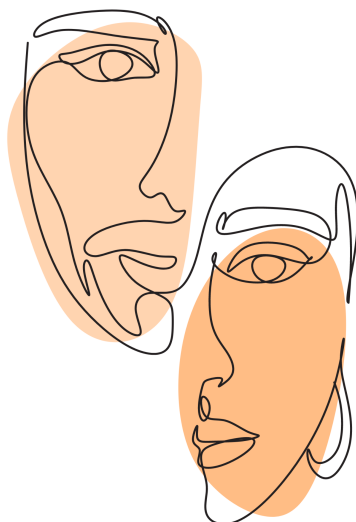


**”FAKE IT TILL YOU MAKE IT” – HUIJARISYNDROOMA
ILMIÖNÄ MUSIIKIN AMMATTIOPIKSELUSSA**



**Sirja Kylmä
Maisterintutkielma
Musiikkikasvatus
Jyväskylän yliopisto
Kevätlukukausi 2022**

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen tiedekunta	Laitos Musiikin, taiteen ja kulttuurin tutkimuksen laitos
Tekijä Sirja Kylmälä	
Työn nimi ”Fake it till you make it” – Huijarisyndrooma ilmiönä musiikin ammattiopiskelussa	
Oppiaine Musiikkikasvatus	Työn laji Maisterintutkielma
Aika Kevät 2022	Sivumäärä 65 + liitteet
Tiivistelmä <p>Tutkin maisterintutkielmassani huijarisyndroomaa ilmiönä musiikin ammattiopiskelussa. Tutkielmani teoreettinen viitekehys koostui kahdesta pääluvusta: huijarisyndrooman ilmenemisestä ja sen luomista ilmiöistä sekä musiikin ammattiopiskelun vaatavuudesta ja muusikkouden ja perfektionismin tarkastelusta. Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa määrällisen tutkimuksen menetelmin, kuinka yleistä huijarisyndroomaan viittaavien ajatusten kokeminen on musiikin ammattiopiskelijoilla. Tämän aiheen taustalla on kiinnostus saada lisää näkyvyyttä tälle ilmiölle ja tietoa sen yleisyydestä. Tutkimuksen kohteena toimivat musiikin ammattiopiskelijat. Tutkielmassa tarkasteltiin, kuinka paljon huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia koetaan, millaisissa tilanteissa näitä ajatuksia syntyy eniten, ja selittävätkö taustamuuttujat (ikä, sukupuoli, instrumentti, opintojen kesto) huijarisyndrooman kokemisen määrää.</p> <p>Määrällisen tutkimuksen tutkimusaineisto kerättiin Webropol-kyselylomakkeella. Kyselyyn vastasi 112 musiikin ammattiopiskelijaa eri puolilta Suomea. Huijarisyndrooman kokemista tarkasteltiin saatujen keskiarvojen avulla. Tuloksista selvisi, että hyvin monet musiikin ammattiopiskelijat kokevat paljon huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Tulosten mukaan epäonnistumisen pelko, vertailu sekä pelko siitä, että muut huomaavat puutteita omassa musiikillisessa osaamisessa koettiin yleisimmiksi huijarisyndroomaa aiheuttaviksi kokemuksiksi. Tuloksista nousi esiin, että musiikin ammattiopiskelijoista naiset kokevat huijarisyndroomaa miehiä enemmän, ja tyyliuunnista klassisen musiikin opiskelijat kokevat huijarisyndroomaa enemmän kuin pop/jazz musiikin opiskelijat. Mikään yksi tekijä ei selitä täysin huijarisyndrooman ilmiötä, sillä hyvin monet tekijät vaikuttavat ilmiön syntymiseen. Kuitenkin tietyt tekijät nousivat tutkimuksessa vahvemmin osoittamaan huijarisyndrooman ilmiötä ja sen ilmenemistä musiikin ammattiopiskelussa.</p>	
Asiasanat – Huijarisyndrooma, huijari-ilmiö, perfektionismi, musiikin ammattiopiskelu, määrällinen tutkimus	
Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto	
Muita tietoja	

SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO	4
2 HUIJARISYNDROOMA – KUKA TÄSSÄ HUIJAA JA KETÄ?	6
2.1 Huijarisyndrooman määrittely	7
2.2 Huijarisyndrooman ilmeneminen	8
2.3 Huijarisyndrooman luomat ilmiöt	12
2.4 Huijarisyndrooma ja taideala	16
3 MUSIIKIN AMMATTIOPISKELIJAT – TYÖ VAI ELÄMÄNTAPA?	18
3.1 Muusikoksi kasvaminen ja muusikon identiteetin kehittyminen	18
3.2 Musiikin ammattiopiskelun vaativuus	21
3.3 Perfektionismi ja muusikkous	23
4 TUTKIMUSASETELMA	25
4.1 Tutkimuskysymykset	25
4.2 Tutkimusmenetelmä ja aineisto	26
4.3 Aineiston analyysi	29
4.4 Tutkimusmenetelmän luotettavuuden arviointi ja tutkimuseettinen pohdinta	30
4.5 Tutkittava joukko	31
5 TULOKSET	33
5.1 Musiikin ammattiopiskelijoiden huijarisyndroomaan viittaavien ajatusten kokeminen	33
5.2 Tietyt ryhmät, jotka kokevat huijarisyndroomaa	37
5.3 Tilanteet, joissa huijarisyndroomaa koetaan eniten musiikin ammattiopiskelussa	43
5.4 Musiikin ammattiopiskelijoiden omat odotukset ja muiden odotukset omaa tekemistä kohtaan	45
6 POHDINTA	46
6.1 Tulosten tarkastelu	46
6.2 Tulosten luotettavuus	50
6.3 Jatkotutkimusaiheita	50
6.4 Lopuksi	52
LÄHTEET	52
LIITTEET	59

1 JOHDANTO

“Montako miljoonaa asiaa olen jättänyt tekemättä, koska en ole ollut mielestäni riittävän jotain. #huijarisyndrooma” kuuluu Viima Lampisen (2019) twiittaus Twitter-palvelussa. Tilanne on varmasti lähestulkoon jokaiselle tuttu: *“Enhän mä nyt osaa niin hyvin vielä, että voisin...”*. Ilmiö tulee jatkuvasti vastaan myös musiikin ammattiopiskelijoiden keskuudessa: *“Varmasti löytyisi joku parempikin soittaja...”*. Huijarisyndroomasta kärsivälle henkilölle tyypillisesti syntyy ajatus, että ei oikeasti ole niin hyvä kuin muut luulevat. Ilmiön taustalla voi olla useita eri syitä, joiden vuoksi henkilö kokee, ettei täyty muiden odotuksia omiin kykyihinsä liittyen. Kyse ei kuitenkaan ole oikeasta valheiden verkostosta – huijarisyndrooma ei useimmiten ole kytköksissä siihen, kuinka taitava oikeasti on. (Ekman 2017, 11–12.) Imes & Clance (1978) ovat kehittäneet termin Impostor Phenomenon, joka on myöhemmin suomennettu huijarisyndroomaksi tai huijari-ilmiöksi. Tässä maisterintutkielmassani lähdän etsimään vastauksia siihen, millä tavoin huijarisyndrooma ilmiönä esiintyy musiikin ammattiopiskelijoiden keskuudessa.

Viime vuonna huijarisyndroomaan liittyen julkaistiin Uusikankaan, Pasasen & Lehtisen (2021) teos, joka keskittyy huijarisyndrooman yhteiskunnallisiin rakenteisiin. Muutamaa vuotta aiemmin Tiina Ekman (2017) julkaisi teoksen *Miksi en usko itseeni (vaikka olen oikeasti hyvä)*, joka oli ensimmäinen suomalainen huijarisyndroomaa käsittelevä teos. Suomessa huijarisyndroomaan liittyvä tutkimus ja kirjallisuus on vielä melko vähäistä ja tuoretta, vaikka terminä huijarisyndrooma ei olekaan uusi löydös. Huijarisyndrooma on viime vuosina noussut myös mediassa paljon keskusteluun, ja Helsingin Sanomat (Mikkonen, 2022) julkaisi Huijarisyndroomaan liittyvän artikkelin maaliskuussa 2022: *“Huijarisyndrooma voi tehdä työnhakemisesta todella vaikeaa – Toimi näin, niin erotut joukosta, neuvoo kokenut uravalmentaja”*. Medianäkyvyydestä huolimatta aiheesta ei ole juurikaan

julkaistu tieteellistä tutkimusta, varsinkaan suhteessa musiikin ammattiopiskeluun. Tästä syntyi kipinä tutkia aihetta tarkemmin musiikin näkökulmasta.

