhteydessä yksinäisyyden kokeamiseen pojilla. Ystävien läsnäolon puuttuminen vaikeuksien hetkellä näkyi poikien yksinäisyyden kokemisen yleisyytenä: 13-vuotiaista pojista 11 % ja 15-vuotiaista 15 % koki itsensä usein yksinäiseksi. Erityisesti pojat kokivat, että ystävät eivät huomanneet jos heitä vaivasi jokin asia, tai ystävät eivät rohkaisseet poikia puhumaan vaikeuksistaan (liite 2). Vanhemmat pojat kokivat nuorempia poikia yleisemmin yksinäisyyttä ystävien läsnäolon puuttuessa vastoinkäymisiä kohdatessa (taulukko 19).

TAULUKKO 19. Vaikeuksien kohtaaminen yhdessä ja yksinäisyyden kokeminen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Vaikeuksien kohtaaminen yhdessä					
	Melkein aina totta (%)		Joskus totta (%)		Yleensä ei totta (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	63.6	58.1	57.5	54.0	48.0	43.4
Joskus	31.5	34.2	35.6	38.8	40.6	41.6
Usein	5.0	7.7	6.9	7.2	11.4	15.0
Yhteensä (n)	100.0 (321)	100.0 (298)	100.0 (419)	100.0 (443)	100.0 (271)	100.0 (226)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla 0.001; 15-vuotiailla 0.001

TAULUKKO 20. Ystävyysuhteiden laatua kuvaavat osiot, faktoreiden yhdenmukaisuus (Cronbachin alpha) ja osioiden lataukset pääfaktoreille **tyttöillä**

	Lataus
Ystävien välittäminen ja läsnäolo ($\alpha= 0.805$)	
Ystäväni välittävät miltä minusta tuntuu	0.840
Ystäväni kuuntelevat, mitä minulla on sanottavaa	0.624
Omasta mielestäni minulla on hyviä ystäviä	0.636
Kun olen vihainen, ystäväni yrittävät ymmärtää	0.602
Ystäväni kunnioittavat tunteitani	0.659
Tukea vastoinkäymisiin ystäviltä ($\alpha= 0.809$)	
Ystäväni huomaavat, jos minua vaivaa jokin asia	0.743
Ystäväni rohkaisevat minua puhumaan vaikeuksistani	0.836
Jos ystäväni tietävät, että jokin asia vaivaa mieltäni, he kysyvät minulta siitä	0.498
Avun hakeminen ystäviltä ($\alpha= 0.859$)	
Voin kertoa ystävilleni ongelmistani ja huolestani	0.776
Voin turvautua ystäviini, kun minulla on tarve puhua mieltä painavista asioista	0.796

Tyttöjen ystävyysuhteiden laatua kuvaava summamuuttuja **ystävien välittäminen ja läsnäolo** oli yhteydessä tyttöjen yksinäisyyden kokemiseen. Mitä vähemmän tytöt kokivat ystävien välittävän heistä, sitä yksinäisemmäksi he itsensä tunsivat (taulukko 21). Kuitenkin 85 % tytöistä ilmoitti ystäviensä melkein aina kuuntelevan heitä, sekä välittävän miltä heistä tuntuu (liite 2). 13-vuotiaista vajaa kolmannes ja 15-vuotiaista reilu kolmannes koki usein yksinäisyyttä ystävien välinpitämättömyyden vuoksi. Vanhemmat tytöt kokivat nuorempia tyttöjä yleisemmin ystävien välinpitämättömyyden olevan yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen (taulukko 21).

TAULUKKO 21. Ystävien välittäminen ja yksinäisyyden kokeminen tytöillä

Yksinäisyyden kokeminen	Ystävien välittäminen					
	Melkein aina totta (%)		Joskus totta (%)		Yleensä ei totta (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	53.0	46.1	41.0	30.2	16.3	15.4
Joskus	39.2	46.1	46.8	55.0	55.9	50.9
Usein	7.8	7.8	12.2	14.8	27.8	33.8
Yhteensä (n)	100.0 (398)	100.0 (397)	100.0 (410)	100.0 (440)	100.0 (270)	100.0 (234)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Tytöistä yli 70 % koki ystäviensä tunnistavan heidän mieltään painavat asiat, ja rohkaisemaan heitä puhumaan vaikeuksistaan (liite 2). Tytöillä summamuuttuja **tukea vastoinikäymisiin ystävilä** oli yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen. 15-vuotiaat tytöt kokivat 13-vuotiaita yleisemmin ystävien tuen puuttumisen olevan yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen. Nuoremista tytöistä useampi kuin joka viides, ja vanhemmista joka neljäs, koki usein yksinäisyyttä, kun tunne ystävien tuesta vastoinikäymisten hetkellä puuttui (taulukko 22).

TAULUKKO 22. Tukea vastoinkäymisiin ystäviltä ja yksinäisyyden kokeminen tytöillä

Yksinäisyyden kokeminen	Ystävien tuki vastoinkäymisissä					
	Melkein aina totta (%)		Joskus totta (%)		Yleensä ei totta (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	49.0	44.1	40.7	33.9	27.6	19.8
Joskus	41.7	44.9	47.6	52.6	50.7	54.7
Usein	9.3	11.1	11.7	13.5	21.8	25.6
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(386)	(344)	(332)	(363)	(381)	(370)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Summamuuttuja **avun hakeminen ystäviltä** oli yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen tytöillä. Mitä vähäisemmäksi tytöt kokivat ystävien avun, sitä yleisemmin he olivat yksinäisiä. 13-vuotiaista tytöistä neljäsosa ja 15-vuotiaista useampi kuin joka kolmas koki usein yksinäisyyttä, kun he kokivat mahdollisuuden hakea apua ystäviltä puuttuvan (taulukko 23). Kuitenkin tytöistä jopa 85 % koki melkein aina voivansa kertoa ystävilleen ongelmistaan ja huolistaan, sekä voivansa turvautua ystäviinsä, kun heillä oli tarve puhua mieltä painavista asioista (liite 2).

TAULUKKO 23. Avun hakeminen ystäviltä ja yksinäisyyden kokeminen tytöillä

Yksinäisyyden kokeminen	Avun hakeminen ystäviltä					
	Melkein aina totta (%)		Joskus totta (%)		Yleensä ei totta (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	49.6	40.3	33.7	29.6	21.8	14.6
Joskus	41.2	49.0	50.6	51.7	52.3	53.3
Usein	9.2	10.7	15.7	18.8	25.9	32.1
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(498)	(524)	(427)	(416)	(174)	(137)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

8.3 Itsetunnon merkitys yksinäisyyden kokemisessa

Tyttöihin verrattuna pojat arvioivat itsetuntoa mittaavat väittämät myönteisemmin (taulukko 24). Tytöistä lähes joka kymmenennes tunsu itsensä usein epäonnistuneeksi, kun vastaava osuus pojista oli kolmesta neljään prosenttia. Lisäksi tytöillä korostui huonoon itsetuntoon vaikuttavana tekijänä erityisesti tunne hyödyttömyydestä ja ajatus, että itsestä ei ole mihinkään (liite 5). Pojista 27 - 29 % ja tytöistä 47 - 48 % koki itsetuntonsa huonoksi. Ikäryhmien välisiä eroja ei havaittu kummallakaan sukupuolella (taulukko 24). Itsetuntoa mittaavan muuttujan alkuperäiset vastausvaihtoehtojen jakaumat on nähtävillä liitteissä (liite 5).

TAULUKKO 24. Itsetunnon kokemista kuvaavan summamuuttujan jakauman prosenttiosuudet sukupuolen mukaan

Itsetunto	Pojat (%)		Työt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
Hyvä	36.6	39.0	22.0	22.8
Keskimääräinen	34.7	34.4	30.9	28.8
Huono	28.7	26.6	47.2	48.4
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(989)	(959)	(1079)	(1065)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

p-arvo ikäryhmien välillä 0.525; pojilla 0.462; tytöillä 0.584

Heikolla itsetunnolla ja yksinäisyyden kokemisella oli selvä yhteys molemmilla sukupuolilla kummassakin ikäryhmässä. Mitä huonommaksi nuoret kokivat itsetuntonsa, sitä yleisemmin he tunsivat itsensä yksinäiseksi (taulukko 25, taulukko 26). Itsetuntonsa huonoksi kokevista 13-vuotiaista pojista jopa noin viidesosa ja 15-vuotiaista reilu viidesosa koki usein yksinäisyyttä. Vanhemmat pojat kokivat nuorempia poikia yleisemmin yksinäisyyttä, kun he arvioivat itsentuntonsa huonoksi (taulukko 25).

TAULUKKO 25. Itsetunnon yhteys yksinäisyyteen pojilla

	Koettu itsetunto					
	Hyvä (%)		Keski-määräinen (%)		Huono (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Yksinäisyyden kokeminen						
Ei lainkaan	73.2	69.8	53.3	50.2	39.9	32.9
Joskus	24.3	27.2	42.6	43.7	41.3	44.8
Usein	2.5	3.0	4.1	6.1	18.8	22.2
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(358)	(368)	(338)	(327)	(276)	(252)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Niistä tytöistä, jotka arvioivat itsetuntonsa huonoksi, neljäsosa tunsi itsensä yksinäiseksi usein. Tytöistä lähes puolet tunsi usein yksinäisyyttä jo silloin, kun he kokivat itsetuntonsa keskinertaiseksi. 15-vuotiaat tytöt olivat 13-vuotiaita tyttöjä yleisemmin usein yksinäisiä arvioidessaan itsetuntonsa huonoksi (taulukko 26).

TAULUKKO 26. Itsetunnon yhteys yksinäisyyteen tytöillä

	Koettu itsetunto					
	Hyvä (%)		Keski-määräinen (%)		Huono (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Yksinäisyyden kokeminen						
Ei lainkaan	65.0	58.7	45.9	37.1	22.9	17.9
Joskus	31.2	38.4	47.1	53.4	52.8	55.4
Usein	3.8	2.9	7.0	9.4	24.3	26.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(234)	(242)	(329)	(307)	(502)	(509)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

8.4 Perhetekijöiden yhteys yksinäisyyteen

Perheen taloudellinen tilanne. Suurin osa nuorista piti perheen taloudellista tilannetta erittäin hyvänä tai melko hyvänä. Pojat arvioivat tyttöjä yleisemmin perheen talouden erittäin tai melko hyväksi. 13-vuotiaat nuoret pitivät 15-vuotiaita nuoria yleisemmin perheen taloudellista tilannetta hyvänä (liite 6).

Perheen koettu taloudellinen tilanne oli yhteydessä nuorten yksinäisyyden kokemiseen. Yksinäisyyden kokeminen oli yleisintä nuorilla silloin, kun perheen taloudellinen tilanne ei ollut lainkaan hyvä (taulukko 28, taulukko 29). Nuoremmista pojista reilu viidesosa ja vanhemmista vajaa viidesosa tunsi usein yksinäisyyttä, kun he arvioivat perheen taloudellisen tilanteen huonoksi. Pojat molemmissa ikäryhmissä kokivat sitä yleisemmin yksinäisyyttä, mitä huonompi perheen taloudellinen tilanne oli (taulukko 28).

TAULUKKO 28. Perheen koetun taloudellisen tilanteen yhteys yksinäisyyteen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Perheen koettu taloudellinen tilanne							
	Erittäin hyvä (%)		Melko hyvä (%)		Keskitasoa (%)		Ei lainkaan hyvä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	66.8	63.8	56.2	53.2	42.5	42.6	17.9	31.5
Joskus	27.4	29.4	36.0	38.2	47.5	45.9	60.7	50.0
Usein	5.7	6.8	7.8	8.6	10.1	11.5	21.4	18.5
Yhteensä (n)	100.0 (401)	100.0 (323)	100.0 (397)	100.0 (348)	100.0 (179)	100.0 (244)	100.0 (28)	100.0 (54)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Tytöistä, jotka arvioivat perheen taloudellisen tilanteen olevan keskitasoa, vajaa viidesosa koki usein yksinäisyyttä. 13-vuotiaista tytöistä kolmannes ja 15-vuotiaista reilu kolmannes koki usein yksinäisyyttä, kun he arvioivat perheen taloudellisen tilanteen heikoksi. Nuoremmat ja vanhemmat tytöt olivat yleisimmin yksinäisiä silloin, kun perheen taloudellinen tilanne oli heikko (taulukko 29).

TAULUKKO 29. Perheen koetun taloudellisen tilanteen yhteys yksinäisyyteen tytöillä

	Perheen koettu taloudellinen tilanne							
	Erittäin hyvä (%)		Melko hyvä (%)		Keskitasoa (%)		Ei lainkaan hyvä (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Yksinäisyyden kokeminen								
Ei lainkaan	50.7	45.7	37.5	31.0	29.8	28.2	24.6	22.0
Joskus	42.4	45.7	46.9	53.4	51.3	53.2	43.9	41.8
Usein	6.9	8.6	15.6	15.6	18.9	18.7	31.6	36.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(347)	(269)	(429)	(371)	(265)	(348)	(57)	(91)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Perherakenne. Suurin osa nuorista asui kahden vanhemman perheessä. Hieman suurempi osa nuorista asui yksinhuoltajaperheessä kuin uusperheessä. Poikien ja tyttöjen perherakenteet eivät eronneet toisistaan merkitsevästi kummassakaan ikäryhmässä (liite 7).

Perherakenne ja yksinäisyyden kokeminen olivat yhteydessä toisiinsa pojilla ja tytöillä (taulukko 31, taulukko 32). Yhden vanhemman kanssa ja uusperheessä asuvista pojista alle kymmenesosa koki usein yksinäisyyttä. 13-vuotiaat uusperheessä asuvat pojat kokivat yleisimmin yksinäisyyttä, ja heidän osuutensa oli vajaa kymmenen prosenttia. 15-vuotiailla pojilla perherakenteen ja yksinäisyyden kokemisen välistä yhteyttä ei ilmennyt (taulukko 31).

TAULUKKO 31. Perherakenteen yhteys poikien yksinäisyyden kokemiseen

	Perherakenne					
	Molemmat vanhemmat (%)		Yksi vanhempi (%)		Uusperhe (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Yksinäisyyden kokeminen						
Ei lainkaan	59.2	54.2	48.9	46.7	52.4	49.6
Joskus	33.8	36.2	43.0	44.0	37.9	43.6
Usein	7.0	9.6	8.1	9.3	9.7	6.8
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(746)	(690)	(153)	(150)	(124)	(117)

p-arvo pojilla 0.041; 13-vuotiailla 0.047; 15-vuotiailla 0.089

Yhden vanhemman kanssa asuvista 13-vuotiaista tytöistä 15 % ja 15-vuotiaista 20 % koki usein yksinäisyyttä. Vastaavasti uusperheessä asuvista nuoremmista tytöistä 18 % ja vanhemmista 25 % koki usein yksinäisyyttä. 15-vuotiaista tytöistä yleisimmin yksinäisyyttä kokivat uusperheen kanssa asuvat. Vanhemmista tytöistä harvimminkin yksinäisyyttä kokivat molemman vanhemman kanssa asuvat tytöt. 13-vuotiailla tytöillä perherakenteen ja yksinäisyyden kokemisen välistä yhteyttä ei ilmennyt (taulukko 32).