Huijarisyndrooma ilmiönä on kiinnostanut minua jo vuosia; olen lukenut lehtiartikkeleita, erilaisia haastatteluja, katsonut dokumentteja ja kuunnellut podcast-jaksoja aiheeseen liittyen. Jossain vaiheessa aloin pohtimaan, että ilmiö voisi kytkeytyä vahvasti myös musiikin ammattiopiskeluun. Pohdinta syntyi oikeastaan siitä, että musiikki on tietyllä tapaa hyvin haastava ja poikkeuksellinen opiskeltava aihe; harvoin musiikinopiskelija kokee kappaleen olevan täysin valmis. Ainahan voisi vielä hioa ja harjoitella lisää, ja niin usein opinnoissa tehdäänkin. Hiotaan paremmaksi pieniä yksityiskohtia myöten saamatta koskaan täysin valmiiksi. Itse asiassa myös työelämässä ammattimuusikot harjoittelevat lähes päivittäin. Musiikki on siis jollain tapaa asia, jota aina harjoitellaan – oli millä tasolla tahansa. Koskaan siinä ei tule täysin valmiiksi. Myös harjoittelun määrää voi olla vaikeaa rajata itselleen, sillä aina joku harjoittelee enemmän. Tämä saattaa aiheuttaa opiskelijalle riittämättömyyden tunnetta, mikä taas ruokkii huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia.

Toisaalta ajatus huijarisyndrooman ja musiikin yhdistämisestä mielenkiintoiseksi kokonaisuudeksi kumpusi myös omista kokemuksista; olen lukuisia kertoja ajatellut päässeeni yliopistoon opiskelemaan musiikkia pääsykoelautakunnan virheellisestä arvioinnista johtuen. Olin vuosia aidosti sitä mieltä, että he olettivat minun osaavan jotain, mitä oletusta en koskaan täyttänyt. Joskus olen ollut jopa huvittunut siitä, kuinka pitkälle olenkaan päässyt rimpuilla. En kuitenkaan todellakaan koe, etten osaisi mitään. Tiedän, että osaan paljonkin. Silti itseäni kyseenalaistavat ajatukset toisinaan nostavat päätään. Ne ovat myös inhimillisiä – kukapa meistä ei olisi joskus epävarma? Myös maisterintutkielman kirjoittaminen tästä aiheesta tuntuu toisinaan uskomattomalta huijaamiselta; esitän tutkijaa, vaikka en ole aiheen asiantuntija. *Missä vaiheessa tämänkin tutkielman lukija huomaa, etten ole oikea tutkija?*

Huijarisyndrooman tutkimus musiikin tutkimuksen näkökulmasta on merkittävää, sillä sitä on tutkittu todella vähän. Aihe on myös ajankohtainen, sillä opiskelijoiden

uupumus on lisääntymässä (mm. Heliö 2013; Keskitalo 2016; Salmela-Aro 2012) ja huijarisyndrooman ilmeneminen voidaan osin linkittää uupumukseen. Musiikin ammattiopiskelijoiden näkökulmasta aiheen tutkimus auttaa ymmärtämään musiikin ammattiopiskelijoiden kantamaa riittämättömyyden tunteen taakkaa. Lisäksi aihetta voidaan hyödyntää musiikin ammattiopiskelijoiden hyvinvoinnin näkökulmasta tukemaan opiskelijoita, jotka kokevat riittämättömyyden tunnetta. Ammattiopiskelijoiden opintoihin voitaisiin sisällyttää esimerkiksi lisää koulutusta siitä, miten voisi käsitellä omaa keskeneräisyyttään ja puhua suoraan omista rehellisistä tuntemuksista. Uskon, että huijarisyndrooman ja sen tuomien tunteiden normalistointi ja esiintuominen voivat lisätä musiikin ammattiopiskelijoiden luottamusta enemmän omiin kykyihinsä ja uskaltautumaan rohkeammin ulos mukavuusalueeltaan. Lisäksi tutkimuslomakkeen täyttäminen voi herättää monia ammattiopiskelijoita ajattelemaan omaa ajatusmaailmaansa: "Miksi minä en luota itseeni ja omiin kykyihini?" Jos tämä tutkimus auttaa yhtäkin opiskelijaa uskomaan enemmän omiin taitoihinsa ja pääsemään pidemmälle kuin olisi uskonut, on tämä tutkielma todellakin saavuttanut jo merkityksellisiä asioita.

2 HUIJARISYNDROOMA – KUKA TÄSSÄ HUIJAA JA KETÄ?

Huijarisyndroomaan viittaavat ajatukset heijastavat paitsi ihmisen omia epävarmuuksia myös ennen kaikkea yhteiskunnallisia odotuksia siitä, mihin erilaisten ihmisten oletetaan pystyvän tai olevan pystymättä. On luonnollistakin, että huijaritunteita syntyy maailmassa, jossa nuoria naisia ei olla totuttu näkemään yhteiskunnan johtopaikoilla, miehiä työntämässä lastenvaunuja, työläisperheestä ponnistaneita ihmisiä akatemiassa tai vähemmistöihin kuuluvia vaikuttajina. Tällaisten haitallisten odotusten hälventämiseksi on huijarikokemuksista puhuttava ääneen. (Lehtinen, Pasanen & Uusikangas 2021, 22–23.)

Tässä luvussa syvennyn huijarisyndrooman käsitteeseen tarkemmin ja avaan sen taustalla olevia ilmiöitä. Ensimmäisessä alaluvussa määrittelen huijarisyndrooman tieteellisenä käsitteenä ja pohdin termin problematiikkaa. Toisessa alaluvussa käsittelen huijarisyndrooman ilmenemistä Clancen (1985) kuuden ilmenemisen muodon avulla. Kolmannessa alaluvussa pohdin huijarisyndrooman luomia ilmiöitä yksilötasolla, yhteisötasolla sekä yhteiskunnallisella tasolla.

2.1 Huijarisyndrooman määrittely

Imes & Clance (1978) havaitsivat, että merkittävä osa ihmisistä kokee onnistuneensa “huijaamaan” muita uskomaan, että olisi kyvykkäämpi kuin oikeasti onkaan. Tästä syntyi käsite huijarisyndrooma, joka kehitettiin selittämään ajatusvääristymää, jossa yksilö kokee osaamisestaan huolimatta olevansa epäpätevä tai älyllisesti lahjattomampi kuin muut uskovat hänen olevan. Ekman (2021, 11) kuvailee ilmiötä seuraavasti:

Huijarisyndroomaksi kutsutaan sisäistä tunnetta, ettei kaikista onnistumisistaan huolimatta usko osaavansa oikeasti. Tuntee olevansa feikki – – Itse sen tietää, ja sitten vain odottaa, milloin muu maailma oivaltaa saman. Kokemukseen liittyy ajatus, että onnistumiset ovat onnenkantamoisia tai ylettömän suurten ponnistusten tulosta.