TAULUKKO 32. Perherakenteen yhteys tyttöjen yksinäisyyden kokemiseen

Yksinäisyyden kokeminen	Perherakenne					
	Molemmat vanhem- mat (%)		Yksi vanhempi (%)		Uusperhe (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	41.4	34.9	31.6	26.9	36.7	30.2
Joskus	45.2	50.9	53.2	53.2	44.9	45.3
Usein	13.4	14.3	15.2	19.9	18.4	24.5
Yhteensä (n)	100.0 (761)	100.0 (743)	100.0 (171)	100.0 (186)	100.0 (158)	100.0 (139)

p-arvo tytöillä 0.003; 13-vuotiailla 0.146; 15-vuotiailla 0.040

Kiintymyssuhteen laatu vanhempiin. Pojat kokivat tyttöjä yleisemmin, että äiti yrittää määrätä heidän tekemisiään, tytöistä puolestaan suurempi osa kuin pojista koki, että äiti ei ymmärtänyt heidän ongelmiaan ja huoliaan tai parantavan heidän oloaan vaikeassa tilanteessa (liite 3). Mutta kaiken kaikkiaan tytöt kokivat poikia yleisemmin kiintymyssuhteen laadun äitiin olevan hyvä (taulukko 33). Vanhemmat tytöt pitivät nuorempia yleisemmin suhdetta äitiin hyvänä. 13-vuotiaista nuorista noin joka neljäs ja 15-vuotiaista pojista enemmän kuin joka kolmas, ja tytöistä vajaa kolmasosa piti kiintymyssuhteitaan äitiin huonona (taulukko 33). Kiintymyssuhteen laatua äitiin kuvaavien muuttujien alkuperäisten vastausvaihtoehtojen jakaumat ovat nähtävillä liitteissä (liite 3).

TAULUKKO 33. Nuoren kiintymyssuhdetta äitiin kuvaavan summamuuttujan jakauman prosenttiosuudet sukupuolen mukaan

Kiintymyssuhde	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
Hyvä	28.7	28.7	32.5	35.0
Keskimääräinen	47.6	38.5	43.3	38.0
Huono	23.7	32.7	24.2	27.0
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1002)	(950)	(1077)	(1060)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla 0.100; 15-vuotiailla 0.003

p-arvo ikäryhmien välillä <0.001, pojilla <0.001; tytöillä 0.045

Nuoren kiintymyssuhteen laatu äitiin oli yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen. Nuoremmista pojista 13 % ja vanhemmista 15 % koki usein yksinäisyyttä, kun he pitivät kiintymyssuhteen laatua äitiin huonona. 15-vuotiaat pojat kokivat 13-vuotiaita poikia yleisemmin yksinäisyyttä silloin, kun kiintymyssuhteen laatu äitiin oli keskimääräinen (taulukko 34).

TAULUKKO 34. Kiintymyssuhde äitiin ja yksinäisyyden kokeminen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Kiintymyssuhteen laatu					
	Hyvä (%)		Keski-määräinen (%)		Huono (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	68.4	62.9	57.6	42.7	42.1	41.6
Joskus	26.4	32.4	36.5	44.0	44.7	43.7
Usein	5.2	4.8	5.9	13.3	13.2	14.7
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(288)	(272)	(474)	(287)	(235)	(389)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Tytöt, joilla oli hyvä kiintymyssuhteen laatu äitiin, kokivat harvimminkin yksinäisyyttä. Mitä huonompi kiintymyssuhde äitiin tytöllä oli, sitä yleisempää oli yksinäisyyden kokeminen: tytöistä vajaa kolmannes koki usein yksinäisyyttä, kun he pitivät kiintymyssuhteen laatua äitiin huonona. Tytöt kokivat usein yksinäisyyttä, kun heidän kiintymyssuhde äitiin oli huono. 15-vuotiaista tytöistä useampi kuin joka kymmenes koki usein yksinäisyyttä, kun kiintymyssuhde äitiin oli keskimääräinen, kun vastaava määrä 13-vuotiaista oli reilusti alle kymmenesosan (taulukko 35).

TAULUKKO 35. Kiintymyssuhde äitiin ja yksinäisyyden kokeminen tytöillä

	Kiintymyssuhteen laatu					
	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Yksinäisyyden kokeminen						
Ei lainkaan	54.3	40.7	39.8	33.8	18.8	21.1
Joskus	39.1	49.9	47.3	51.7	55.2	50.9
Usein	6.6	9.4	12.9	14.4	26.1	28.1
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(348)	(371)	(465)	(402)	(261)	(285)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Pojat kokivat tyttöjä yleisemmin kiintymyssuhteen laadun isään olevan hyvä, pojista joka kolmas ja tytöistä neljäsosa arvioi suhteen isään olevan hyvä (taulukko 36). Tytöt kokivat poikia yleisemmin, että isä ei ymmärtänyt heidän ongelmiaan ja huoliaan. Lisäksi isä ei saanut tyttöjen oloa tuntumaan paremmalta yhtä yleisesti, kuin onnistui poikien kanssa silloin, kun tytöt olivat pahoittaneet mielensä (liite 4). Vanhemmat pojat ilmoittivat nuorempiin verrattuna yleisemmin kiintymyssuhteen laadun isään olevan huono. Tytöillä ikäryhmien välistä eroa ei ilmennyt (taulukko 36). Kiintymyssuhteen laatua isään kuvaavien muuttujien alkuperäisten vastausvaihtoehtojen jakaumat ovat nähtävillä liitteissä (liite 4).

TAULUKKO 36. Nuoren kiintymyssuhdetta isään kuvaavan summamuuttujan jakauman prosenttiosuudet sukupuolen mukaan

Kiintymyssuhde	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
Hyvä	28.4	30.6	25.7	24.8
Keskimääräinen	42.8	36.7	38.2	37.5
Huono	28.8	32.8	36.1	37.6
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(975)	(922)	(1033)	(1012)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla 0.002; 15-vuotiailla 0.010
p-arvo ikäryhmien välillä 0.078, pojilla 0.022; tytöillä 0.764

Hyvä kiintymyssuhteen laatu isään suojaasi poikia yksinäisyyden kokemiselta, sillä silloin pojat raportoivat harvimminkin yksinäisyyden kokemuksia. Huonoksi koettu kiintymyssuhde isään oli prosenttiosuuksien perusteella yhteydessä usein koettuun yksinäisyyteen sekä 13- että 15-vuotiailla pojilla. Vanhemmat pojat kokivat nuoria yleisemmin huonon suhteen isään olevan yhteydessä usein koettuun yksinäisyyteen: 13-vuotiaista pojista 10 % ja 15-vuotiaista 14 % tunsi itsensä usein yksinäiseksi, kun kiintymyssuhde isään oli huono (taulukko 37).

TAULUKKO 37. Kiintymyssuhde isään ja yksinäisyyden kokeminen pojilla

Yksinäisyyden kokeminen	Kiintymyssuhteen laatu					
	Hyvä (%)		Keski- määräinen (%)		Huono (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Ei lainkaan	66.8	60.1	58.0	53.8	45.0	45.7
Joskus	28.2	34.2	34.1	37.6	45.0	40.7
Usein	5.1	5.7	8.0	8.6	10.1	13.6
Yhteensä (n)	100.0 (277)	100.0 (281)	100.0 (414)	100.0 (338)	100.0 (278)	100.0 (302)

p-arvo pojilla <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

Tytöt kokivat sitä enemmän yksinäisyyttä, mitä huonompi heidän kiintymyssuhde isään oli. Harvimminkin yksinäisyyttä kokivat ne tytöt, joiden suhde isään oli hyvä, kun taas tytöt jotka kokivat suhteen keskimääräiseksi, olivat jo selvästi useammin yksinäisiä. Suhteen isään keskimääräiseksi kokevista tytöistä joka kymmenes koki usein yksinäisyyttä. Nuoremmista tytöistä 22 % ja vanhemmista 27 % tunsi itsensä usein yksinäiseksi, kun kiintymyssuhde isään oli huono (taulukko 38).

TAULUKKO 38. Kiintymyssuhde isään ja yksinäisyyden kokeminen tytöillä

	Kiintymyssuhteen laatu					
	Hyvä (%)		Keskimääräinen (%)		Huono (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v	13-v	15-v
Yksinäisyyden kokeminen						
Ei lainkaan	55.8	43.4	41.2	36.8	25.6	23.1
Joskus	37.4	48.2	47.8	52.4	52.6	49.6
Usein	6.8	8.4	10.9	10.8	21.8	27.3
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(265)	(251)	(393)	(378)	(371)	(381)

p-arvo tytöillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

8.5 Yksinäisyyden yhteys yksilöllisiin ja perheeseen liittyviin tekijöihin

Poikien yksinäisyyden kokemista tarkasteltiin itsetunnon, perheen taloudellisen tilanteen, äidin kiintymyssuhteen laadun, ystävien lukumäärän ja yhteydenpidon ystäviin mukaan binäärisellä logistisella regressioanalyysillä. Binäärisessä logistisessa regressioanalyysissä oli mukana taustamuuttujina myös ikä, perherakenne, kiintymyssuhde isään, ystävien kanssa iltaisin vietetty aika sekä ystävyysuhteiden laatu, mutta taulukossa 39 kuvattiin vain merkitsevät poikien yksinäisyyden taustatekijät. Pojat, joilla oli keskimääräinen tai huono itsetunto, kokivat yksinäisyyttä 3.70 kertaa todennäköisemmin itsetuntonsa myönteisesti arvioiviin poikiin verrattuna. Yksinäisyyden kokeminen pojilla oli 3.53 kertaa todennäköisempää perheen taloudellisen tilanteen ollessa keskimääräinen tai huono kuin silloin, jos se oli hyvä. Poikien kiintymyssuhteen laadulla äitiin oli yhteys yksinäisyyden kokemiseen, sillä pojat jotka arvioivat suhteen keskimääräiseksi tai huonoksi kokivat 1.74 kertaa todennäköisemmin yksinäisyyttä kuin suhteen hyväksi arvioivat pojat. Pojilla, joilla ei ollut yhtään ystävää, oli 4.24 kertaa suurempi todennäköisyys kokea yksinäisyyttä kuin pojilla, joilla oli vähintään yksi ystävä. Yhteydenpito ystäviin oli yhteydessä poikien yksinäisyyden kokemiseen. Pojat, jotka eivät pitäneet lainkaan yhteyttä ystäviinsä, kokivat 2.55 kertaa todennäköisemmin yksinäisyyttä verrattuna poikiin, jotka olivat yhteydessä ystäviinsä kerran viikossa tai useammin. Mallin yhteensopivuutta kuvaava arvo oli: $\chi^2(5) = 72.04$; $p < 0.001$ (taulukko 39).

TAULUKKO 39. Yksinäisyyden kokeminen usein itsetunnon, perheen taloudellisen tilanteen, ystävien lukumäärän, yhteydenpidon ystäviin ja äidin kiintymyssuhteen laadun mukaan **pojilla**. Binäärinen logistinen regressioanalyysi. 95 % luottamusväli

		OR ¹⁾	95 % LV ²⁾	p-arvo
Itsetunto	Hyvä	1.00 ³⁾		
	Keskimääräinen/Huono	3.70	1.82–7.55	<0.001
Perheen taloudellinen tilanne	Hyvä	1.00 ³⁾		
	Keskimääräinen/Huono	3.53	1.69–7.35	0.001
Kiintymyssuhde äitiin	Hyvä	1.00 ³⁾		
	Keskimääräinen/Huono	1.74	1.09–2.77	0.020
Ystävien lukumäärä	1 tai useampi	1.00 ³⁾		
	Ei yhtään	4.24	2.48–7.25	<0.001
Yhteydenpito ystäviin	1 krt/vko tai useammin	1.00 ³⁾		
	Ei lainkaan	2.55	1.11–5.83	0.027

1) Ristitulosuhde (OR)

2) 95 % luottamusväli (LV)

3) Viite- eli referenssiryhmää merkittiin arvolla 1.00

Tyttöjen yksinäisyyden kokemista tarkasteltiin itsetunnon, perherakenteen, äidin kiintymyssuhteen laadun, perheen taloudellisen tilanteen, ystävien kanssa iltaisin vietetyn ajan ja ystävyys-suhteiden laadun mukaan binäärisellä logistisella regressioanalyysillä. Binäärisessä logistisessa regressioanalyysissä oli mukana taustamuuttujina myös ikä, kiintymyssuhde isään, ystävien lukumäärä sekä yhteydenpito ystäviin, mutta taulukossa 40 kuvattiin vain merkitsevät tyttöjen yksinäisyyden taustatekijät. Itsetunto oli yhteydessä tyttöjen yksinäisyyden kokemiseen. Tytöt, joilla oli keskimääräinen tai huono itsetunto, kokivat 3.70 kertaa todennäköisemmin yksinäisyyttä itsetuntonsa positiivisesti arvioiviin tyttöihin verrattuna. Uusperheessä asuvilla tytöillä yksinäisyyden kokeminen oli 1.68 kertaa todennäköisempää kuin ydinperheessä asuvilla. Tytön arvioidessa perheen taloudellisen tilanteen keskimääräiseksi tai huonoksi yksinäisyyden kokeminen oli 3.28 kertaa todennäköisempää kuin taloudellisen tilanteen hyväksi arvioivalla tytöllä. Tyttöjen kiintymyssuhteen laadulla äitiin oli yhteys yksinäisyyden kokemiseen, sillä tytöt jotka arvioivat suhteen keskimääräiseksi tai huonoksi, kokivat 2.26 kertaa todennäköisemmin yksinäisyyttä kuin suhteen hyväksi arvioivat tytöt. Tytöt, jotka eivät viettäneet lainkaan ystävien kanssa iltaisin aikaa, oli 2.42 kertaa suurempi todennäköisyys kokea yksinäisyyttä verrattuna niihin tyttöihin, jotka näkivät ystäviään kerran viikossa tai useammin. Tytön arvioidessa ystävyys-suhteidensa laadun keskimääräiseksi tai huonoksi, yksinäisyyden kokeminen oli 1.79 kertaa todennäköisempää, kuin suhteen hyväksi arvioivilla tytöillä. Mallin yhteensopivuutta kuvaava arvo oli: $\chi^2(7) = 175.65$; $p < 0.001$ (taulukko 40).