Tästä siis tulee "huijari" -käsite, vaikka oikeasti huijaamisesta tai osaamattomuudesta ei huijarisyndroomassa ole lainkaan kyse. Clance (1985) itse käyttää ilmiöstä termiä "Impostor phenomenon", joka suoraan suomennettuna on siis huijari-ilmiö. Hän suosii tätä termiä myös tutkimuksissaan. Kansainvälisissä tutkimuksissa impostor phenomenon -termistä käytetään myös lyhennettä IP (mm. Holmes, Kertay, Adamson, Holland, & Clance, 1993; Clance, 1985; Clance & Imes, 1978). Ekman (2019) mainitsee Psykopodiaa-podcastissa, että käyttää itse mieluiten käsitettä "huijariajattelu". Se kuvaa hyvin oivaltavasti kyseistä ilmiötä. Hänenkin teoksensa nimessä kuitenkin käytetään käsitettä huijarisyndrooma. Suomessa huijarisyndrooma on terminä yleistynyt jopa kansankieliseksi käsitteeksi, ja huijarisyndrooma -termiä käytetään poikkeuksetta valtamedioissa aiheesta puhuttaessa (ks. Tiessalo 2017; Snellman 2019; Mikkonen 2022). Huijarisyndrooma on siis Suomessa huomattavasti tunnetumpi ja käytetympi käsite verrattuna huijari-ilmiöön tai huijariajatteluun. Tästä syystä päädyin käyttämään huijarisyndrooman käsitettä tässä tutkielmassa. Kun puhun huijarisyndroomaa kokevista henkilöistä, koen mielekkäämmäksi käyttää rinnalla myös käsitettä huijariajattelijaa, jotta teksti pysyy sujuvampana.

Huijarisyndrooma -termin osa "syndrooma" voi kuitenkin aiheuttaa jopa pientä pelkoa; onko huijarisyndroomasta kärsivä jotenkin sairas? MOT-Sanakirja määrittelee syndrooman ryhmäksi sairauden oireita, joille on ominaista esiintyä yhdessä. Syndrooma on myös synonyymi sanalle oireyhtymä. Myös sanakirja puhuu siis sairaudesta. Toinen termin kehittäjistä Clance (1985) tarkentaakin ajattelevansa, ettei huijarisyndrooma ole patologinen sairaus, joka vahingoittaa henkilöä. Pikemminkin korkeilla huijarisyndrooman tasoilla se saattaa häiritä ihmisen psykologista hyvinvointia, sillä huijarisyndrooma voi pahimmillaan rajoittaa itsensä hyväksymistä (Clance (1985, 23). Ekman (2017, 13) täydentää, että huijarisyndrooma ei ole sairaus tai diagnoosi - ei edes psyykkinen häiriö - vaan ajattelu- ja toimintatapojen kokoelma, jonka avulla huijariuden tunteita kokeva henkilö yrittää pitää ahdistustaan aisoissa.

Huijarisyndrooma ei kuitenkaan perustu ainoastaan huonoon itsetuntoon tai perfektionismiin, vaan ajatusvääristymään, jonka takia henkilö arvioi omat taitonsa todellisuutta huonommiksi. Clance & Imes (1978) työskentelivät tutkimuksissaan 150:n erittäin korkeasti koulutetun ja menestyksekkään uran tehneen naisen parissa, jotka olivat eri alojen, kuten oikeustieteen, terveydenhuollon, lääketieteen ja sosiaalityön ammattilaisia sekä yliopisto-opettajia. Heille järjestettiin ryhmäterapiaistuntoja, joissa tutkijat tunnistivat ilmiön ensi kertaa; kaikilla näillä menestyneillä naisilla oli tarve selittää menestystään ulkoisilla tekijöillä. Tällaisia ulkoisia tekijöitä olivat esimerkiksi tuuri tai kokemus, että on ollut oikeassa paikassa oikeaan aikaan, eikä siksi oma osaaminen olisi ollut syy menestykseen (Parkman 2012; Clance & Imes 1978). He kokivat olevansa osaamattomia tai jopa epäpäteviä, vaikka kaikki tehty työ todisti kokemukset vääristyneiksi. Tämän tutkimuksen jälkeen huijarisyndrooman ajateltiin koskevan vain korkeakoulutettuja naisia, mutta myöhemmin sen todettiin koskevan yhtäläillä kaikkia ihmisiä sukupuolesta riippumatta (Imes, 1979; Harvey, 1981).

Huijarisyndrooma linkittyy moniin muihin käsitteisiin, kuten itsetuntoon, itseluottamukseen, minäpystyvyyteen ja perfektionismiin. Minäpystyvyydellä tarkoitetaan henkilön omaa käsitystä omista kyvyistä suoriutua erilaisista tehtävistä (Bandura, 1986). Huijarisyndroomassa henkilö taas ei koe osaavansa asioita, jotka oikeasti osaa. Keltikangas-Järvinen (1994, 38) selittää, että hyvä itseluottamus rohkaisee asettamaan vaatimustason korkealle, kun taas heikolla itseluottamuksella ei uskalla asettaa korkeita tavoitteita. Huijarisyndroomassa kuitenkin asetetaan usein tavoitteet korkealle, mutta silti koetaan jonkinlaista alisuoriutumisen tunnetta, eli käsitteet jollain tasolla yhdistyvät. Ekmanin (2020) mukaan ei kuitenkaan ole kovinkaan tarpeellista erottaa huijarisyndroomaa diagnostisesti muista samankaltaisista ahdistukseen, suorittamiseen tai perfektionismiin liittyvistä ajattelu- ja toimintamalleista, sillä näihin auttavat hyvin samanlaiset apukeinot. Apukeinoiksi Ekman (2020) mainitsee itsehoidon, vertaistuen ja terapian huijarisyndroomasta kärsivän voimavaroista ja ajattelutavoista riippuen. (Ekman 2020, 15–16.) Huijarisyndroomalla on linkkinsä muihin läheisiin käsitteisiin, mutta

tässä tutkielmassa keskityn käsitteenä ja ilmiönä tarkemmin juuri huijarisyndroomaan. Tarkastelen rinnalla kuitenkin myös perfektionismia, sillä se linkittyy huijarisyndroomaan hyvin vahvasti.