TAULUKKO 40. Yksinäisyyden kokeminen usein itsetunnon, perherakenteen, äidin kiintymyssuhteen, perheen taloudellisen tilanteen, ystävien kanssa iltaisin vietetyn ajan ja ystävyys-suhteiden laadun mukaan **tytöillä**. Binäärinen logistinen regressioanalyysi. 95 % luottamusväli

		OR ¹⁾	95 % LV ²⁾	p-arvo
Itsetunto	Hyvä	1.00 ³⁾		
	Keskimääräinen/Huono	5.21	3.21–8.45	<0.001
Perherakenne	Ydinperhe	1.00 ³⁾		
	Uusperhe	1.68	1.11–2.54	0.014
Kiintymyssuhde äitiin	Hyvä	1.00 ³⁾		
	Keskimääräinen/Huono	2.26	1.53–3.33	<0.001
Perheen taloudellinen tilanne	Hyvä	1.00 ³⁾		
	Keskimääräinen/Huono	3.28	2.00–5.39	<0.001
Ystävien kanssa iltaisin vietetty aika	1 krt/vko tai useammin	1.00 ³⁾		
	Ei lainkaan	2.42	1.67–3.50	<0.001
Ystävyys-suhteiden laatu	Hyvä	1.00 ³⁾		
	Keskimääräinen/Huono	1.79	1.24–2.58	0.002

1) Ristitulosuhde (OR)

2) 95 % luottamusväli (LV)

3) Viite- eli referenssiryhmää merkittiin arvolla 1.00

9 POHDINTA

Tarkastelen ensin pohdintaosuudessa tutkimuksessani esiin nousseita keskeisimpiä tutkimustuloksia suhteessa tutkimuskirjallisuuteen, jonka jälkeen pohdin tutkimukseni eettisyyttä ja luotettavuutta. Luvun loppupuolella pohdin tutkimustulosteni hyödyntämistä käytännössä, sekä esitän jatkotutkimusehdotuksia tutkimusaiheestani.

9.1 Päätulosten tarkastelu

Yksinäisyyden kokeminen nuoruudessa. Tässä tutkimuksessa havaittiin, että pojista lähes puolet ja tytöistä reilusti yli puolet, koki itsensä yksinäiseksi joskus tai usein. Onkin keskeistä pohtia, mistä nuorten yksinäisyyden kokemisen yleisyys johtuu. Nuorten yksinäisyyden kokeminen voi selittyä nuoruuden kehitystehtävien läpikäymisellä (Nurmi ym. 2008, 142). Kehitystehtävistä selviytyminen on yksilöllinen prosessi, joka tapahtuu jokaisella nuorella omassa tahdissa. Mikäli nuori ei kykene saavuttamaan nuoruusiän kehitystehtäviä, voi seurauksena mahdollisesti olla yksinäisyyden kokemista. Nuoruusikään liittyy keskeisesti sosiaalisen identiteetin kehittäminen (Nurmi ym. 2008, 142-143), sekä oman itsetunnon muovaaminen (Keltikangas-Järvinen 2010, 33). Tasapainon löytäminen nuoruudessa itsen kanssa, sekä vuorovaikutuksessa toimiminen muiden ihmisten kanssa eivät ole itsestäänselvyksiä, jotka voivat olla nuorten yksinäisyyden kokemisen yleisyyttä selittäviä tekijöitä.

Myös vanhempien rooli on huomioitava tarkasteltaessa syitä nuorten yksinäisyyden kokemiselle. Junttila (2015, 133) esittää, että yksinäisyys on periytyvä ominaisuus tai luonteenpiirre, jolloin yksinäisten vanhempien lapset ovat suuremmassa riskissä kokea yksinäisyyttä. Junttila ja Vauras (2009) toteavat suomalaisia neljäs- ja viidesluokkalaisia lapsia koskevassa tutkimuksessaan, että vanhempien kokema yksinäisyys on epäsuorasti yhteydessä lapsen ja nuoren yksinäisyyteen. Yksinäisten vanhempien lapsilla oli kavereiden arvion mukaan muita lapsia heikommat sosiaaliset taidot, jotka puolestaan vaikuttavat yksinäisyyden kokemisen yleisyyteen (Junttila & Vauras 2009). Bartelsin ym. (2008) hollantilaisessa tutkimuksessa 12-vuotiaiden kokemasta yksinäisyydestä 41 % selittyi kasvuympäristöön liittyvillä tekijöillä, perimän selitysosuus oli 17%.

Tämän tutkimuksen tulokset sukupuolten välisestä erosta yksinäisyyden kokemisessa ovat samansuuntaisia aiemman WHO-Koululaistutkimuksen (1994–2010) kanssa, jossa havaittiin tyttöjen kokevan poikia yleisemmin itsensä yksinäiseksi (Kämppe ym. 2012). Samansuuntainen sukupuolten välinen ero on havaittu myös monissa muissa tutkimuksissa (Cheng & Furnham 2002; Kangasniemi 2008; Myllyniemi & Berg 2013; Rönkä ym. 2013; Weeks 2013). Junttila (2015, 64) kuitenkin raportoi 7-9-luokkalaisten poikien sosiaalisen sekä emotionaalisen yksinäisyyden kokemisen olevan tyttöihin verrattuna yleisempää. Myös osassa muita tutkimuksia on havaittu viitteitä siitä, että pojat kokevat tyttöjä yleisemmin yksinäisyyttä (Uruk & Demir 2003; Mahon ym. 2006).

Olennaista on kuitenkin huomioida, ettei monissa aiemmissa tutkimuksissa ole eroteltu toisistaan sosiaalista ja emotionaalista yksinäisyyttä (ks. Uruk & Demir 2003; Mahon ym. 2006; Myllyniemi & Berg 2013). Sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden kokemisen erottelua ei tehty myöskään tässä tutkimuksessa. Selvittämättä jää, olisiko tämä kysymyserottelu muuttanut tämän tutkimuksen tulosta sukupuolten välisistä eroista yksinäisyyden kokemisessa.

Ystävyysuhteet ja yksinäisyys. Murrosikään kuuluu keskeisesti uusien suhteiden muodostaminen ikätovereihin (Nurmi ym. 2008, 42-43). Junttilan (2015, 77) mukaan yläkoulun ensimmäinen lukukausi on erityisen tärkeää muutoksen aikaa nuorten ystävyys- ja kaverisuhteiden muokkaantumiselle, sillä silloin nuoret voivat ajautua erilleen aiemmista kaverisuhteista, joutua porukan ulkopuoliseksi, ja yhtäältä tärkeänä ystävänä olemisen rooli voi kääntyä yksinäisen osaksi. Hyvät ystävyysuhteet näyttävät suojaavan nuoria yksinäisyyden kokemiselta (Woodhouse 2012), ja aiemman tutkimustiedon mukaan tyytymättömyys olemassa oleviin ihmissuhteisiin on keskeisesti yhteydessä nuoruusiän yksinäisyyden kokemiseen (Uruk & Demir 2003; Woodhouse 2012; Rönkä ym. 2013; Weeks 2010; Vanhalst 2014). Pojat ja tytöt painottavat ystävyysuhteissaan erilaisia osa-alueita, ja seuraavaksi tarkastelen näitä eroavaisuuksia lähemmin.

Syy tämän tutkimuksen tyttöjen poikia yleisempään yksinäisyyden kokemiseen voi selittyä tavoista toimia ystävyysuhteissa. Tyttöillä on esitetty olevan poikia enemmän odotuksia ystäviä kohtaan (Weeks 2013), ja tytöt puhuvat poikia avoimemmin mielialoistaan sekä tunteistaan

(Kaltiala-Heino 2003). Rönkä ym. (2013) esittävät, että tytöt myöntävät poikia yleisemmin olevansa yksinäisiä. Sukupuolierot voivat heijastaa myös poikien ja tyttöjen erilaisia reagoitintapoja vuorovaikutussuhteissa (Rönkä ym. 2013), sillä tytöt reagoivat poikia herkemmin ystävyyssuhteiden pieniin muutoksiin kokemalla yksinäisyyttä (Weeks 2013). Sukupuolieroja yksinäisyyden kokemisessa on selitetty myös sukupuoliroolien kautta, joita lapsi oppii vanhemmiltaan (Hurme 2008, 149). Tyttöjä opetetaan olemaan poikia empaattisempia ja emotionaalisesti sitoutuneempia ihmissuhteisiinsa, sekä välttämään yhteentörmäyksiä vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa (Manninen 2002; Rönkä ym. 2013). Vastaavasti pojille opetetaan suoriutumista, itsenäisyyttä, rohkeutta ja tunteiden hillitsemistä (Keltikangas-Järvinen 2010, 69). Erilaiset reagoitintavat sekä kasvatukselliset erot ovat voineet vaikuttaa tyttöjen ja poikien toisistaan poikkeavien käyttäytymismallien muodostumiseen sosiaalisissa suhteissa, mikä puolestaan voi olla yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen.

Binäärisen logistisen regressioanalyysin perusteella havaitsin tuloksen jonka mukaan pojilla, joilla ei ollut yhtään ystävää, oli suurempi todennäköisyys kokea itsensä yksinäiseksi kuin pojilla, joilla oli vähintään yksi ystävä. Tulos voi selittyä poikien tavoista toimia ryhmissä. Poikien ystävyyssuhteet koostuvat tyypillisesti suurista ryhmistä (Keltikangas-Järvinen 2010, 69; McLeod 2002; Kämppe ym. 2008). Keltikangas-Järvinen (2010, 69) esittää, että pojat viihtyvät suurissa ryhmissä, jotka ovat tyypillisesti toimintaryhmiä, eikä niissä välttämättä solmita tunnetason suhteita ryhmän jäsenten kesken. Poikien ryhmissä toisia kohtaan saatetaan säilyttää riittävä henkilökohtainen etäisyys ja riippumattomuus, vaikka ryhmänä harrastetaan ja toimitaan yhdessä (Keltikangas-Järvinen 2010, 69). Keltikangas-Järvinen pohjaa päätelmänsä tutkimustietoon, joihin ei kuitenkaan viitata teoksessa tarkasti (Keltikangas-Järvinen 2010). Vaikka tässä tutkimuksessa poikien ystävien lukumäärä oli yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen, ei niiden välillä voida aiemman tutkimuskirjallisuuden pohjalta todeta olevan suoraa yhteyttä (ks. Russell ym. 2012; Vanhalst ym. 2014; Kangasniemi 2008). Kangasniemen (2008) suomalaisen aineistoon pohjautuva tutkimus esittää, että ystävien lukumäärä ei ole yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen, eikä Rönkä ym. (2013) mukaan läheisten ystävien puuttuminen automaattisesti tarkoita yksinäisyyden kokemista. Tutkijat painottavat, että nuoret voivat kokea yksinäisyyttä vaikka heillä olisi useita ystäviä (Russell ym. 2012; Juntila 2015, 3).

Tytöt pitävät tärkeänä ystävyysuhteiden laadullisia tekijöitä, kuten ystävien välittämistä ja läsnäoloa (Weeks 2013; Vanhalst ym. 2014). Myös tutkimusaineistossani ilmeni, että tytöille ystävyysuhteissa on tärkeää suhteiden laatu – ystävien välittäminen, tuki ja ystäviin turvautuminen mieltä painavissa asioissa. Weeks (2013) havaitsi tyttöjen kokevan poikia yleisemmin ystävyysuhteensa laadullisesti paremmiksi. Lisäksi tytöillä on katsottu aiemman tutkimustiedon mukaan olevan poikia paremmat taidot luoda ystävyysuhteita (Cheng & Furnham 2002). Tytöt viettävät poikia enemmän aikaa ystävien kanssa keskustellen, ja tytöille on tärkeää muilta tytöiltä tuleva hyväksyntä (Keltikangas-Järvinen 2010, 69). Tytöillä läheisten ystävien puuttumisen on todettu olevan yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen (Uruk & Demir 2003; Kangasniemi 2008; Rönkä ym. 2013; Vanhalst ym. 2014), ja tytöt kokivat poikia yleisemmin yksinäisyyttä kun he eivät olleet tyytyväisiä ystävyysuhteidensa laatuun (Weeks 2013).

Itsetunnon yhteys yksinäisyyden kokemiseen. Peplau ym. (1982) osoittivat jo 1980-luvulla heikon itsetunnon ja nuorten yksinäisyyden kokemisen yhteyden – huono itsetunto heijastuu yksilön käyttäytymiseen ja kognitiivisiin prosesseihin siten, että ne haittaavat yksilön sosiaalisia suhteita, ja tätä kautta yksinäisyyden kokemukset lisääntyvät. Weissin (1973) teorian mukaan tietyt persoonatekijät, kuten huono itsetunto, altistavat ihmistä yksinäisyyden kokemiselle. Huono itsetunto onkin Chengin ja Furnhamin (2002) mukaan ehkä yleisin yksinäisyyteen liitetty yksilön ominaispiirre. Vahvan itsetunnon on katsottu vähentävän nuorten todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä (Vanhalst ym. 2014), ja hyvän itsetunnon, sekä kyvyn selviytyä pettymyksistä ja epäonnistumisista, on todettu olevan yhteydessä toisiinsa (Keltikangas-Järvinen 2010, 35). Vastaavasti huonon itsetunnon on havaittu olevan yhteydessä nuorten usein koettuun yksinäisyyteen useissa aiemmissa tutkimuksissa (Cheng & Furnham 2002; Qualter & Munn 2002; Mahon ym. 2006; Kangasniemi 2008; Vanhalst ym. 2013; Vanhalst ym. 2014).

On mahdollista, että jatkuva yksinäisyyden kokeminen nuoruudessa on riskitekijä huonon itsetunnon kehittymiselle (Vanhalst ym. 2013). Toisaalta taas ystävyysuhteet saattavat toimia välittävänä tekijänä nuoren itsetunnon ja yksinäisyyden kokemisen välillä (Salmivalli 2005, 38). Ongelmat toverisuhteissa ovat aiemman tutkimustiedon mukaan yhteydessä nuorten yksinäisyydenkokemiseen (Peplau ym. 1982; Vanhalst ym. 2014). Huonon itsetunnon on esitetty liittyvän erityisesti sosiaaliseen yksinäisyyteen (Kangasniemi 2008), sillä se vaikuttaa nuoren

kykyyn toimia ystävyys-suhteissa, joka taas lisää todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä (Vanhalst ym. 2014). Selkeää syy-seuraussuhteen muodostamista ei voida tehdä aiemman tutkimuskirjallisuuden, eikä tämän tutkimusten tulosten pohjalta itsetunnon, ystävyys-suhteiden ja yksinäisyyden kokemisen välillä, sillä niillä on mahdollisesti kehämäinen vaikutus toinen toiseensa.

Tutkimuskirjallisuuden mukaan perhetekijöillä on suuri merkitys lapsen ja nuoren itsetunnon kehittymiselle (Nurmi ym. 2008, 146; Keltikangas-Järvinen 2010, 162). Vanhempien kasvatuskäytännöt ja perheen ilmapiiri vaikuttavat lapsen ja nuoren itsetunnon kehittymiseen, ja esimerkiksi tiukkaa kuria ja järjestystä vaativa vanhempi voi vaatimuksillaan vaikuttaa negatiivisesti lapsen itsetuntoon (Keltikangas-Järvinen 2010, 162). Vanhempi voi vaikuttaa epäsuorasti lapsen huonon itsetunnon muodostumiseen omalla käyttäytymisellään tai asenteillaan, jolloin hän ei ole tietoinen omasta vaikutuksestaan lapseen, tai ei tee sitä tarkoituksenmukaisesti (Hurme 2008, 149). Nuoren positiivisen itsetunnon kehitystä tukee vanhemman ja lapsen välillä vallitseva molemminpuoleinen hyväksyntä ja vuorovaikutus (Nurmi ym. 2008, 146).

Pojat ovat aiemman tutkimustiedon mukaan arvioineet itsetuntonsa tyttöjä myönteisemmin (Kämppe ym. 2008; Vanhalst ym. 2014), ja myös tämän tutkimuksen aineistosta nousi esille tyttöjen poikia negatiivisempi arvio omasta itsetunnosta. Vanhalst ym. (2013) havaitsivat belgialaisessa tutkimuksessaan, että tytöt kokivat poikiin verrattuna yleisemmin yksinäisyyttä, koska he arvioivat itsetuntonsa heikoksi. Kangasniemen (2008) aineistossa ei kuitenkaan ilmennyt eroa itsetunnon kokemisessa sukupuolten välillä. Keltikangas-Järvisen (2010, 67) mukaan erot tyttöjen ja poikien itsetunnon kokemisessa ovat aiemman tutkimuskirjallisuuden mukaan riistiriitaiset, sillä osassa tutkimuksista pojilla on tyttöjä parempi itsetunto ja päinvastoin. Hänen mukaansa on kuitenkin havaittavissa, että sukupuolten välillä on olemassa laadullinen ero itsetunnon kokemisen suhteen; pojilla itsetuntoa määrittää suoriutuminen, kun taas tytöillä painottuu sosiaalisten suhteiden merkitys itsetunnolle. Ero itsetunnon kokemisessa poikien ja tyttöjen välillä voi selittyä myös tyttöjen poikia nopeammalla murrosiän kehityksellä, sekä poikia kehittyneempänä valmiutena kuvata tunteitaan (Keltikangas-Järvinen 2010, 67). Lisäksi tyttöjen aikainen puberteetti voi aiheuttaa tytöissä erilaisuuden tunnetta sekä lisätä haavoittuvuutta (Keltikangas-Järvinen 2010, 68), ja sitä kautta heikentää tytön itsetunnon positiivista kehitystä.

Perherakenne ja nuoren kiintymyssuhteen laatu vanhempiin. Nuoren yksinäisyyden kokemiseen yhteydessä olevia perhetekijöitä voivat olla vanhempien ero, uusperheeseen sopeutuminen tai perheen huono taloudellinen tilanne (Kangasniemi 2008). Tämän tutkimuksen aineistosta nousi esille perheen keskimääräisen tai huonon taloudellisen tilanteen ja nuoren kokeman yksinäisyyden välinen yhteys. Yhteyttä voi selittää nuoren kokemus siitä, että vanhemmat eivät huonon taloudellisen tilanteen vuoksi voi tarjota nuorelle uusinta elektroniikkaa tai vaatteita joita hän haluaisi, ja lisäksi nuoren harrastusmahdollisuudet voivat olla heikommat vanhempien rahapulassa. Lisäksi nuori saattaa joutua vertaisryhmän ulkopuolelle perheen huonon taloudellisen tilanteen vuoksi (MLL 2010). Tässä tutkimuksessa nuoret arvioivat perheen taloudellista tilannetta itse, mutta Wardlen (2002) mukaan nuoret eivät pysty luotettavasti arvioimaan vanhempien varallisuutta. Tutkimusasetelmasta johtuen ei tässä tutkimuksessa voida tehdä syy-seuraussuhdepäätelmiä perheen taloudellisen tilanteen ja nuoren usein kokeman yksinäisyyden välille. Aihe vaatii jatkotutkimusta, eikä sen syihin syvennytä tässä työssä. Seuraavaksi tarkastelen lähemmin perherakenteen, sekä nuoren ja vanhempien välisen kiintymyssuhteen laadun yhteyttä nuorten yksinäisyyden kokemiseen.

Tässä tutkimuksessa havaittiin yhteys yksinhuoltaja- ja uusperheiden lasten ja yksinäisyyden kokemisen välillä tyttöillä ja 13-vuotiailla pojilla. Eronneiden vanhempien lasten on aiempien tutkimusten pohjalta todettu olevan ydinperheiden lapsiin verrattuna suuremmissa riskissä kokea yksinäisyyttä (Garnefski & Diekstra 1997; Civitct ym. 2009; Altundag & Bulut 2014). Rönngän ym. (2013) mukaan 16-vuotiailla tytöillä uusperheessä asumisen ja yksinäisyyden kokemisen välillä oli yhteys. Vanhalst ym. (2014) taas eivät havainneet yhteyttä perherakenteen ja nuorten yksinäisyyden kokemisen välillä. Vanhempien erotilanteessa nuori kokee elämänmuutoksen, ja mahdollisesti toisen vanhemman puuttuminen nuoren elämästä voi altistaa nuorta ongelmien kokemiselle elämän eri osa-alueilla (Nurmi ym. 2014, 175). Erotilanteessa vanhemmat voivat olla keskittyneitä keskinäisiin ongelmiinsa, jonka seurauksena lasten tarpeiden ja huolien huomioiminen voi jäädä vähäiseksi, ja vanhempien keskinäiset kireät välit vaikuttavat väistämättä nuoren henkiseen hyvinvointiin (Kangasniemi 2008). Vanhempien eroon liittyvien, nuorta kuormittavien tekijöiden, voidaan olettaa lisäävän todennäköisyyttä sille, että nuori kokee yksinäisyyttä eron jälkeen yksinhuoltaja- tai uusperheessä.

Cavanaugh ja Buehler (2015) havaitsivat kuudesluokkalaisia varhaisnuoria koskevassa tutkimuksessaan, että vanhempien tuki vähensi lapsen todennäköisyyttä kokea yksinäisyyttä. Peltoniemi ym. (2014) tutkivat perhetaustan merkitystä esi- ja alakouluikäisten lasten vertaisryhmän hyväksynnässä ja hyljeksinnässä yli tuhannella suomalaisella lapsella. Perhetaustaa tarkasteltiin suotuisien ja epäsuotuisien perhetekijöiden kautta, ja suotuisasta perhetaustasta tulevilla lapsilla katsottiin olevan paremmat sosiaaliset taidot, jonka johdosta he kokivat enemmän vertaisryhmän hyväksyntää, ja vastaavasti vähemmän hyljeksintää (Peltoniemi ym. 2014). Selitys tutkimustulokselle voi olla äidin sosiaalinen käyttäytyminen, sillä lapset pyrkivät mallintamaan äidin sosiaalista käyttäytymistä, jonka kautta äidin sosiaaliset taidot ja tiedot siirtyvät lapselle (Putallaz & Heflin 1990). Peltoniemen ym. (2014) tutkimuksessa epäsuotuisasta perhetaustasta tulevien lasten sosiaaliset taidot suotuisasta taustasta tuleviin verrattuna olivat heikommät, jonka vuoksi lapset kokivat enemmän hyljeksintää vertaisryhmässään. Epäsuotuisilla perhetekijöillä tarkoitettiin tässä yhteydessä muun muassa äidin kylmyyttä sekä yksinhuoltaja- tai uusperhettä (Peltoniemi ym. 2014). Kaiken kaikkiaan epäsuotuisasta perhetaustasta tulevilla, ja vertaisryhmän hyljeksintää kokevilla lapsilla on rajoitetut lähtökohdat positiivisen vuorovaikutuksen luomiseen vertaisten kanssa (Pettit ym. 1988).

Peltoniemen ym. (2014) tutkimustulokset perhetaustan merkityksestä koskevat esi- ja alakouluikäisiä 5-7-vuotiaita lapsia, mutta tulokset ovat mahdollisesti sovellettavissa myös nuoruusiässä. Nuoruudessa lapsen ja vanhemman vuorovaikutus muuttuu, mutta nuoren suhde vanhempaan säilyy samankaltaisena kuin lapsuudessa (Nurmi ym. 2008, 145). Myös nuoret, jotka tulevat epäsuotuisasta perhetaustasta, voivat olla vaarassa jäädä vertaisryhmien ulkopuolelle, ja sitä kautta ajautua kokemaan yksinäisyyttä. Oletusta tukee Soaresin (2007) kiintymyssuhdeteoriaan perustuva näkemys, jonka mukaan lapsuudenaikaisten kiintymyssuhteiden hyvä laatu todennäköisimmin johtaa kantaviin ihmissuhteisiin myöhemmin elämässä. Nuorilla, joilla on ollut turvallisia kiintymyssuhteita lapsuudessa, on enemmän sosiaalista pääomaa toimia vuorovaikutuksessa vertaisten kanssa, joka ennustaa onnistuneita ihmissuhteita tulevaisuudessa (Matos ym. 2010). Vanhemman ja nuoren välinen huono kiintymyssuhteen laatu ja kontrolloiva kasvatustyyli voivat altistaa nuorta yksinäisyyden kokemiselle (Goossens ym. 1998; Rotenberg 1999).

Tutkimukseni tulokset osoittivat, että isän tuen sijaan äidin tuki nuorten elämässä on keskeistä. Nuoret kommunikoivat mieluiten vanhemmista äidin kuin isän kanssa (Currie ym. 2012), sillä nuoret kokevat helpommaksi jakaa äidin kanssaan keskustellen omia tunteitaan ja huoliaan (Steinberg 2002). Tyypillisesti nuoruusiässä vietetään enemmän aikaa äidin kuin isän kanssa (Steinberg 2002), ja ero ajankäytössä voi selittyä perinteisillä sukupuolirooleilla perheissä. Äiti tavallisesti hoitaa lasta syntymän jälkeen kotona, jolloin äidin rooli pääasiallisena hoitajana voi säilyä muuttumattomana läpi lapsen elämän (Kärmeniemi & Aunola 2014). Äidit ovat tyypillisesti myös haluttomia luopumaan vallasta ensisijaisena lapsen hoitajana (Bianchi & Milkie 2010). Craig (2006) tuo esille näkökulman, jonka mukaan isät viettävät pääasiassa aikaa lastensa kanssa kehittävien aktiviteettien parissa, kuten pelaten ja leikkien, kun taas äidit vastaavat enemmän lapsen perushoivasta. Ero voi liittyä yleiseen käsitykseen siitä, että äitien oletetaan tarjoavan enemmän henkistä tukea lapsilleen (White 1994). Äitiin turvautuminen ja äidin läsnäolo onkin nähty nuoren yksinäisyyttä ehkäisevänä tekijänä (de Minzi 2006).

9.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

WHO-koululaistutkimukseen vastattiin vapaaehtoisesti, sekä nimettömänä koulutuntien aikana opettajan valvonnassa (Villberg & Tynjälä 2004), eikä siihen vastaaminen luultavimmin aiheuttanut tutkimukseen osallistuneille nuorille haittaa. Tutkimukseen osallistuminen ei saa häiritä lapsen tai nuoren koulunkäyntiä, eikä vaikuttaa negatiivisesti vastaajan henkiseen hyvinvointiin vastaamisen jälkeen (Aarnos 2001, 145). Oletettavasti WHO-Koululaistutkimukseen vastaaminen ei ole häirinnyt nuoren koulunkäyntiä, lukuunottamatta vastaamiseen käytettyä yhtä oppituntia. Oppilaille kerrottiin, että tutkimustuloksia käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti tiilastollisena kokonaisuutena. Tutkimuksessani olivat mukana 13- ja 15-vuotiaat nuoret, ja Aarnosin (2001, 144) mukaan yli 12-vuotiailla voidaan käyttää aikuisilla käytettyjä tutkimusmetodeja. Tutkimuksen tulokset on kuitenkin eettisesti perusteltua sijoittaa vastaajien iän mukaiseen laajempaan viitekehukseen (Aarnos 2001, 144, 155). Tutkimuksessani saatuja tuloksia on tarkasteltu ikäryhmää vastaavalla tutkimustiedolla, joten tulokset on sijoitettu tutkimuksen kanalta keskeiseen viitekehukseen.

Yleistettäessä tutkimustuloksia on keskeistä tarkastella otoksen edustettavuutta, huomioiden esimerkiksi ikä, sukupuoli, sosiaaliluokka ja maantieteellinen sijainti (Valkonen 1981). Tutkimuksessani käyttämässä WHO-Koululaistutkimusaineistossa oli mukana 13- ja 15-vuotiaiden ikäluokat. Kyselyaineisto oli kerätty ryväsotannalla Suomen vastaavanikäisiä koululaisia edustavasta perusjoukosta (Villberg & Tynjälä 2004). Otoksen voi katsoa edustavan koko maan 13- ja 15-vuotiaita yläkouluiikäisiä nuoria (n=4624). Vastausprosentti kyselytutkimuksessa oli varsin korkea, eikä aineistossa ollut juurikaan katoa. Aineiston koko puhdistuksen jälkeen oli riittävä yläkoululaisia koskevia yleistyksiä varten.

Keskeisiä käsitteitä tutkimuksen luotettavuudesta puhuttaessa ovat tutkimuksen reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetti viittaa tutkimuksessa käytetyn mittarin kykyyn mitata oikeellisesti tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä. Realiabiliteetilla viitataan myös tutkimustulosten toistettavuuteen (Metsämuuronen 2003, 44). Vastaavasti validiteetti kuvaa mittarin ja mitattavan kohteen välistä suhdetta (Nummenmaa 2011, 346). Tutkimuksen sisäistä reliabiliteettia kuvaavat Crobachin alfan arvot (Coolican 2014). Poikien ja tyttöjen ystävyysuhteiden laatua kuvaavien, faktorianalyysin pohjalta muodostettujen summamuuttujien luotettavuutta arvioitiin Cronbachin α -kerroimen avulla. Kun Cronbachin α -kerroin ylittää arvon 0,6, voidaan luottaa summamuuttujan sisältävän samaa ilmiötä tai ominaisuutta kuvaavia väittämiä (Nummenmaa 2009, 356). Tässä tutkimuksessa kaikki Cronbachin α -arvot ylittivät raja-arvon. Lisäksi faktorianalyysissä muuttujien kommunaliteettien arvojen suositellaan vaihtelevan välillä 0.46-0.74 (Metsämuuronen 2008, 592), ja tutkimuksessani ystävyysuhteiden laadun kommunaliteetit olivat hyväksyttävät molemmilla sukupuolilla. Muodostin tutkimusaineistostani summamuuttujia ystävyysuhteiden laadusta, kiintymyssuhteen laadusta äitiin ja isään sekä itsetunnosta, joiden kategorisoimiseen liittyi ongelmia niiden jatkuvan luonteen vuoksi. Jatkuvan muuttujan kategorisointi on aina tapauskohtaista ja tutkijan itsen päätettävissä. Vaikka pyrin muodostamaan kategorisoinnin mahdollisimman totuudenmukaisesti, virheet luokkajaossa ovat mahdollisia, ja ne ovat voineet jossain määrin vääristää tutkimustuloksia.