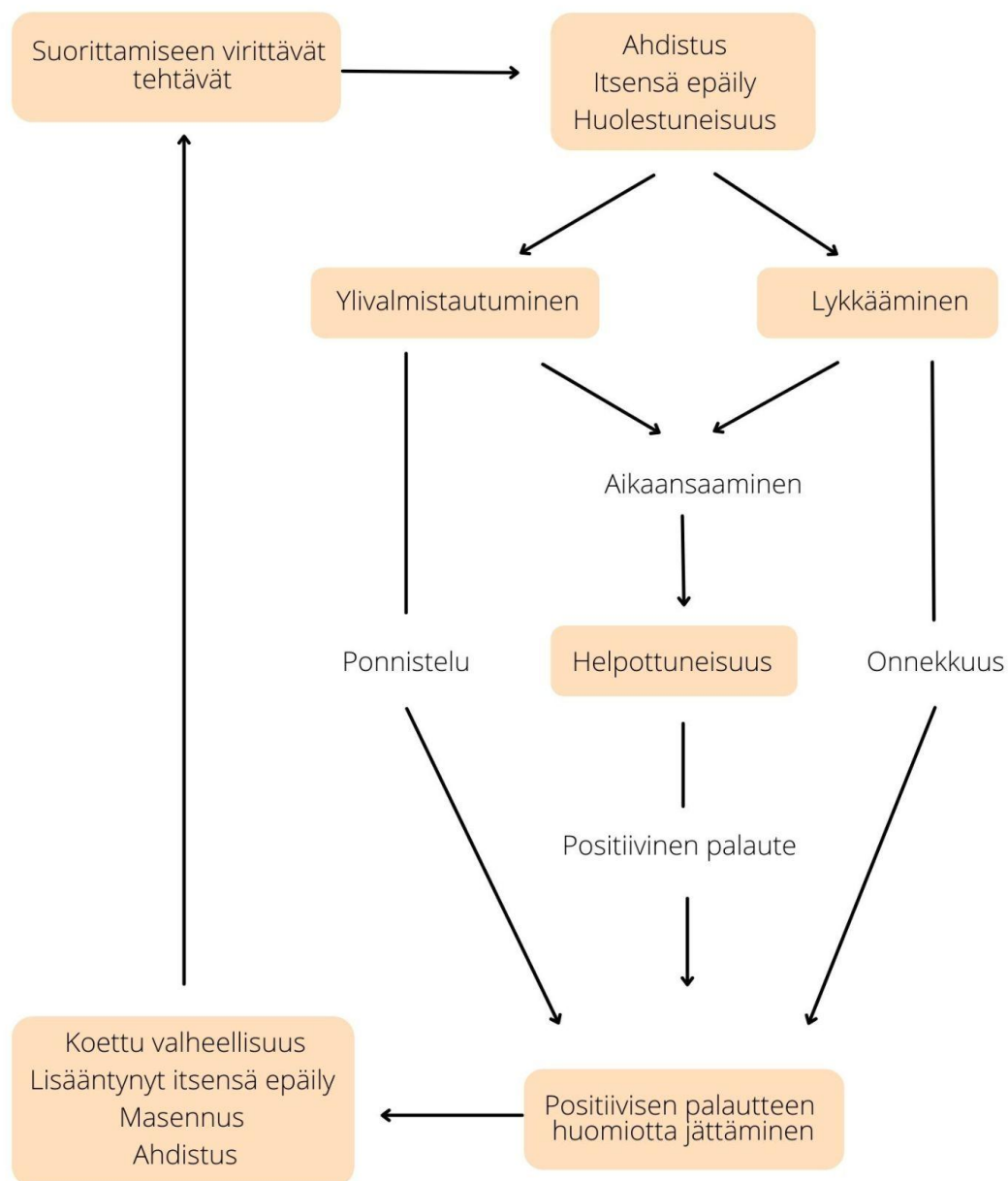
2.2 Huijarisyndrooman ilmeneminen

Clance (1985) havaitsi, että huijarisyndrooma - Clance (1985) itse käyttää termiä huijari-ilmiö - voidaan selvästi rajata kuuteen ilmenemisen muotoon: (1) huijariajattelun kehä, (2) tarve olla erityinen tai olla paras, (3) supersankarinäkemykset, (4) pelko epäonnistumisesta, (5) pätevyyden kieltäminen ja kiitoksen huomiotta jättäminen sekä (6) pelko ja syyllisyys menestyksestä. Näiden ominaisuuksien ilmeneminen vaihteli tutkittavilla. Jokaisella huijariajattelua kokevilla ei ole kaikkia näitä ominaisuuksia, vaan useimmiten vähintään kaksi ominaisuutta voidaan havaita. Seuraavaksi esittelen nämä kuusi ilmenemismuotoa.

Huijariajattelun kehä

Huijariajattelusta kärsivä epäilee itseään. Kun eteen tulee vaativa tehtävä, johon täytyy valmistautua huolellisesti, huijarisyndroomaa kokeva henkilö ahdistuu ja alkaa epäillä selviytymistään. Tilanne nostaa mieleen aikaisemmat epäonnistumiset tai virheet, jotka todistavat hänen kyvyttömyyttään. (Ekman 2017, 52.) Tässä vaiheessa yksilöillä, joilla on pelkoa "tulla paljastuneeksi huijariudesta", voi ilmetä jopa ahdistuneisuutta vastaavia oireita (Chrisman, Pieper, Clance, Holland & Glickauf, 1995; Clance & Imes, 1978). Henkilölle syntyy kaksi vaihtoehtoa: ylisuoriutua ja ylivalmistautua tai alisuoriutua ja lykätä. Ylisuoriutuessaan henkilö valmistautuu ja viilaa tehtävää loppuun asti ylitöitä tehden, jotta ei ainakaan voi epäonnistua. Alisuoriutuessaan henkilö lykkää tehtävän aloittamista viimeiseen asti, koska ei koe pystyvänsä suoriutumaan tehtävästä. Lopulta henkilö aloittaa viime tipassa tehtävän puskien sen läpi kuitenkin hyvin suoriutuen. Kummassakin vaihtoehdossa työ tulee lopulta valmiiksi, ja huijarisyndroomasta kärsivän henkilön olo helpottuu. (Ekman 2017, 53.) Helpotuksen tunne ei kuitenkaan ole pitkäkestoista. Vaikka

“huijari” saa positiivista palautetta menestyksekkäästi suoritetusta tehtävästä, hän kiistää menestyksensä liittyvän hänen kykyihinsä. Hän torjuu kehuja henkilökohtaisesta panoksestaan, koska viestit ovat ristiriidassa suhteessa hänen käsityksiin omista kyvyistään. (Sakulku & Alexander 2011, 76.) Sakulku & Alexander (2011, 75–76) myös painottavat, että huijariajattelun kehä alkaa juuri siitä vaiheesta, kun suorittamista virittävä koulu- tai työtehtävä annetaan (ks. kuvio 1). Clance & Imes (1978) kuitenkin havaitsivat ongelmakohdan, jossa onnistumisen toistaminen vahvistaa usein huijaamisen tunnetta sen sijaan, että se heikentäisi huijariajattelun kehän toistumista.



KUVIO 1. Huijariajattelun kehä Pauline Rose Clancen mukaan (Sakulku & Alexander, 2011; Suom. Ekman 2017).

Tarve olla erityinen tai olla paras

Huijarisyndroomaa kokevalle on hyvin tyypillistä kokea tarvetta olla erityinen tai paras siinä, mitä tekee. Se usein onnistuu kohtuullisen hyvin vielä lapsuudessa ja nuoruudessa, mutta usein viimeistään yliopisto tai ammattikorkeakoulu osoittaa, että parhaaksi on vaikea päästä. (Ekman 2017, 53.) Clance (1985) huomauttaa, että huijariajattelua kokevat ovat usein olleet

koko kouluaikinsa luokan parhaimmistoa. Tästä syystä kolauus voi olla kova, kun tajuaa, että muitakin yhtä hyviä tai parempia on paljon. Henkilö ei olekaan niin erityinen osaamisensa kanssa. Voi syntyä kokemus, että vain olemalla erityinen ja virheetön voi osoittaa olevansa riittävä ja "lunastaa paikkansa". Tämä voi aiheuttaa myös tilanteen, jossa henkilö hylkää oman taitonsa tajutessaan, ettei olekaan paras. Huijariajattelua kokeva usein kokeekin tarvetta myös verrata itseään muihin. (Sakulku & Alexander 2011, 75.)

Supersankarinäkemykset

Clance (1985) ja Harvey & Katz (1984) huomasivat, että huijariajatteliijoilla on usein hyvinkin tiedostamaton niin sanottu supersankarinäkemykset. Englanniksi termistä puhutaan nimellä "superman/superwoman aspects". Ekman (2017, 55) nimittää tätä supersankarifantasiaksi. Huijariajatteliija siis kuvittelee, että kaiken pitäisi onnistua vaivattomasti ja virheettömästi - kuin supersankarilta konsanaan. Jos näin ei käy, se kertoo huijariajattelijan epätevyydestä, osaamattomuudesta ja kelvottomuudesta. Clance (1985) selittää, että "supersankarinäkemykset" ja "tarve olla paras" -ominaisuudet kytkeytyvät osittain toisiinsa. Sakulkun & Alexanderin (2011, 77) mukaan tämä ominaisuus viittaa perfektionistiseen taipumukseen; huijariajattelua kokeva henkilö odottaa pystyvänsä tekemään kaiken virheettömästi kaikilla elämän osa-alueilla. Huijariajattelua kokeva henkilö asettaa lähes mahdottomia standardeja itselleen (Imes & Clance, 1984), ja tuntee itsensä pettyneeksi ja epäonnistuneeksi, kun ei pystykään saavuttamaan omia perfektionistisia tavoitteitaan (Clance, 1985).

Pelko epäonnistumisesta

Clance & O'Toole (1987) havaitsivat, että epäonnistumisen pelko on huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia kokevien yleisin motiivi. Suorituskeskeiset tehtävät ahdistavat huijariajattelijaa, sillä pelko epäonnistumisesta on niin vahva (Clance 1985). Huijariajatteliija pelkää epäonnistumista, sillä se viimeistään osoittaisi, että hän ei oikeasti osaa mitään. Myös arviointitilanteet pelottavat, sillä kaikki kritiikki on todistusaineistoa huijariajattelijan osaamattomuudesta, epätevyydestä ja suuresta huijauksesta.