Binäärisen logistisen regressioanalyysin avulla tarkasteltiin nuorten yksinäisyyden kokemiseen yhteydessä olevia tekijöitä. Analyysi edellyttää, että selitettävät muuttujat eivät saa korreloida keskenään voimakkaasti (Nummenmaa 2009, 323). Koska nuoren kiintymyssuhdetta äitiin ja

isään kuvaavat muuttajat korreloivat vahvasti keskenään, suoritettiin logistisen regressio-analyysi askeltavan analyysin mukaisesti, jolloin muuttujien keskinäistä riippuvuutta selittävien muuttujien välillä ei muodostunut (Metsämuuronen 2008, 672). Mallissa mukana olevien selittäjien p-arvojen tulee olla pienempiä kuin 0.05, jotta muuttujilla on merkitystä selittäjinä (Nummenmaa 2009, 339-340). Binääristä logistista regressioanalyysia tehdessäni valitsin mukaan lopuksi ne muuttajat, joiden p-arvo oli pienempi kuin 0.05, ja yli 0.05 p-arvon rajan ylittävät muuttajat jätin mallista pois selittämättöminä muuttujina. Mallin aineistoon sopivuuden testaus Fisherin F-suhteen avulla, Nagelkerke pseudo R^2 -testin kertoimen arvo (Nummenmaa 2009, 337-338) sekä Hosmerin ja Lemeshowin ennustustarkkuutta mittaava testi (Metsämuuronen 2008, 687) toimivat binäärisessä logistisessa regressioanalyysissä kriteerit täyttäen.

Kyselylomakkeen kysymysten muotoilu voi aiheuttaa virheitä tutkimustuloksiin, sillä vastaaja ei välttämättä ymmärrä kysymystä tutkijan tarkoittamalla tavalla (Valli 2001, 100). Kysymysten asetteluun tulee kiinnittää erityistä huomioita, jotta saataisiin mahdollisimman totuudenmukaisia vastauksia (Matos ym. 2010). Nuorten vastatessa tutkimuksessani käyttämään WHO-Koululaistutkimuksen osiin, on jokaisen kysymyksen kohdalla mahdollista, että vastaaja on ymmärtänyt kysymyksen poikkeavasti tai ei ole ymmärtänyt mitä kysymyksellä on tarkoitettu. Vallin (2001, 102) mukaan kyselylomakkeen heikkous on se, että vastaaja ei saa tarkentavaa tietoa epäselvien kysymysten kohdalla, jolloin väärinymmärryksen riski on olemassa. Oppilaiden vastatessa WHO-Koululaistutkimuslomakkeeseen tarkentavien kysymysten esittäminen ei ollut mahdollista. Tutkimuskysymykset on olennaista valmistella tutkittavan kohderyhmän kokeusmaailmaa vastaavaksi, jolloin tavoitetaan parhaalla mahdollisella tavalla tutkittavan ajatukset tutkittavasta aiheesta (Aarnos 2001, 147). Nuoret saattavat liioitella ystävien lukumäärää WHO-Koululaistutkimuskyselyissä, ja näin on todettu erityisesti portugalilaisessa aineistossa (Matos ym. 2010). Esimerkiksi ystävien lukumäärää kysyttäessä vastaajilla voi olla hyvin erilainen käsitys lukumäärän ymmärtämisestä, sillä läheisiä ihmissuhteita painottava vastaaja vastaa kysymykseen eri perustein kuin suurissa vertaisryhmissä liikkuva nuori (Matos ym. 2010).

Yksinäisyyden kokemisen arvioimisessa subjektiivisten mittarien validiteetin on todettu olevan hyvä, ja toimivan erityisesti laajoissa aineistoissa (Moisio & Rämö 2007). WHO-Koululaistutkimuksessa tutkittavilta kysyttiin subjektiivista näkemystä yksinäisyyden kokemista. Kysely-

lomakkeen itsearvioitavissa kysymyksissä tytöt myöntävät poikia yleisemmin kokevansa yksinäisyyttä (Moisio & Rämö 2007), joka on voinut vaikuttaa tämän tutkimuksen vastauksiin sukupuolten välisistä eroista. Kangasniemi (2008) huomauttaa, että yksinäisyyttä tutkittaessa strukturoitu kysely ei anna vastaajalle mahdollisuutta kuvata vapaasti omia ajatuksiaan ja tunteitaan, verrattuna vapaamuotoisempaan tutkimusmenetelmään.

Tutkimuskirjallisuus sekä WHO-Koululaistutkimuslomake ohjasivat pitkälti taustamuuttujien valintaa tutkimukseeni. Keskeistä on kuitenkin huomioida se, että yksinäisyyteen on yhteydessä muitakin tekijöitä kuin tähän tutkimukseen valikoituneet muuttajat. Kiusaamisen yhteys yksinäisyyteen on yksi keskeisistä teemoista, joka rajautui tämän tutkimuksen ulkopuolelle. Kiusaaminen on todettu aiemmissa yksinäisyystutkimuksissa keskeiseksi yksinäisyyteen yhteydessä olevaksi tekijäksi (ks. Kangasniemi 2008). Tutkimuksessani ei myöskään huomioitu esimerkiksi sitä, asuvatko nuoret kaupungissa tai maaseudulla, joka olisi voinut olla tuloksiin vaikuttava tekijä.

Yksi keskeinen tekijä, jota ei tässä tutkimuksessa huomioitu lainkaan, on yksinäisyyden kokemisen laadullinen erottelu sosiaaliseen ja emotionaaliseen yksinäisyyteen (ks. Weiss 1973; Junttila 2015, 33). Yksinäisyystutkijat pitävät yksinäisyyden kahtiinjakoja emotionaaliseen ja sosiaalisen yksinäisyyteen keskeisenä, sillä se erottelee yksinäisyydestä kaksi keskeisesti toisistaan poikkeavaa tapaa kokea yksinäisyyttä (ks. Weiss 1973, Junttila 2015, Kangasniemi 2008). WHO-Koululaistutkimuksen kyselylomakkeessa yksinäisyyttä kysyttiin vain yhdellä kysymyksellä ”tunnetko koskaan itseäsi yksinäiseksi?”, ja vastausvaihtoehdot kuvasivat yksinäisyyden kokemisen useutta. Kysymystä analysoimalla en tutkijana voi tietää, tarkoittiko nuori vastatessaan kysymykseen kokemaansa sosiaalista vai emotionaalista yksinäisyyttä. Kyselylomakkeen kysymyksestä ei myöskään selviä, kuinka pitkään nuori on tuntenut yksinäisyyden kokemuksia. Yksinäisyyden kokemisen keston huomioiminen olisi sikäli tärkeää, että yksinäisyys määritellään usein olevan pidempiaikaista kuin muutamia päiviä kestävä (Junttila 2015, 20). On mahdollista, että nuori on ajatellut kysymykseen vastatessaan, että olen ollut pari viime päivää allapäin, joten olen kokenut yksinäisyyttä. Myös yleinen mieliala kyselyyn vastatessa on voinut ohjata nuoren kysymyksiin vastaamista, painottaen esimerkiksi positiivisia tai negatiivisia vastausvaihtoehtoja enemmän.

Nuoren itsetuntoa mitattiin WHO-Koululaistutkimuksessa itsearviointimenetelmällä, jossa nuori arvioi tyytyväisyyttä itseän Rosenbergin itsetuntomittarin typistetyllä versiolla. Keltikangas-Järvisen (2010, 71) mukaan itsetunnon mittaamiseen liittyy haasteita, ja virhepäätelmät ovat seurausta mittausvaikeuksista tai -virheistä. Kenties haastavimman itsetunnon mittaamisesta tekee se, että itsetunto ei ole konkreettista, vaan yksilön henkilökohtainen tunne. Kun itsetuntoa mitataan itsearviointimenetelmällä, mukana ovat virheet, jotka liittyvät itsearviointiin (Keltikangas-Järvinen 2010, 71). Tämän vuoksi virheet itsetunnon tuloksissa tässä tutkimuksessa ovat mahdollisia. Perheen taloudellista tilannetta mitattiin WHO-Koululaistutkimuskyselyssä nuoren itse arvioimana. Kysymys on haasteellinen, sillä 13- ja 15-vuotiailla nuorilla ei välttämättä ole kattavaa kuvaa vanhempien tuloista, ja oman perheen sijoittaminen varallisuuden mukaan asteikolle ”erittäin hyvä, melko hyvä keskitasoa” ja niin edelleen, voi olla nuorille vaikeaa. Tutkimuksessani nousi esille tulos, jonka mukaan yksinäisyyden kokeminen ja perheen taloudellinen tilanne ovat yhteydessä toisiinsa. Tulosta tulee kuitenkin tarkastella kriittisesti, sillä kyseessä on nuoren kokemus perheen taloudellisen tilanteen riittäväydestä.

9.3 Tutkimuksen hyödyntäminen

Vuonna 2016 voimaan astuvan perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa mainitaan, että koulu yhteisön tulee yksilöllisesti tukea ja kannustaa oppilasta ihmisyyteen kasvussa, ja antaa oppilaalle kokemus arvostamisesta, hyvinvoinnin edistämisestä sekä kuulluksi tulemisesta. Lisäksi opetus tulee toteuttaa oppilaan identiteettiä rakentavasti, jolloin oppilas luo suhdetta itseän ja toisiin ihmisiin (Opetushallitus 2015). Opetussuunnitelman perusteiden kasvatuksellisinä tavoitteina mainitaan oppilaan identiteetin vahvistaminen, sekä vuorovaikutteiset ja toisia kunnioittavat toimintatavat (Opetushallitus 2015). Uusien tietojen ja taitojen tavoittelun ei pitäisi olla koulun kasvatuksen ainut tavoite, vaan sen tulee sisältää myös erilaisten ihmisten kanssa toimimisen opettelua (Junttila 2015, 24). Perusopetussuunnitelman perusteet on Junttilan (2015, 24) mukaan huomionut lasten ja nuorten sosioemotionaalisen hyvinvoinnin, mikä on keskeistä nuorten yleisen yksinäisyyden kokemuksen ennaltaehkäisyssä ja puuttumisessa. Mitä keinoja opettajilla on auttaa nuorta kehittämään vuorovaikutustaitoja ja vahvistamaan itsetuntoa, ja toisaalta miten opettaja voi puuttua nuoren kokemaan yksinäisyyden?

Tämän tutkimuksen tulos nuorten huonon itsetunnon ja yksinäisyyden välisestä yhteydestä on huomioitava kouluissa. Nuoren itsetunnon vahvistaminen on yksi keino, johon koulun toimintatavoilla voidaan vaikuttaa. Nuoren itsetunnon tukeminen on tärkeää, sillä sen vahvistaminen voi vähentää yksinäisyyden kokemisen yleisyyttä (ks. Vanhalst ym. 2014). Vuoden 2016 tulevassa opetussuunnitelman perusteissa mainitaan, että vuosiluokilla 7-9 halutaan luoda edellytyksiä itsetuntoa vahvistavaan osaamiseen (Opetushallitus 2015). Terveystiedon opetuksen tulee yläkoulussa olla oppilaan sosiaalisia taitoja tukevaa, sekä tunteiden tunnistamista ja säätelyn valmiuksia kehittävää. Myös oppia itsetuntemuksesta tulee vahvistaa terveystiedon opetuksessa (Opetushallitus 2014). Paakkari ja Paakkari (2012) puhuvat oppilaiden terveydenluktaitojen kehittämistä, jossa tärkeää on, että oppilas oppii ymmärtämään ja tarkastelemaan omaa terveyttä ja hyvinvointia eri näkökulmista. Terveystiedon opetuksessa on keskeistä edistää oppilaiden kykyä määrittellä omaa identiteettiään ja sosiaalisia suhteitaan (Paakkari & Paakkari 2012).

Terveystiedon opettajilla on keskeinen tehtävä oppilaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen, sekä itsetunnon kehitystä tukevan opetuksen toteuttamisessa. Opettaja voi henkisesti läsnäolollaan ja opetusmenetelmien valinnalla vaikuttaa oppilaiden valmiuksiin vahvistaa itsetuntoaan, sekä kehittää sosiaalisia taitojaan. Turvallisen, kannustavan ja yhteisöllisen oppimisympäristön luominen, sekä monipuolinen vuorovaikutus opettajan ja oppilaiden kesken, voivat auttaa kehittämään oppilaan itsetuntemusta ja sosiaalisia taitoja (Junttila 2015, 179). Lisäksi vuorovaikutuksellinen oppimisympäristö voi kannustaa nuorta luomaan uusia ystävyssuhteita muihin oppilaisiin. Junttila (2015, 179) mainitsee monipuoliset opetusmenetelmät opettajan mahdollisuudeksi tukea nuorta. Esimerkiksi toiminnalliset opetusmenetelmät voivat luoda oppilaille matalamman kynnyksen ilmaista itseään, ja olla vuorovaikutuksessa muiden oppilaiden kanssa (Junttila 2015, 179). Herbertin ja Lohrmannin (2011) tutkimuksessa terveystiedon toiminnallisilla opetusmenetelmillä oli positiivinen yhteys nuoren itsetunnon ja identiteetin kehittymiseen. Koska nuoret viettävät suurissa määrin aikaa koti- ja kouluympäristössä, sekä vanhempien että opettajien on hyvä tarkkailla yläkouluikäisen nuoren hyvinvointia, ja puuttua esimerkiksi yksinäisyyteen varhaisessa vaiheessa. Opettajien on hyvä hankkia jatkuvasti ajankohtaista tietoa nuorten yksinäisyydestä (Junttila 2015, 179), ja opettaja voi tarvittaessa ohjata oireilevan nuoren oppilashuollon piiriin, sillä jokaisella oppilailla on oikeus saada maksutta oppilashuollon palveluita (Opetushallitus 2014). Tarkastelen seuravaksi millainen merkitys kodin kasvu-ympäristöllä ja vanhemmilla on nuoren kokeman yksinäisyyden tunnistamisessa.

Tämän tutkimuksen tulosten pohjalta voidaan todeta, että vanhemmilla ja kodin kasvuympäristöllä on tärkeä merkitys nuoren hyvinvoinnille. Junttilan (2015, 163) mukaan lapsi oppii kotoa sosiaalisia taitoja ja vuorovaikutussuhteissa toimimista. Vanhemmat voivat aktiivisesti auttaa lastaan luomaan ystävyyssuhteita, muun muassa kutsumalla lapsen luokkatovereita kylään, tai järjestämällä lapselle mieluisia harrastuksia, joissa on mahdollisuus luoda uusia ihmissuhteita. Nuoret itse ovat toivoneet, että vanhemmilla olisi heille enemmän aikaa, ja vanhemmat olisivat aidosti kiinnostuneita nuoren kuulumisista (Junttila 2015, 164, 178). Nuoret pitävät vanhempia edelleen heidän elämäänsä kuuluvina tärkeinä ihmisinä, joka vanhempien tulisi muistaa vuorovaikutuksessa murrosikäisen nuoren kanssa. Vanhemman tehtävä on olla nuoren elämässä luotettava aikuinen, kasvattaja ja rajojen asettaja, mutta myös tuen ja rakkauden antaja (Nurmi ym. 2008, 145-146). Nuoren pahaan oloon ei tule lähteä mukaan, vaan siihen tulee oppia suhtautumaan järjevästi ja tukevasti.