Epäonnistumisen pelko voi olla myös niin suuri, että huijariajattelijalla on taipuvainen ylitöihin. (Clance & O’Toole, 1988.)

Pätevyyden kieltäminen ja kiitoksen huomiotta jättäminen

Ekmanin (2017, 22) mukaan huijariajattelijalla on vaikea hyväksyä myönteistä palautetta ja kiitosta omasta menestyksestä. Hän kuuntelee palautetta kyllä, mutta usein hämmentyneenä. Kuten aiemmin jo totesin, huijariajattelua kokevat selittävät usein menestystään ulkoisilla tekijöillä (Parkman 2012; Clance & Imes 1978). Huijariajattelijalla kokee, että arvioijan on täytynyt ymmärtää asia jollain tapaa väärin, koska pitää huijariajattelijan työtä onnistuneena (Ekman 2017, 55). Heikura (2022, 9) kertoo, että usein huijariajattelijalla ei usko saamiaan kehuja tai myönteistä palautetta, vaan ajattelee huijanneensa palautteen antajia. Ekman (2017) haastatteli eri ikäisiä ja eri taustoista tulevia henkilöitä, ja yksi haastatelluista kertoi kokemuksestaan kouluikäisenä: “Matematiikkaan liittyi tunne, etten se ollut minä, joka teen tehtäviä, vaan olen jonkun ulkopuolisen kaappaamana”. Tavallisimpia tilanteita ovat, että projektissa mukana ollut työkaveri tai kollega teki todellisen työn, ja huijariajattelijalla vain puuhasi jotain vähäpätöistä (Ekman 2017, 56).

Pelko ja syyllisyys

Pelko ja syyllisyys huijariajattelijalla liittyvät usein menestyksen negatiivisiin seurauksiin. Esimerkiksi jos menestys on epätavallista perheessä tai ikätovereiden keskuudessa, huijariajattelijalla tuntee usein itsensä erilaiseksi. Pahimmillaan huijarisyndroomaa kokeva voi pelätä tulevansa hylätyksi, jos menestyy muita paremmin. Lisäksi huijariajattelijalla voi pelätä, että hänen menestyksensä johtaa korkeampiin vaatimuksiin ja häneen kohdistuu suuria odotuksia. (Sakulku & Alexander 2011, 77.)

Näitä kuutta huijarisyndrooman ilmenemisen muotoa käytetään siis kuvaamaan huijarisyndrooman ilmenemistä, mutta huijarisyndroomasta kärsivä ei välttämättä kärsi jokaisesta kuudesta ilmenemisen muodosta. Niiden

tarkoitus on kuitenkin kuvata huijarisyndrooman ulottuvuuksia ja erilaisia tilanteita, joissa ajatuksiin törmätään.

2.3 Huijarisyndrooman luomat ilmiöt

Huijarisyndrooma on ollut melko usein esillä suomalaismediassa viime vuosina, ja eniten siihen voi törmätä iltapäivälehdessä ”mutkat suoriksi” -tyylisellä otsikoilla: ”Vaivaako sinuakin huijarisyndrooma? Vastaa näihin 5 kysymykseen selvittääksesi!” Itse asiassa kyseessä onkin hyvin yleinen ajattelumalli tai kognitiivinen vääristymä, sillä Tiina Ekman (2017) arvioi, että jopa 70% ihmisistä jossain vaiheessa kokee huijarisyndrooman kokemuksia tai ajatuksia. Ekman (2019) korostaa Psykopodiaa -podcasthaastattelussaan, että huijariajatukset eivät ole binäärisiä eli ihmisellä joko olisi tai ei olisi huijariajatuksia. Sen sijaan huijariajatuksia voi olla välillä, elämäntilanteesta ja ajasta riippuen, ja niiden voimakkuus voi myös vaihdella. Usein uuden haasteen tai elämänmurroksen edessä huijariajatukset voimistuvat ja tilanteen vakiintuessa ne tasaantuvat. (Ekman 2019.) Seuraavaksi käsittelen huijarisyndrooman luomia ilmiöitä yksilön, yhteisön sekä yhteiskunnan tasolla.

Helsingin Sanomat nosti huijarisyndrooman keskusteluun suhteessa koulumenestykseen otsikolla ”Huijareiden puolustuspuhe”. Artikkelissa tutkija Silja Uusikangas (2021) kertoo ajatelleensa, että hänen gradunsa toisi koko maailmalle näkyviin sen, ettei hän ole ”tarpeeksi hyvä”. Myös suomalainen menestynyt näyttelijä Krista Kosonen on avoimesti kertonut huijariajattelustaan, ettei ole koskaan vielä näytellyt niin hyvin kuin olisi halunnut näytellä, eikä koskaan koe tehneensä työtään loistavasti (Uusitalo, 2020). Myös tunnettu jo kilpauransa lopettanut taitoluistelija Kira Korpi kertoo huijarisyndroomastaan (Mattila 2017):

Istuin perheeni ja valmentajani kanssa ravintolassa. Vuosi oli 2012, ja olimme juhlimassa voittoani taitoluistelun GP-kisoissa Moskovassa. Vaikka ravintolassa oli hämärää, kaikkien silmät loistivat. Niin onnellisia he olivat. Minä en ollut onnellinen. Pystyjin ajattelemaan vain yhtä ajatusta. Sitä, kuinka olin saattanut mennä kaatumaan jäällä. Soimasin itseäni ja kyselin pääni sisällä, miten ja miksi niin oli käynyt.

Kiira Korpi kertoo uraansa varjostaneesta voimakkaasta ahdistuksesta. Kun identiteetti perustui vahvasti ammatin ympärille, epäonnistuminen jäällä tuntui kuin olisi epäonnistunut ihmisenä.

Ivallisestihan voitaisiin sanoa, että huijarisyndrooman käsitteellä yritetään paeta sitä tosiasiaa, että kaikki meistä kokevat joskus huonommuuden tunteita (Lehtinen, Pasanen, Uusikangas 2021, 23). Oikeasti kyseinen ilmiö on tilanteena todella kammottava; henkilö tuntee jatkuvaa riittämättömyyttä, ja kokee olevansa epäpätevä tekemään asioita, joita oikeasti osaa tehdä. ”Edelleen saatan itsekin ihmetellä, miksi minua pyydetään luennoimaan huijariajattelusta, vaikka olen kirjoittanut siitä kirjan, lukenut hurjan määrän tietoa ja hoidan huijariajattelijoita”, tunnustaa myös Ekman (Leinonen, 2021). Perho & Pääskysaari (2018) pohtivat podcast-jaksossaan, että sosiaalinen media voi olla osasy syy myös huijarisyndrooman ilmenemiseen. Aina joku ahkeroi. *Riitänkö minä?* Mediassa on tarjolla useita kasvutarinoita, joissa eri henkilöt kertovat voittaneensa epävarmuutensa. Useimmiten nämä henkilöt ovat nykyään erittäin menestyneitä. Ihmisillä tuntuukin olevan ikään kuin kahdet kasvot – muiden näkemät onnistumiset ja menestyminen, mutta myös yksilön kokema osaamattomuus ja riittämättömyys. Näitä kahtiajakautuneita kasvoja kuvastaa myös tämän tutkielman kansilehti.

Keskiluokkaisessa kodissa kasvaneelle huijariajatusten vaikutukset voivat olla erilaisia kuin luokkasiirtymää tekeväälle. Esimerkiksi ihonväriin tai kielitaitoon liittyvät etuoikeudet saattavat niin ikään vaikuttaa siihen, miten helppoa tai vaikeaa on tavoitella asioita elämässä huijaritunteista huolimatta. (Lehtinen, Pasanen, Uusikangas 2021, 23.) Clance & Imes (1978) havaitsivat, että huijarisyndroomasta kärsivällä on yleensä ollut lapsuudenperheessään tietty rooli, jossa huijarisyndrooman siemen on alkanut kasvaa; yleisimmät roolit ovat perheen nero tai sosiaalisesti taitava hurmuri. Molemmissa tapauksissa rooli on tullut usein perheenjäseneltä tai sukulaiselta, ei lapselta itseltään. Lapsi on alkanut määrittelemään itsensä tämän annetun roolin mukaisesti jo hyvin nuorena, ja pyrkinyt selittämään jollain tapaa itselleen omia taitojaan. Selitykseksi on syntynyt,

että hän huijaa olevansa parempi kuin oikeasti on, mikä on taas synnyttänyt huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. (Clance & Imes 1978, 3.) Huijarisyndrooma ei kuitenkaan ole geneettistä, mutta yhteiskunnallisia sekä kasvatuksellisia rakenteita on runsaasti (Lehtinen, Pasanen & Uusikangas 2021, 14).