Läheskään aina nuori ei tule itse kertomaan yksinäisyyden kokemisestaan, vaan vanhemman tehtävä olisi tarkkailla nuoren käyttäytymistä ja puuttua nuoren mahdolliseen pahoinvointiin. Sunniteltaessa tukitoimia lapsen sosioemotionaalisen hyvinvoinnin hyväksi, tulee arvioida perheen sosiaalisten suhteiden tilanne, ja erityisesti lasta tukevat sosiaaliset suhteet huomioiden. Kun perhettä aletaan tukea varhaisessa vaiheessa, pyritään pysäyttämään negatiivinen kierre lapsen kokemassa yksinäisyydessä, ennen kuin se kehittyy sosiaalisesti ahdistuneisuudeksi tai masennukseksi (Junttila ym. 2008). Yhteistyö vanhempien ja koulun opettajien, oppilashuollon, sekä kaupungin tarjoamien tukipalvelujen kesken, luo vahvan tukiverkoston nuoren henkisen hyvinvoinnin tukemiselle.

9.4 Jatkotutkimusaiheita

Tässä tutkimuksessa käytettiin aineistona vuoden 2010 WHO-Koululaistutkimuskyselyä, jossa yksinäisyyttä oli kysytty vain yhdellä kysymyksellä ”Kuinka usein tunnet itsesi yksinäiseksi?”. Yksinäisyys on ilmiönä monimuotoinen, eikä tutkimusaineistona käytetty kyselylomakkeen kysymys erotellut, kokeeko nuori sosiaalista vai emotionaalista yksinäisyyttä, tai kuinka pitkäkestoista koettu yksinäisyys on ollut. Jatkossa olisi tärkeää tutkia nuorten yksinäisyyden kokemista laajemmin, jolloin otettaisiin kattavammin huomioon yksinäisyyden käsitteeseen sisältyviä osa-alueita.

Tässä tutkimuksessa tutkittiin tutkimuskirjallisuudesta keskeisesti esiin nousseita nuorten yksinäisyyden kokemiseen yhteydessä olevia tekijöitä, mutta on olemassa myös muita tekijöitä, joita olisi tärkeä selvittää laajemmin. Kiinnostavaa olisi tutkia lähemmin esimerkiksi kiusaamisen yhteyttä yksinäisyyden kokemisen useuteen nuorilla. Jatkossa keskeistä olisi kohdistaa tutkimusta myös siihen, millä tavoin nuorten kokemaan yksinäisyyteen voitaisiin tehokkaasti puuttua, ja tutkia millä keinoin sitä voitaisiin ennaltaehkäistä.

LÄHTEET

- Aalberg, V. 1997. Osa nuorista voi pahoin. *Duodecim* 113, 559-561.
- Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilèn, M. 2007. *Nuoren aika*. Helsinki: WSOY.
- Aarnos, E. 2001. Kouluun lapsia tutkimaan: havainnointi, haastattelu ja dokumentit. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I*. PS-kustannus: Jyväskylä.
- Ainsworth, MDS., Blehar, MC., Waters, E. & Wall, S. 1978. *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*. Hillsdale NJ: Erlbaum.
- Altundag, Y. & Bulut, S. 2014. Prediction of Resilience of Adolescents Whose Parents Are Divorced. *Psychology* 5 (10), 1215-1223.
- Alvord, MK. & Grados, JJ. 2005. Enhancing resilience in children: A proactive approach professional psychology: *Research and practice* 36 (3), 238-245.
- Aunola, K. 2005. Kasvatus ja vanhemmuus: tutkimuksen traditiot ja haasteet. *Psykologia* 40, 356–369.
- Aunola, K. & Nurmi, J.-E. 2004. Maternal affection moderates the impact of psychological control on a child's mathematical performance. *Developmental Psychology* 40, 965-978.
- Bartels, M., Cacioppo, J.T., Hudziak, J.J. & Boomsma, D. I. 2008. Genetic and environmental contributions to stability in loneliness throughout childhood. *American Journal of Medical Genetics Part B, Neuropsychiatric Genetics* 147, 385-391.
- Baumrind, D. 1989. Rearing competent children. Teoksessa W. Damon (toim.) *Child development today and tomorrow*. San Fransisco, CA: Jossey-Bass, 349-378.
- Berndt, T.J. 2002. Friendship Quality and Social Development. *Current directions in psychological science* 11 (1), 7-10.
- Bianchi, S. & Milkie, M. 2010. Work and Family Research in the First Decade of the 21st Century. *Journal of Marriage and Family* 72 (3), 705-725.

- Booth-LaForce, C. & Oxford, M.L. 2008. Trajectories of social withdrawal from grades 1 to 6. Prediction from early parenting, attachment, and temperament. *Developmental Psychology* 44 (5), 1298-1313.
- Bowlby, J. 1969. *Attachment and loss*. Basic Books: New York.
- 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.
- Cacioppo, J. & Patrick, W. 2008. *Loneliness. Human nature and the need for social connection*. USA: NORTON.
- Cavanaugh, A. M. & Buehler, C. 2015. Adolescent loneliness and social anxiety: The role of multiple sources of support. *Journal of social and personal relationships* 1, 1-22.
- Cheng, H. & A. Furnham. 2002. Personality, Peer Relations, and Self-confidence as Predictors of Happiness and Loneliness. *Journal of Adolescence* 25, 327-339.
- Civitci, N., Civitci, A. & Fiyakali, N.C. 2009. Loneliness and life satisfaction in adolescents with divorced and non-divorced parents. *Educational science: Theory and practice* 9 (2), 513-525.
- Coolican, H. 2014. *Research methods and statistics in psychology*. 6. painos. London: Hodder.
- Cotterell, J. 2004. *Social networks in youth and adolescence*. London and New York: Routledge.
- Craig, L. 2006. Parental education, time in paid work and time with children: An Australian time-diary analysis. *The British Journal of Society* 57, 553-575.
- Currie, CE., Zanotti, C., Morgan, A., Currie D., deLooze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, ORF. & Barnekow, V. 2012. *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. No. 6. Copenhagen, WHO Regiona.
- DeLay, D., Hafen, C.A., Cunha, J.M., Weber, L.M. & Laursen, B. 2013. Perceptions of parental support buffer against depression for Brazilian youth with interpersonal difficulties. *International Journal of Behavioral Development* 37 (1), 29-34.

- Dunn, D., Deater-Deckard, K., Pickering, K., O'Connor, T. G. & Golding, J. (1998). Children's adjustment and prosocial behaviour in step-, single-parent, and non-stepfamily settings: Findings from a community study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 39, 1083–1095.
- Galobardes, B., Shaw, M., Lawlor, D., Lynch, J. & Smith, G. 2006. Indicators of socioeconomic position. *Journal of Epidemiol Community Health* 60, 7-12.
- Garnefski & Diekstra. 1997. Adolescents from one parent, stepparent and intact families: emotional problems and suicide attempts. *Journal of Adolescence* 20 (2), 201-208.
- van Gilder, T. 1996. Examining the predictors of loneliness in fifth- and sixth-grade females: Friendship type, friendship quality, and number of friends. California School of Professional Psychology: Dissertations Publishing.
- Goosby, B., Bellatorre, A., Walsemann, K. & Cheadle, J. 2013. Adolescent Loneliness and Health in Early Adulthood. *Sociological Inquiry* 83 (4), 505–536.
- Goossens, L. Marcoen, A. Hees, S. V., Woestijne, O. 1998. Attachment style and loneliness in adolescence. *European Journal of Psychology of Education* 12, 259-542.
- Guttman, J., & Rosenberg, M. 2003. Emotional intimacy and children's adjustment: A comparison between single-parent divorced and intact families. *Educational Psychology* 23, 457-472.
- Haapala, P. 2003. Nuoriso numeroina. Teoksessa Aapola S, Kaarinen M. (toim.) Nuoruuden vuosisata. Suomalaisen nuorison historia. Jyväskylä: Gummerus, 73, 82.
- Hansen, DM., Larson, RW. & Dworkin, JB. 2003. What adolescent learn in organized youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of research on adolescence* 13 (1), 25-55.
- Harris, R., Qualter, P. & Robinson, S. 2013. Loneliness trajectories from middle childhood to pre-adolescence: Impact on perceived health and sleep disturbance. *Journal of Adolescence* 36 (6), 1295-1304.
- Hawkey, L. & Cacioppo, J. 2010. Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *The Society of Behavioral Medicine* 40, 218-227.
- HBSC. 2015. Viitattu 4.2.2015. <http://www.hbsc.org/about/index.html>.

- Heinrich, L. M., & Gullone, E. 2006. The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review* 26, 695-718.
- Herbert, P. & Lohrmann, D. 2011. It's all in the delivery! An analysis of instructional strategies from effective health education curricula. *Journal of school health* 81 (5), 258-64.
- Hurme, H. 2008. Perhe kehityksen kontekstina. Teoksessa P. Lyytinen, M. Korhonen & H. Lyytinen (toim.) *Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan*. WSOY: Helsinki.
- Hussong, A. M. 2000. Perceived peer context and adolescent adjustment. *Journal of Research on Adolescence* 10 (4), 391-415.
- Jackson, T. 2007. Protective self-presentation, sources of socialization, and loneliness among Australian adolescents and young adults. *Personality and Individual Differences* 43, 1552-1562.
- Johnson, H. D., Joseph C., LaVoie, J. C., & Mahon, M. 2001. Interparental conflict and family cohesion predictors of loneliness, social anxiety, and social avoidance in late adolescence. *Journal of Adolescent Research* 16, 304-318.
- Junttila, N. 2015. *Kavereita nolla. Lasten ja nuorten yksinäisyys*. Helsinki: Tammi.
- Junttila, N., Laakkonen, E., Niemi, P. M. & Ranta, K. 2008. Modeling the interrelations between adolescents' loneliness, social anxiety, and social phobia. *Scientific Annals of the Psychological Society of Northern Greece*.
- Junttila, N. & Vauras, M. 2009. Loneliness among school-aged children and their parents. *Scandinavian Journal of Psychology* 50 (3), 211-219.
- Kangasniemi, J. 2008. Yksinäisyyden kokemisen avainkomponentit Yleisradion tekstitelevision Nuorten palstan kirjoituksissa. *Jyväskylä Studies in Humanities* 107. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Kaltiala-Heino, R. 2003. Sukupuoli ja mielenterveys. Teoksessa R. Luoto, K. Viisainen, ja I. Kulmala (toim.) *Sukupuoli ja terveys*. Tampere: Vastapaino, 50-65.
- Karisto A, Lahelma E. 2005. Sosiaalinen ympäristö ja kulttuuriympäristö. Teoksessa Aromaa A, Huttunen J, Koskinen S, Teperi J. (toim.) *1. Painos. Suomalaisten terveys*. Helsinki: Duodecim 51.

- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Hyvä itsetunto. WSOY: Helsinki.
- Kingery, J. & Erdley, C. 2007. Peer Experiences as predictors of adjustment across the middle school transition. *Education & Treatment of Children* 30 (2), 73-88.
- Kingery, J., Erdley, C. & Marshall, K. 2011. Peer acceptance and friendship as predictors of early adolescents' adjustment across the middle school transition. *Merrill-Palmer Quarterly* 57, 215-243.
- Kouluterveyskysely. 2015. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 23.9.2015. <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijaty/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/elinolot-ja-sosiaaliset-ongelmat>.
- Korkiamäki, R. & Ellonen, N. 2010. Ikätoverisuhteet sosiaalisina resursseina yläkouluiässä. *Nuorisotutkimus* 8, 18-35.
- Kämppe, K., Välimaa, R., Tynjälä, J., Haapasalo, I., Villberg, J. & Kannas, L. 2008. Peruskoulun 5., 7. ja 9.luokan oppilaiden koulukokemukset ja koettu terveys. WHO-koululaistutkimuksen trendejä vuosina 1994-2006. Opetushallitus: Jyväskylän yliopisto.
- Kämppe, K., Välimaa, R., Ojala, K., Tynjälä, J., Haapasalo, I., Villberg, J. & Kannas, L. 2012. Koulukokemusten kansainvälistä vertailua 2010 sekä muutokset Suomessa ja Pohjoismaissa. 1994-2010 – WHO-Koululaistutkimus (HBSC-Study). Koulutuksen seurantaraportit 2012.8. Opetushallitus: Jyväskylän yliopisto.
- Kärmeniemi, S. & Aunola, K. 2014. Vanhemman lapsen kanssa viettämän ajan yhteys lapsen koulutaitoihin ensimmäisellä luokalla. *Psykologia* 49 (2), 135-151.
- Laine, K. 1998. Finnish student`s attributions for school-based loneliness. *Scandinavian journal of educational research* 42 (4), 401-413.
- Lasgaard, M., Goossens, L. Holm Bramsen, R., Trillingsgaard, T. & Elklit, A. 2011. Different sources of loneliness are associated with different forms of psychopathology in adolescence. *Journal of research in personality* 45 (2), 233-237.
- Lintunen, T. 1995. Self-perceptions, fitness and exercise in early adolescence. A four year follow-up study. *Studies in Sport, Physical Education and Health*, 41. Jyväskylä: University of Jyväskylä.

Lyytinen, H., Eklund, K. & Laakso, M-L. 2008. Varhainen kognitio, temperamentti ja vuoro-vaikutus. Teoksessa P. Lyytinen, M. Korhonen & H. Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Helsinki: WSOY.

Lyytinen, P., Korhonen, M. & Lyytinen, H. 2008. Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. WSOY: Helsinki.

Main, M. & Solomon, J. 1990. Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth strange situation. Teoksessa MT. Greenberg, D. Cicchetti, EM. Cummings (toim.) Attachment in the preschool years. Chicago: University of Chicago Press.

MLL. 2010. Nuorten kokemuksia perheen taloudellisesta tilanteesta. Kyselyraportti. Viitattu 17.11.2015.

http://mll-fibin.directo.fi/@Bin/72d271e8c9203f46ee338d674003330e/1398081038/application/pdf/1313_2260/Nuorten%20kokemuksia%20perheen%20taloudellisesta%20tilanteesta%20LOW%20RES.pdf

Manninen, S. 2002. "Masculinities, Power Hierarchy and Social Position in Classroom Community - A Case Study on the Social Relations of a Multicultural Classroom. In Gendered and Sexualized Violence in Educational Environments. Teoksessa V. Sunnari, J. Kangasvuori, and M. Heikkinen (toim.) Oulu: Oulu University Press, 41-60.