Ekman (2017) on nostanut esiin mielenkiintoisen havainnon; huijarisyndroomasta kärsivä vaikuttaa usein ulospäin suuntautuneelta, menestyvältä ja kyvykkäältä. Todellisuudessa useimmat huijariajattelijat ovat introvertteja, jotka ovat oppineet peilaamaan ja miellyttämään muita sosiaalisissa tilanteissa. Sillä tavoin voi varmistaa onnistumisen ja menestyksen – tai niin huijariajattelijaa ainakin uskoo, koska hänen käsityksensä mukaan onnistuminen ei voi olla omaa ansiota, vaan se voidaan saavuttaa vain esittämällä mukavaa oikeille henkilöille. (Ekman 2017, 56–57.) Huijarisyndroomasta kärsivä tulee uuteen työpaikkaan peläten paljastuvansa, ettei oikeasti osaa mitään ja on saanut työpaikkansa onnen kantamoisena. Huijariajattelijaa pyrkii olemaan asiantuntija ja löytämään paikkansa työyhteisössä. Samaan aikaan hän on vakuuttunut siitä, ettei pysty työtehtäviinsä. (Ekman 2017, 119.)

Perho & Pääskysaari (2018) pohtivat, että toimittajana on vain hyväksyttävä huijarisyndrooman kulkevan mukana. Lehtinen, Pasanen & Uusikangas (2021, 13, 43–46) huomauttavat, että jatkuva tasapainoilu muiden ja omien odotusten välillä voi aiheuttaa uupumusta ja ahdistusta, ja loputon pelko kiinnijäämisestä voi viedä voimat. Ekman (2020) jatkaa, että nykypäivänä hyvin moni työntekijä tekee työtään resurssipulan keskellä, jolloin työn laadusta on tingittävä aikataulussa pysymiseksi. Huijarisyndroomasta kärsivälle tilanne voi olla tuskallinen (Ekman 2020, 78). Self help -kirjallisuus on pullollaan oppaita, miten huijarisyndrooma nujerretaan. Vastuu ei kuitenkaan kuuluisi vain huijari-ilmioitä kokeville. Huijarisyndroomalla voi olla isojakin vaikutuksia mielen hyvinvointiin, vaikka se ei olekaan mielenterveyshäiriö.

Perho & Pääskysaari (2018) kertovat, että heidän mukaansa on väärin sanoa, että huijarisyndrooma ilmiönä koskisi vain naisia. On kuitenkin tietynlainen tilanne, josta tämä luultavasti juontaa juurensa; Kun nuori mies osoitetaan esimiesasemaan

firmassa, hän kohentaa kravattiaan, kättelee päättäväisesti ja ottaa pestin vastaan. Tässä tilanteessa stereotypisesti nuori nainen – aivan yhtä koulutettu – säikähtää tilannetta ja toteaa, ettei osaa asiaa vielä täydellisesti, joten ei oikein usko olevansa sopiva kyseiseen pestiin. Ja tästä syystä tämä keskustelu pyöri naisten ympärillä.

Kun pohditaan yhteiskuntaa ja sen työelämän muutosta, ihmisen identiteetti näyttäytyy ristiriitaisena ja jopa ongelmallisena. Työn vaatimuksina jatkuvasti alleviivataan vahvalle ammatti-identiteetille päinvastaisia asioita, kuten esimerkiksi ylimatillisia kompetensseja, moniammatillisuutta, jaettua asiantuntijuutta sekä elinikäistä oppimista. Onko vahva ammatillinen identiteetti jopa rasite, josta pyritään pois, jotta ammatin vaihtaminen ja jatkuva oppiminen voivat tapahtua esteittä? (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010.) Ekman (2017, 120–121) on sitä mieltä, että huijariajattelua ehkäisisi sosiaalinen tuki työpaikoilla: ”Työhön liittyvien tunteiden tärkeyttä pitäisi tuoda esiin yhtä paljon kuin muitakin taitoja.”

Huijari-ilmiö on yhteiskunnallinen ongelma. Jos yhteiskuntamme rakenteet saavat yksilöt sivuuttamaan otolliset mahdollisuudet huijaritunteiden takia, suuri määrä osaamispotentiaalia jää käyttämättä. Jos pätevät osaajat polttavat itsensä loppuun varmistellessaan, etteivät varmasti jää huijariajatuksistaan kiinni, kyseessä on sekä inhimillinen että yhteiskunnallinen tragedia. Hinta on kova sekä yksilölle että yhteiskunnalle.

Näin huijarisyndroomaa yhteiskunnallisena ilmiönä pohtivat Lehtinen, Pasanen & Uusikangas (2021, 15). Ongelma on kiistaton; mikäli loppuunpalamisesta tulee yleistä, on se yksilötason lisäksi myös valtava yhteiskunnallinen ongelma niin terveydellisestä kuin taloudellisestakin näkökulmasta, ja siksi siihen on kiinnitettävä erityistä huomiota. Tuoreimman tiedon mukaan yli puolet palkansaajista kokee vakavan työuupumuksen selvänä uhkana tai ainakin ajattelee sitä toisinaan, ja työuupumus on 10% yleisempää naisilla kuin miehillä (Tilastokeskus 2019, 345). Ekman (2017) pohtiikin, millä perusteella menestystä nykymaailmassa arvioidaan. Kun puhutaan menestyneestä naisesta, viitataanko sillä perheenäitiin, joka on kasvattanut tavallista suuremman lapsikatraan? Tai sairaanhoitajaan, joka on taitava ammattilainen työssään ja arvostettu työyhteisössään? Harvemmin. Menestys yhdistetään usein yhä johtavaan asemaan, suuriin tuloihin ja hyvin edenneeseen

uraan yritysmaailmassa. (Ekman 2017, 92.) Lehtinen, Pasanen & Uusikangas (2021, 24) huomauttavatkin, että huijarisyndroomaan vetoaminen ei saa tarkoittaa silmien sulkemista eriarvoistavilta rakenteilta. Kaikkien ihmisten huijarikokemukset ovat todellisia, mutta se, miten paljon huijarisyndrooma vaikuttaa yksilön elämään, riippuu pitkälti myös yhteiskunnallisista rakenteista. Jos yksilöä tuetaan ja kannustetaan yhteiskunnassa eteenpäin, on helpompaa toimia huijaritunteista huolimatta. Jos taas omaa olemassaoloa joutuu jatkuvasti perustelemaan, se käy helposti uuvuttavaksi. (Lehtinen, Pasanen & Uusikangas 2021, 23.)

2.4 Huijarisyndrooma ja taideala

Musiikin hyvinvointivaikutuksia ja sen merkityksiä on tutkittu monipuolisesti musiikin tutkimuksen kentällä (esim. Ahonen, 1993; Erkkilä, 1996; Saarikallio, 2007), mutta huijarisyndrooman käsitettä ei ole vielä tutkittu suhteessa taidealaan ja sen ammattiopiskelijoihin. Myös tutkimukset musiikin ammattiopiskelijoiden paineista käsittelevät tarkemmin esiintymisjännitystä (esim. Arjas 2002), mutta vielä ei ole tutkittu musiikin ammattiopiskelijoiden suoranaista riittämättömyyden tunnetta – myös hyvin menneen esityksen jälkeen. Asetelma on taidealalla hyvin erilainen esimerkiksi urheiluun nähden, sillä konsertissa esityksen jälkeen kaikille sanotaan ”hyvin meni!”, oli esitys mennyt sitten hyvin tai aivan penkin alle. Tavallaan silloin ei myöskään pääse koskaan kiinni kultamitaliin erittäin onnistuneen esityksen jälkeen, toisin kuin urheilussa. Ehkäpä juuri tästä perfektionismi ja huijarisyndrooma saavat alkuaan musiikin parissa. Toimittajat Perho & Pääskysaari (2019) keskustelevat huijarisyndroomasta podcast-jaksossaan:

Toimittajan työ on sitä, että joutuu kerta toisensa jälkeen ottamaan oman paikkansa ja todistamaan oman ammattitaitonsa ja kasaamaan oman ammatti-identiteettinsä uudestaan. Toisaalta se on arvokasta, että niin saa tehdä aina uudestaan.

Tämä on hyvinkin vahvasti rinnastettavissa musiikilliseen ammattiin, jossa ammatti-identiteetin on oltava usein erilaisiin tilanteisiin mukautuva; konserttiohjelmistossa voi olla monenlaisia eri genrejä ja osa ammattimuusikoista

työllistyy esimerkiksi orkestereihin, joiden konserttiohjelmistoon kuuluu niin klassista musiikkia, elokuvamusiikkia, jazzia kuin kaikkea muutakin Sibeliuksesta Sinatraan. Silti konsertissa kuin konsertissa on pystyttävä olemaan oman instrumentin taitava asiantuntija ja ammattilainen, vaikka genre ei olisikaan lähimpänä omaa mukavuusaluetta – ”Fake it till you make it”, kuten sanotaan. Tästä saattaa tulla myös olo, että ikään kuin täytyy ”vakuuttaa” yleisö soitollaan, vaikka ei oikeasti ole edes omalla tontillaan. Useinhan muusikoista puhutaan, että he ”vakuuttivat yleisönsä musiikillaan”. Tämä pienikin vivahde voi luoda huijarisyndroomalle sijaa.

Ambirge (2021, 16) puhuu taidealasta ja huijarisyndroomasta seuraavaa:

Ei ole helppoa vain ottaa ja lähteä tyyliin: ”Jeeeeeee, otan lopputilin ja alan taiteilijaksi! – – Mutta silloinkin, kun uskallamme rikkoa muotin ja kokeilla jotain uutta, maailma mulkaisee meitä pahasti. Kuka tuo oikein luulee olevansa? Tuo ei kauan kestä. Tuo nyt on taas yksi niistä hänen ”suurista ideoistaan”. Reagoimme maailman moitteeseen kutistamalla itsemme. Alamme epäillä itseämme. Ja pohdimme salaa, josko he ovat sittenkin oikeassa.

Usein taidealasta puhutaan sävyllä, joka sisältää ajatuksen siitä, että esimerkiksi muusikkona toimiminen ei ole ”oikeaa työtä”. Kuten Ambirge (2021, 16) toteaa, ei ole aina helppoa edes ryhtyä toteuttamaan omia haaveitaan. *Mitähän muut tästä oikein ajattelevat?* Se voi olla pelottavaakin. Myös ulkopuolelta tulevat odotukset voivat luoda illuusion huijauksesta; ehkä tämä olikin huono idea ja olen epäonnistunut. Mistä sen edes tietää? Taide on taidetta. Voiko siinä epäonnistua? Lehto (2019) pohtii, miten taiteesta oikeastaan voisi edes keskustella, mikä on hyvää ja mikä ei: ”Kuvataiteessa paremmuudesta ei juuri kannata keskustella – sen on todettu olevan täysin absurdi tai parhaimmillaankin vain puhtaasti subjektiivinen asteikko” Lehto (2019) jatkaa:

Kaiken kiittelyn ja huojentuneisuuden läpikin huomaa taas tietyn epäilyksen arasti koputtelevan otsalohkoa. Miksi sillä hetkellä kun pitäisi vain pysähtyä nauttimaan kovan työnsä hedelmistä ja tyynesti todeta onnistuneensa yli odotusten iskeekin taas kantapäähän vanha ruma huijarisyndrooman alku?

Tämä kuvastaa vahvasti sitä, miten hyvän ja huonon taiteilijan ero on vain vastaanottajasta kiinni. Se voi asettaa hyvinkin raskasta taakkaa taiteilijan harteille, jolloin myös kehu voi tuntua mitättömältä, vaikka se on täysin vilpittömästi osoitettu.

3 MUSIIKIN AMMATTIOPISKELIJAT – TYÖ VAI ELÄMÄNTAPA?

Tässä luvussa käsittelen musiikin ammattiopiskelijuutta ja sen taustalla olevia tekijöitä. Ensimmäisessä alaluvussa syvennyn muusikoksi kasvamisen ja muusikon ammatti-identiteetin kehittymiseen. Toisessa alaluvussa pohdin musiikin ammattiopiskelun vaativuutta sekä siihen liittyviä tekijöitä ja tilanteita. Lopuksi pohdin vielä perfektionismia ja muusikkoutta Hewittin & Flettin (1991) kolmijakoisen perfektionismin suuntautuneisuusteorian avulla, jotka linkitän muusikon arkisiin tilanteisiin.

3.1 Muusikoksi kasvaminen ja muusikon identiteetin kehittyminen

KEHA-keskuksen sekä Työ- ja elinkeinoministeriön ylläpitämän Työmarkkinatori.fi-sivuston mukaan musiikkiala työllistää Suomessa noin 30 000 henkilöä kokoaikaisesti, osa-aikaisesti tai satunnaisesti. He ovat musiikin tekijöitä ja esittäjiä, tuotannon tehtävissä toimivia sekä koulutuksen, järjestöjen ja hallinnon työntekijöitä. Musiikkialalla ei ole kovinkaan paljoa vakituisia työpaikkoja. Eniten niitä on esimerkiksi levy-yhtiöissä, studioissa, tapahtumajärjestäjillä, oppilaitoksissa, järjestöissä ja taidehallinnossa. Alan työt ovat kuitenkin enimmäkseen keikkatöitä. (Työmarkkinatori 2022.) Työmarkkinatori ei kuitenkaan sisällytä tähän lukuun vielä orkesterimuusikoita, sillä ne on kategorisoitu omaan ryhmäänsä. Sinne ei kuitenkaan ole kirjattu tarkempia lukuja työllistymisestä. Suomen Sinfoniaorkesterit ry:n tietojen mukaan Suomessa toimivat sinfoniaorkesterit työllistävät liki 900 muusikkoa laskematta lukuun mukaan soittokuntia, kamari- ja runko-orkestereita sekä muita vakituisia kokoonpanoja. Muusikoita työskentelee siis Suomessa hyvin monenlaisissa tehtävissä.

Muusikon identiteetin kehittyminen voidaan katsoa hyvin pitkäksi prosessiksi; yksilön käsitys itsestä muusikkona harrastetasolla ja sen jälkeen tulevana ammattilaisena muovautuu jatkuvassa vuorovaikutussuhteessa soitonopettajien ja muiden yksilölle merkittävien ihmisten kanssa, ja siihen vaikuttaa myös ympäröivä kulttuuri (Hirvonen 2003, 24). Musiikkiharrastuksen edetessä yksilölle kehitty

musiikillinen minäkäsitys, joka kokemusten myötä muovautuu osaksi minäkuva ja yhdistyy käsitykseen omista taidoista (Anttila & Juvonen 2002, 142). Musiikkiharrastuksesta edetään kohti muusikon ammattia joko koulutuksen tai tiiviin itsenäisen harjoittelun kautta.

Työmarkkinatorin mukaan on hyvin tavallista, että klassisen musiikin puolen muusikoilla on pitkälle viety muodollinen koulutus. Pop/jazz musiikin koulutusta on Suomessa ollut tarjolla varsin vähän. Pop/jazz musiikin tekijät ja esittäjät ovat paljolti itseoppineita. (Työmarkkinatori 2022.) Etenkin vanhemman ikäluokan suhteen on jopa melko yleistäkin, että ammattimuusikot ovat itseoppineita, sillä pop/jazz musiikin koulutus oli hyvin vähäistä. Nykyisin pop/jazz musiikkia voi opiskella hyvin monissa eri musiikkiopistoissa, konservatorioissa ja alan kouluissa, joista tunnetuimpia lienevät Sibelius-Akatemia sekä Helsingin Pop & Jazz konservatorio.