Mahon, N., Yarcheski, T. & Yarcheski, A. 1993. Loneliness and health-related variables in young adults. Perceptual and motor skills 85, 800-802.

Mahon, N., Yarcheski, A., Yarcheski, T., Cannella, B. & Hanks, M. 2006. A meta-analytic study of predictors for loneliness during adolescence. Nursing research 55 (5), 308-315.

Margalit, M. 2010. Lonely children and adolescents: self perceptions, social exclusion, and hope. New York: Springer.

Matos, MG., Van der Sluis, W.; Tinoco, VM., Tomé, G., Ferreira, M., Gaspar, T., Simões, C., Ter Bogt, T., Lenzi, M., Levensen, I., Hansen, F., Kuntsche, E., Ramos, P., Riviera, F. & the Peer culture focus group. 2010. Health behavior in school-aged children: a World Health Organization Cross-National Study. Teoksessa R. Griebler, M. Molcho, O. Samdal, J. Inchley, W. Dur, C, Currie. Research protocol for the 2009/2010 Survey. Vienna: LBIHPR & Edinburgh: CAHRU.

- Matza, L. S., Kupersmidt, J. B. & Glenn, D. M. 2001. Adolescents' perceptions and standards of their relationships with their parents as a function of sociometric status. *Journal of Research on Adolescence* 11, 245–272.
- McLeod, J. 2002. Working Out Intimacy: Young People and Friendship in an Age of Reflexivity. *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education* 23 (2), 211-226.
- Metsämuuronen, J. 2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 2. painos. Helsinki: International Methelp.
- Metsämuuronen, J. 2008. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 4. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- de Minzi, R. 2006. Loneliness and depression in middle and late childhood: the relationship to attachment and parental styles. *Journal of Genetic Psychology* 167 (2), 189-210.
- Moilainen, I., Räsänen E, Tamminen T., Almqvist F., Piha J., & Kumpulainen, K. 2004. Lasten- ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Duodecim.
- Moisio, P., and T. Rämö. 2007. Koettu yksinäisyys demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan Suomessa vuosina 1994 ja 2006. *Yhteiskuntapolitiikka* 72 (4), 392-401. Viitattu 10.9.2015. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100808/074moisio.pdf?sequence=1>.
- Mustonen, U., Huurre, T., Kiviruusu, O., Berg, N., Aro, H. & Marttunen, M. 2013. Elämänkulku, mielenterveys ja hyvinvointi. Seurantatutkimus 16-vuotiaista tamperelaisnuorista 22-, 32- ja 42-vuotiaana (TAM-projekti). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 17.11.2015. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114509/URN_ISBN_978-952-245-962-6.pdf?sequence=1
- Myllyniemi, S. 2009. Aika vapaalla. Nuorten vapaa-aikatutkimus 2009. Opetusministeriö. Nuorisotutkimusverkosto. Nuorisoasiain neuvottelukunta. Yliopistopaino Oy: Helsinki.
- Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Nuorisotutkimusseura. Viitattu 25.2.2015. http://www.tietoanuorista.fi/wpcontent/uploads/2013/08/Nuoria_liikkeell%C3%A4_Julkaisu_Nettiversio_korjattu.pdf.

- Nangle, D.W., Erdley, C.A., Newman, J.E., Mason, C.A. & Carpenter, E.M. 2003. Popularity, friendship quantity, and friendship quality: interactive influences on children's loneliness and depression. *Journal of clinical child and adolescent psychology* 32 (4), 546–555.
- Nummenmaa L. 2009. Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät. 1. painos. Keuruu: Tammi.
- Nurmi, J-E. 2008. Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehiä. Teoksessa P. Lyytinen, M. Korhonen & H. Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissään. Helsinki: WSOY, 258-274.
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2008. Ihmisen psykologinen kehitys. WSOY: Helsinki.
- O'Connor, P. 2006. Young People's Constructions of the Self: Late Modern Elements and Gender Differences. *Sociology* 40 (1), 107-124.
- Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Viitattu 18.9.2015. <http://www.oph.fi/ops2016/perusteet>.
- 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.
- Paakkari, L. & Paakkari, O. 2012. Health literacy as a learning outcome in schools. *Health education* 122, 133-152.
- Peltoniemi, H., Pesonen, A. Aunola, K., Lerkkanen, M-K., Nurmi, J-E. & Kiuru, N. 2014. Perhetaustan merkitys kavereiden valinnassa ja vertauryhmän hyväksynnässä. *Psykologia* 49 (5), 324-338.
- Pérez, J., Maldonado, T., Andrade, C. & Diaz, D. 2007. Judgments expressed by children between 9 to 11 years old, about behaviors and attitudes that lead to acceptance or social rejection in a school group. *Revistas Diversitas – Perspectivas en Psicología* 3 (1), 81-107.
- Peplau, L. 1985. Loneliness research: Basic concepts and findings. Sarason, I. & Sarason, B (toim.) *Social support: theory, research and applications*. USA: NATO Scientific Affairs Division.

- 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.
- Pervin, L. 2003. Handbook of personality: Theory and research. *Psychology and Education: An Interdisciplinary Journal* 43 (2), 1-21.
- Pettit, G. S., Dodge, K. A. & Brown, M. M. 1988. Early family experience, social problem solving patterns, and children`s social competence. *Child Development* 59, 107-120.
- Poikkeus, A-M. 1995. Lasten toverisuhteet ja sosiaaliset taidot. Teoksessa P. Lyytinen, M. Kor-kiakangas & H. Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityopsykologiaan, kehitys kontekstissaan. Porvoo: WSOY, 122-138.
- Putallaz, M. 1987. Maternal behavior and children`s sosiometric status. *Child Development*, 58, 324–340.
- Putallaz, M. & Heflin, A. H. 1990. Parent-child interaction. Teoksessa S. R. Asher & J. D. Coie (toim.), Peer rejection in childhood. Cambridge: Cambridge University Press, 189-216.
- Qualter, P. & Munn, P. 2002. The separateness of social and emotional loneliness in childhood. *Journal of child psychol psychiatry* 43 (2), 233-244.
- Qualter, P., Brown, S.L., Rotenberg, K.J., Vanhalst, J., Harris, R.A., Goossens, L., Bangee, M. & Munn, P. 2013. Trajectories of loneliness during childhood and adolescence: Predictors and health outcomes. *Journal of Adolescence* 36 (6), 1-11.
- Renshaw, P. & Brown, P. 1993. Loneliness in middle childhood:Concurrent and longitudinal predictors. *Child development* 64 (4), 1271-1284.
- Roberts, J. 2009. My friends' effect on me: The role of social support, friendship quality and personality in the depression of adolescents and young adults. Southern Illinois University at Carbondale: UMI Dissertations Publishing.
- Rokach, A. 2000. Coping with Loneliness in Adolescence: A cross-cultural study.
- Rokach, A. 2004. Loneliness then and now: Reflections on Social and Emotional Alienation in Everyday Life. *Current Psychology* 23 (1), 24-40.

- Rokach, A. 2005. Age, culture, and the antecedents of loneliness. *Social Behavior and Personality* 33 (5), 477-494.
- Roberts, C., Freeman, J., Samdall, O., Schnohr, C.W., de Looze, M.E., Nic Gabhainn, S., Iannotti, R., Rasmussen, M. & the International HBSC Study Group. 2009. The health behaviour in school-aged children (HBSC) study: methodological developments and current tensions. *Int J Public Health* 54, 140-150.
- Rosenberg, M. 1965. *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rotenberg, K. J. 1999. *Childhood and adolescent loneliness: An introduction*. K. J. Rotenberg & S. Hymell (toim.) *Loneliness in childhood and adolescence*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Russell, D.W., Cutrona, C., McRae, C. & Gomez, M. 2012. Is loneliness the same as being alone? *The journal of psychology* 146 (1-2), 7-22.
- Rönkä, A., Rautio, A., Koiranen, M., Sunnari, V. & Taanila, A. 2013. Experience of loneliness among adolescent girls and boys: Northern Finland Birth Cohort 1986 study. *Journal of youth studies* 17 (2), 183-203.
- Saari, J. 2009. *Yksinäisten yhteiskunta*. WSOY: Helsinki.
- Salmivalli, C. 2005. *Kaverien kanssa; Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys*. PS-kustannus.
- Scharf, M., Wiseman, H. & Farah, F. 2011. Parent-adolescent relationships and social adjustment: The case of a collectivistic culture. *International journal of psychology* 46 (3), 177-190.
- Shin, Y. 2007. Peer relationships, social behaviours, academic performance and loneliness in Korean primary school children. *School Psychology International* 28, 220-236.
- van Staden, W. & Coetzee, K. 2010. Conceptual relations between loneliness and culture. *Current Opinion in Psychiatry* 23 (6), 524-529.
- Steinberg, L. 2002. Clinical adolescent psychology: What it is, and what it needs to be. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 70 (1), 124-128.
- Stoeckli, G. 2009. The role of individual and social factors in classroom loneliness. *Journal of Educational Research* 103 (1), 28-39.

- Soares, I. 2007. *Relações de Vinculação ao Longo do Desenvolvimento*. Braga: Editoria: Psico-equilíbrios.
- Sullivan, H. S. 1953. *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Tilastokeskus. 2014. Lapsiperheiden määrä vähenee edelleen. Viitattu 30.5.2015. http://tilastokeskus.fi/til/perh/2013/perh_2013_2014-05-23_tie_001_fi.html.
- Uhari, M. & Nieminen, P. 2001. *Epidemiologia & biostatistiikka*. Helsinki: Duodecim.
- Uruk, A. & Demir, A. 2003. The role of peers and families in predicting the loneliness level of adolescents. *The journal of psychology* 137 (2), 179-193.
- Valkonen, T. 1981. *Haastattelu- ja kyselyaineiston analyysi sosiaalitutkimuksessa*. Helsinki: Gaudeamus.
- Valli, R. 2001. *Kyselylomaketutkimus*. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I*. PS-kustannus: Jyväskylä.
- Vanhalst, J., Luyckx, K., Scholte, R., Engels, R. & Goossens, L. 2013. Low self-esteem as a risk factor for loneliness in adolescence: Perceived – but not actual – Social acceptance as an underlying mechanism. *Journal of Abnormal Child Psychology* 41, 1067-1081.
- Vanhalst, J., Luyckx, K. & Goossens, L. 2014. Experiencing Loneliness in Adolescence: A Matter of Individual Characteristics, Negative Peer Experiences, or Both? *Social development* 23 (1), 100-118.
- Villberg, J. & Tynjälä, J. 2004. Teoksessa L. Kannas (toim.) *Koululaisten terveys ja terveyskäyttäytyminen muutoksessa*. WHO-Koululaistutkimus 20 vuotta. Terveysten edistämisen tutkimuskeskus. Jyväskylän yliopisto.
- Wardle, J., Robb, K. & Johnson, F. 2002. Assessing socioeconomic status in adolescents: the validity of a home affluence scale. *Journal of Epidemiology & Community Health* 56, 595–9.
- Weeks, M. 2013. *Gender, Loneliness, and Friendship Satisfaction in Early Adulthood: The Role of Friendship Features and Friendship Expectations*. Department of Psychology and Neuroscience Duke University.
- Weiss, R. 1973. *The experience of emotional and social isolation*. The MIT Press.

White, L. 1994. Coresidence and Leaving Home: Young Adults and Their Parents. *Annual Review of Sociology* 20, 81-102.

Woodhouse, S., Dykas, M. & Cassidy, J. 2012. Loneliness and peer relations in adolescence. *Social development* 21 (2), 273-293.

Woods, S., Done, J. & Kalsi, H. 2009. Peer victimisation and internalising difficulties: The moderating role of friendship quality. *Journal of Adolescence* 32 (2), 293-308.

Young, J. E. 1982. Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. In L. A. Peplau & D. Perlman (toim.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley.

LIITTEET

LIITETAULUKKO 1. Yksinäisyyden kokeminen sukupuolen mukaan

Yksinäisyyden kokeminen	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
En	56.9	52.9	39.0	32.9
Joskus	35.5	37.8	46.4	50.6
Melko usein	5.3	6.7	9.5	10.7
Hyvin usein	2.3	2.6	5.1	5.8
En	56.9	52.9	39.0	32.9
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1025)	(975)	(1108)	(1083)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

p-arvo ikäryhmien välillä 0.007, pojilla 0.272; tytöillä 0.030

LIITETAULUKKO 2. Ystävyys-suhteiden laatua kuvaavat väittämät sukupuolen mukaan

		Melkein aina totta (%)	Joskus totta (%)	Yleensä ei totta (%)	Yhteensä (%)	n	p- arvo*
Väittämä							
Ystäväni huomaavat, jos minua vaivaa jokin asia							
	poika	49.8	34.9	15.3	100.0	1997	<0.001
	tyttö	76.8	18.2	5.0	100.0	2188	
Ystäväni rohkaisevat minua puhu- maan vaikeuksistani							
	poika	35.9	38.0	26.1	100.0	1989	<0.001
	tyttö	71.2	20.5	8.3	100.0	2187	
Ystäväni kuuntelevat, mitä mi- nulla on sanottavana							
	poika	63.2	27.2	9.6	100.0	1988	<0.001
	tyttö	84.6	12.3	3.1	100.0	2181	
Omasta mielestäni minulla on hy- viä ystäviä							
	poika	83.2	12.0	4.9	100.0	1990	<0.001
	tyttö	90.7	7.1	2.2	100.0	2184	
Kun olen vihainen, ystäväni yrit- tävät ymmärtää minua							
	poika	54.3	34.4	11.3	100.0	1090	<0.001
	tyttö	74.4	20.6	5.0	100.0	2176	
Ystäväni välittävät siitä, miltä mi- nusta tuntuu							
	poika	57.6	33.0	9.4	100.0	1983	<0.001
	tyttö	85.0	12.4	2.5	100.0	2180	
Voin turvautua ystäviini, kun mi- nulla on tarve puhua mieltäni pai- navista asioista							
	poika	51.7	32.6	15.8	100.0	1984	<0.001
	tyttö	85.1	10.7	4.2	100.0	2180	
Ystäväni kunnioittavat tunteitani							
	poika	59.6	30.9	9.5	100.0	1984	<0.001
	tyttö	86.3	11.5	2.2	100.0	2178	
Voin kertoa ystävilleni ongelmis- tani ja huolistani							
	poika	55.8	30.2	14.1	100.0	1985	<0.001
	tyttö	84.8	10.8	4.4	100.0	2183	
Jos ystäväni tietävät, että jokin asiaa vaivaa mieltäni, he kysyvät minulta siitä							
	poika	49.0	34.0	17.0	100.0	1974	<0.001
	tyttö	78.4	17.0	4.7	100.0	2181	

* p-arvo sukupuolten välillä

LIITETAULUKKO 3. Kiintymyssuhdetta äitiin kuvaavat väittämät sukupuolen ja ikäryhmien mukaan

	Lähes aina	Joskus	Ei koskaan	Yhteensä	n	p-arvo* p-arvo**
Äitini auttaa minua aina kun tarvitsen						
poika						
13-v	78.2	20.8	1.0	100.0	1024	*<0.001
15-v	71.0	27.4	1.6	100.0	960	p=0.001 t=0.002
tyttö						
13-v	80.1	18.8	1.1	100.0	1096	**0.206
15-v	73.9	25.2	0.9	100.0	1069	7 lk=0.500 9 lk=0.208
Äitini antaa minun tehdä asioita, joista pidän						
poika						
13-v	67.1	31.2	1.8	100.0	1023	*0.037
15-v	68.3	30.0	1.7	100.0	961	p=0.841 t=0.006
tyttö						
13-v	72.4	26.6	1.0	100.0	1094	**<0.001
15-v	74.5	23.0	2.5	100.0	1071	7 lk=0.017, 9 lk=0.001
Äitini on rakastava						
poika						
13-v	79.8	18.8	1.4	100.0	1022	*<0.001
15-v	74.3	23.1	2.6	100.0	961	p=0.006 t=0.011
tyttö						
13-v	86.0	12.5	1.5	100.0	1096	**<0.001
15-v	81.9	15.2	2.9	100.0	1069	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Äitini ymmärtää ongelmiani ja huoliani						
poika						
13-v	74.6	23.3	2.1	100.0	1021	*<0.001
15-v	64.1	32.0	3.9	100.0	962	p <0.001 t <0.001
tyttö						
13-v	69.3	26.9	3.8	100.0	1093	**<0.001
15-v	59.1	34.4	6.6	100.0	1068	7 lk=0.005 9 lk=0.007
Äitini pitää siitä, että päätän omista asioistani						
poika						
13-v	57.6	38.0	4.4	100.0	1021	*0.005
15-v	53.5	39.9	6.6	100.0	960	p=0.047 t=0.002
tyttö						
13-v	46.9	47.4	5.7	100.0	1092	**<0.001
15-v	51.2	40.7	8.1	100.0	1069	7 lk <0.001 9 lk=0.313

Äitini yrittää määrätä kaikessa
mitä teen

poika							
13-v	24.5	55.1	20.4	100.0	1020	*<0.001	
15-v	22.1	52.6	25.3	100.0	958	p=0.032	t=0.003
tyttö							
13-v	20.3	51.1	28.7	100.0	1091	**<0.001	
15-v	15.1	52.0	32.9	100.0	1067	7 lk <0.001	9 lk <0.001

Äitini kohtelee minua kuin lasta

poika							
13-v	21.3	55.6	23.2	100.0	1015	*<0.001	
15-v	15.6	58.2	26.2	100.0	959	p=0.004	t=0.001
tyttö							
13-v	21.7	57.1	21.2	100.0	1085	**0.749	
15-v	16.1	57.8	26.1	100.0	1066	7 lk=0.557	9 lk=0.955

Äitini saa oloni tuntumaan parem-
malta, kun olen pahoittanut mie-
leni

poika							
13-v	50.7	42.7	6.6	100.0	1012	*<0.001	
15-v	35.8	53.3	10.9	100.0	959	p <0.001	t <0.001
tyttö							
13-v	54.4	37.6	8.0	100.0	1081	**0.001	
15-v	41.1	46.5	12.4	100.0	1065	7 lk=0.044	9 lk=0.009

* p-arvo sukupuolten välillä

** p-arvo ikäryhmien välillä

LIITETAULUKKO 4. Kiintymyssuhdetta isään kuvaavat väittämät sukupuolen ja ikäryhmien mukaan

	Lähes aina	Joskus	Ei koskaan	Yhteensä	n	p-arvo* p-arvo**
Isäni auttaa minua aina kun tarvitsen						
poika						
13-v	70.3	27.1	2.6	100.0	995	* 0.001
15-v	64.2	32.9	2.9	100.0	942	p=0.017 t=0.018
tyttö						
13-v	62.9	32.7	4.4	100.0	1055	**<0.001
15-v	57.6	36.0	6.4	100.0	1017	7 lk=0.001 9 lk=<0.001
Isäni antaa minun tehdä asioita, joista pidän						
poika						
13-v	67.8	29.6	2.6	100.0	998	*0.671
15-v	66.6	30.3	3.1	100.0	941	p=0.749 t=0.755
tyttö						
13-v	67.7	28.6	3.7	100.0	1056	**0.089
15-v	68.1	27.6	4.2	100.0	1017	7 lk=0.353 9 lk=0.212
Isäni on rakastava						
poika						
13-v	67.4	28.8	3.7	100.0	995	*<0.001
15-v	61.4	33.4	5.2	100.0	940	p=0.015 t=0.001
tyttö						
13-v	74.5	21.7	3.8	100.0	1052	**<0.001
15-v	67.7	26.3	6.0	100.0	1018	7 lk=0.001 9 lk=0.003
Isäni ymmärtää ongelmiani ja huoliani						
poika						
13-v	60.7	35.3	4.0	100.0	990	*<0.001
15-v	52.9	40.4	6.6	100.0	937	p=0.001 t<0.001
tyttö						
13-v	43.2	45.5	11.3	100.0	1055	**<0.001
15-v	33.7	48.0	18.3	100.0	1018	7 lk<0.001 9 lk<0.001
Isäni pitää siitä, että päätän omista asioistani						
poika						
13-v	56.8	39.3	3.8	100.0	994	*0.081
15-v	58.7	37.1	4.3	100.0	936	p=0.559 t=0.115
tyttö						
13-v	46.0	45.8	8.2	100.0	1050	**<0.001

	15-v	49.5	41.3	9.2	100.0	1019	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Isäni yrittää määrätä kaikessa mitä teen							
	poika						
	13-v	20.3	51.2	28.5	100.0	990	*<0.001
	15-v	17.3	50.2	32.6	100.0	937	p=0.081 t=0.002
	tyttö						
	13-v	16.7	45.7	37.6	100.0	1053	**<0.001
	15-v	11.6	46.0	42.4	100.0	1015	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Isäni kohtelee minua kuin lasta							
	poika						
	13-v	16.8	47.0	36.3	100.0	990	*<0.001
	15-v	11.2	43.9	44.9	100.0	938	p <0.001 t <0.001
	tyttö						
	13-v	19.4	52.9	27.6	100.0	1054	**<0.001
	15-v	14.6	50.2	35.2	100.0	1017	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Isäni saa oloni tuntumaan paremmalta, kun olen pahoittanut mieleni							
	poika						
	13-v	44.7	46.6	8.7	100.0	982	*<0.001
	15-v	30.9	56.8	12.3	100.0	933	p <0.001 t <0.001
	tyttö						
	13-v	42.4	44.3	13.3	100.0	1049	**<0.001
	15-v	32.3	47.9	19.8	100.0	1015	7 lk=0.004 9 lk <0.001

* p-arvo sukupuolten välillä

** p-arvo ikäryhmien välillä

LIITETAULUKKO 5. Itsetuntoa kuvaavat väittämät sukupuolen ja iän mukaan

		Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä	Yhteensä	n	p-arvo* p-arvo**
Tunnen olevani ainakin yhtä pystyvä tai taitava ihminen kuin muutkin								
	poika							
	13-v	42.0	52.1	5.3	0.6	100.0	1029	*0.001
	15-v	46.6	46.3	6.3	0.8	100.0	981	p=0.070 t=0.012
	tyttö							
	13-v	32.0	55.0	11.0	2.0	100.0	1114	**<0.001
	15-v	36.9	48.1	12.5	2.6	100.0	1084	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Minusta tuntuu, että minulla on monia hyviä ominaisuuksia								
	poika							
	13-v	46.0	45.0	8.0	1.0	100.0	1027	*0.053
	15-v	48.7	43.7	6.7	0.8	100.0	979	p=0.497 t=0.053
	tyttö							
	13-v	30.9	49.1	16.8	3.1	100.0	1113	**<0.001
	15-v	36.4	44.9	15.4	3.2	100.0	1082	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Tunnen itseni usein epäonistuneeksi								
	poika							
	13-v	3.8	22.9	48.5	24.7	100.0	1020	*0.769
	15-v	3.4	21.9	48.0	26.7	100.0	979	p=0.707 t=0.623
	tyttö							
	13-v	7.0	32.1	44.3	16.6	100.0	1107	**<0.001
	15-v	8.5	31.4	44.0	16.1	100.0	1077	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Pystyn suoriutumaan asioista yhtä hyvin kuin useimmat muutkin ihmiset								
	poika							
	13-v	40.6	51.3	7.2	0.9	100.0	1017	*0.057
	15-v	43.2	47.5	8.1	1.1	100.0	976	p=0.376 t=0.111
	tyttö							
	13-v	32.3	52.7	13.3	1.6	100.0	1104	**<0.001
	15-v	37.3	48.4	12.8	1.6	100.0	1081	7 lk <0.001 9lk =0.001
Tunnen, että kelpaan								
	poika							
	13-v	38.4	53.0	7.3	1.3	100.0	1030	*0.409
	15-v	42.3	47.9	8.3	1.5	100.0	975	p=0.148 t=0.945
	tyttö							
	13-v	29.5	47.3	18.4	4.8	100.0	1112	**<0.001
	15-v	29.6	47.2	18.9	4.3	100.0	1080	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Olen tyytyväinen itseeni								
	poika							
	13-v	40.5	49.3	8.5	1.7	100.0	1026	*0.248

	15-v	42.5	45.8	10.0	1.7	100.0	977	p=0.375 t=0.057
	tyttö							
	13-v	24.9	44.8	22.8	7.5	100.0	1114	**<0.001
	15-v	20.2	46.8	25.6	7.4	100.0	1083	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Tunnen itseni toisinaan kerta kaikkiaan hyödyttömäksi								
	poika							
	13-v	5.4	21.9	36.7	36.0	100.0	1024	*0.791
	15-v	3.7	21.3	38.7	36.3	100.0	979	p=0.289 t=0.903
	tyttö							
	13-v	9.7	31.7	35.4	23.1	100.0	1106	**<0.001
	15-v	10.1	32.0	36.0	21.9	100.0	1080	7 lk <0.001 9 lk <0.001
Toisinaan ajattelen, että minusta ei ole mihinkään								
	poika							
	13-v	5.1	19.7	33.8	41.5	100.0	1025	*0.323
	15-v	4.0	21.6	33.8	40.6	100.0	978	p=0.525 t=0.483
	tyttö							
	13-v	12.0	32.0	29.6	26.3	100.0	1114	**<0.001
	15-v	10.9	33.0	31.8	24.3	100.0	1082	7 lk <0.001 9 lk <0.001

*p-arvo sukupuolen mukaan

**p-arvo ikäryhmien mukaan

LIITETAULUKKO 6. Perheen koettu taloudellinen tilanne iän ja sukupuolen mukaan

Taloudellinen tilanne	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
Erittäin hyvä	40.2	33.4	31.8	25.0
Melko hyvä	39.3	35.9	38.9	34.4
Keskitasoa	17.8	24.9	24.1	32.3
Ei lainkaan hyvä	2.7	5.7	5.1	8.4
Yhteensä	100.0	100.0	100.0	100.0
(n)	(1021)	(982)	(1107)	(1085)

p-arvo sukupuolten välillä <0.001; 13-vuotiailla <0.001; 15-vuotiailla <0.001

p-arvo ikäryhmien välillä <0.001; pojilla <0.001; tytöillä <0.001

LIITETAULUKKO 7. Perherakenne iän ja sukupuolen mukaan

Perherakenne	Pojat (%)		Tytöt (%)	
	13-v	15-v	13-v	15-v
Molemmat vanhemmat	73.2	71.0	69.0	68.7
Yksi vanhempi	13.4	15.6	15.3	17.1
Uusperhe	12.2	12.0	14.3	13.0
Muu	1.2	1.4	1.4	1.3
Yhteensä (n)	100.0 (1034)	100.0 (983)	100.0 (1115)	100.0 (1088)

p-arvo sukupuolten välillä 0.347; 13-vuotiailla 0.192; 15-vuotiailla 0.660

p-arvo ikäryhmien välillä 0.131; pojilla 0.534; tytöillä 0.608

LIITETAULUKKO 8. Promax-rotatoidun faktorimatriisin lataukset ystävyysuhteiden laadusta ja ystävyysuhteiden laadun kommunaliteetit (h^2) **pojilla**

Väittäjä	Vuorovaikutus osana ystävyyttä	Ystävien tuki	Vaikeuksien kohtaaminen yh- dessä	h^2
Ystäväni kuuntelevat, mitä minulla on sanottavana	0.576	-0.010	0.216	0.552
Omasta mielestäni minulla on hyviä ystäviä	0.801	-0.076	-0.106	0.482
Kun olen vihainen, ystäväni yrittävät ymmärtää minua	0.562	0.151	0.126	0.627
Ystäväni välittävät siitä, miltä minusta tuntuu	0.681	0.162	0.040	0.726
Voin turvautua ystäviini, kun minulla on tarve puhua mieltäni painavista asioista	0.032	0.788	0.063	0.746
Ystäväni kunnioittavat tunteitani	0.439	0.495	-0.052	0.720
Voin kertoa ystävilleni ongelmistani ja huolestani	-0.060	0.977	-0.031	0.827
Jos ystäväni tietävät, että jokin asiaa vaivaa mieltäni, he kysyvät minulta siitä	0.039	0.469	0.327	0.608
Ystäväni huomaavat, jos minua vaivaa jokin asia	0.164	-0.072	0.683	0.574
Ystäväni rohkaisevat minua puhumaan vaikeuksistani	-0.137	0.078	0.903	0.759

LIITETAULUKKO 9. Promax-rotatoidun faktorimatriisin lataukset ystävyysuhteiden laadusta ja ystävyysuhteiden laadun kommunaliteetit (h^2) **työillä**

Väittäjä	Ystävien välittäminen ja läsnäolo	Tukea vastoinkäymisiin ystäviltä	Avun hakeminen ystäviltä	h^2
Ystäväni kuuntelevat, mitä minulla on sanottavana	0.624	0.242	-0.087	0.559
Omasta mielestäni minulla on hyviä ystäviä	0.636	-0.062	0.110	0.466
Kun olen vihainen, ystäväni yrittävät ymmärtää minua	0.602	0.175	-0.046	0.492
Ystäväni välittävät siitä, miltä minusta tuntuu	0.840	-0.016	0.005	0.696
Ystäväni kunnioittavat tunteitani	0.659	-0.113	0.274	0.656
Jos ystäväni tietävät, että jokin asiaa vaivaa mieltäni, he kysyvät minulta siitä	0.052	0.498	0.268	0.562
Ystäväni huomaavat, jos minua vaivaa jokin asia	-0.035	0.743	0.071	0.592
Ystäväni rohkaisevat minua puhumaan vaikeuksistani	0.037	0.836	-0.049	0.689
Voin turvautua ystäviini, kun minulla on tarve puhua mieltäni painavista asioista	0.072	0.036	0.796	0.771
Voin kertoa ystävilteni ongelmistani ja huolistani	0.04	0.075	0.776	0.742