Musiikkiopistossa opiskeleva soitto-oppilas tähtää usein tutkintoihin tai tasosuoritukseen tai ainakin häntä kannustetaan tähän. Tutkinnot usein perustuvat suoritusten pisteytykseen. Soitto-oppilaat ainakin alitajuisesti vertailevat myös toisiaan musiikin opiskeluyhteisössä. Hirvonen (2003) nostaa esiin, että musiikkikilpailuissa soittajia laitetaan eksplisiittisesti paremmuusjärjestykseen, ja tämä voi muokata vahvasti heidän käsitystään itsestään niin soittajina kuin ihmisinä. Musiikkiopinnoissa vertailun näkökulmaa on vaikeaa ohittaa. Se on osin mukana myös identiteetin rakentumisprosessissa; opiskelijat tavoittelevat yhteisössään tunnustusta erilaisten suoritusten kautta. (Hirvonen 2003, 30.) Hirvosen (2003) mukaan 14–16 vuotta on merkittävä ikävaihe musiikin ammatinvalintaprosessissa motivaation ja ajankäytön suuntaamisen suhteen. Tässä ikävaiheessa nuori ei ehkä tule siitä huolimatta punninneeksi sitä, onko hän tarpeeksi motivoitunut musiikkiin ammattiopintoja ajatellen. Musiikin ammattiopiskelijoiden käsitys omasta musiikki-identiteetistä muovautuu ja kehittyy ammattiopintojen kuluessa. Kun ammattiopinnot alkavat, tavoitteet ovat usein oman solistisen taidon sekä muusikkouden kehittämisessä. Vähitellen tarkempi musiikki-identiteetin osa-alue alkaa vahvistua opintojen kuluessa. (Hirvonen 2003, 76.)

Identiteetin muodostuminen on hyvin tärkeä osa kehitystä nuoruudessa. Monet tutkijat ovat osoittaneet, että musiikki voi olla tukemassa identiteetin rakennustyötä (DeNora, 1999; Kurkela, 1996; North, Hargreaves & O'Neill, 2000; Saarikallio, 2007). Identiteetti merkitsee yhtäältä samuutta, toisaalta eroavuutta, toteavat Blixt & Pensas (1997, 4). Fornäsin (1998, 278–280) mukaan ihmisten omien yksilöllisyyksien voidaan nähdä kehittyvän yhteisön kanssa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Ekman (2017, 111–112) kertoo, että myös ammatillinen identiteetti rakentuu työnteon ja siitä saatujen kokemusten vuorovaikutuksesta, sisäisen ja ulkoisen jatkuvasta vuoropuhelusta. Blixtin & Pensa (1997) mukaan muusikot suhtautuvat musiikkiinsa kaksijakoisesti; toisaalta he pitävät omasta musiikistaan, mutta toisaalta siitä löytyy paljon parannettavaa. Aina omiin taitoihin ei jakseta uskoa, ja selkeimmin tällainen itsekritiikki näkyy vertailussa “me ja muut”, kun omaa musiikkia ja omia taitoja peilataan omasta mielestä parempiin. (Blixt & Pensas 1997, 4.) Tämä Blixtin & Pensa (1997) näkemys tukee myös Ekmanin (2017) edellä mainittua ajatusta sisäisten ja ulkoisten kokemusten vuoropuhelusta.

Siinä, millaisen prosessin kautta yksilö liittyy yhteisön jäseneksi, on kyse pitkästä vuorovaikutteisesta toiminnasta ympäröivän, merkittäväksi koetun musiikkiyhteisön kanssa. Yksilönä erottuakseen musiikinopiskelijan on taas luotava oma tyylinsä ainutlaatuisena, muista persoonallisesti erottuvana musiikkiyhteisön jäsenenä. (Hirvonen 2003, 25.) Blixt & Pensas (1997) toteavat, että muusikkoidentiteetin voi laittaa komeroon ja ottaa sitten komerosta toisen identiteetin käyttöön tilanteen mukaan. Tällä he tarkoittavat sitä, että muusikko kokee itsensä muusikoksi puhuessaan henkilön kanssa, joka ei ole muusikko. Taas kahden muusikon puhuessa keskenään toinen voi olla pelimanni ja toinen sinfoniaorkesterin ammattimuusikko. Toisaalta muusikon puhuessa esimerkiksi äitinsä kanssa, hän ei välttämättä puhu muusikkona vaan äitinsä poikana. (Blixt & Pensas 1997, 6.)

3.2 Musiikin ammattiopiskelun vaativuus

Musiikkialalla kouluttautuneilla on usein niin takanaan kuin edessään pitkä koulutus sekä harrastajana että ammatillisten tutkintojen suorittajana. Musiikkialan ammattilaiset ovat maamme koulutetuimpia ammattiryhmiä. (Karhunen 2005, 18.) Sosniak (1997, 212) havaitsi tutkimuksessaan, musiikin ammattiopintoihin siirtyminen voi olla vaikeaa, koska siinä vaaditaan vahvaa sitoutumista sekä uudenlaista suhtautumista ajankäyttöön. Hirvonen (2003, 76) huomauttaa, että emotionaalisia kriisejä voi ilmetä juuri näissä siirtymävaiheissa.

Nykyajan työelämässä lyhyet työsuhteet ja työllistymisen epävarmuus ovat yleisiä ongelmia (Poutanen 2014, 77). Tämä koskee myös taidealoja. Mannisen ja Perinnön (2012) selvityksessä yli puolet nuorista olivat huolestuneita tulevaisuuden työnsaannistaan. Heistä työssä tärkeintä oli palkka, ja heitä pelotti eniten työttömyys (Manninen & Perintö, 2012). Kontio (2016, 11) paljastaa opinnäytetyössään, että erityisesti musiikkialalla on ollut julkista keskustelua niin palkasta kuin työttömyydestäkin, eikä se ainakaan luo turvallisuuden tunnetta alanvalintaan liittyen. Ryhänen (2007) nostaa esiin, ettei taidetta ja sen tekemistä arvosteta tarpeeksi. Taiteilijalle ei mieluusti makseta suurta rahasummaa – taiteilijahan pitää työstään! Mikäli työ on mieluisaa, siitä ei tarvitse ansaita kunnollista palkkaa. (Ryhänen 2007.)

YLE:n artikkelissa *Teenko sitä mitä haluan vai sitä missä olen muiden mielestä hyöä?* ammattimuusikko Anna Rajamäki kirjoittaa hyvin koskettavasti ajatuksistaan lopettaa ammatillisesti muusikkona toimiminen (Vehkanen 2019):

Muusikko ymmärtää koko musiikin mullistavan voiman. Osaa pilkkoa sen teoreettisella tasolla palasiin, osaa hoitaa kipeytyneet ranteet ja tuottaa elämyksen muille ihmisille, puhua sydämestä sydämeen. Tuntee musiikkimaailman tavat, kilpailun, stressin, ihmisten tuoksun salissa konsertin jälkeen. Musiikin maailma on imenyt sisäänsä, ajallinen ja rahallinen panostus on tuottanut tulosta, on löytynyt oikeat opettajat. Lihakset muistavat, sormenpäissä on vuosien soiton tuomat kovettumat, ja nuo sormet asettuvat tottumukselta tismalleen oikeisiin paikkoihin, musiikki karkaa ilmoihin ja resonoi kehossa, niin soittajan kuin

kuulijan. Kun on vastaanottanut riittävän monet raikuvat aplodit, on tullut varmuus: tämän minä osaan.

Tekstissä ilmenee hyvin muusikon elämän raadollisuus; on kipeät ranteet, kovettumat, ajallista panostusta, kilpailua ja stressiä. Toisaalta on myös monta todella kaunista ajatusta: taito välittää tunteita musiikin keinoin, yleisön tuoksua ja aplodeja. Muusikon ammatti ottaa paljon, mutta silloin kun se myös antaa, antaa se paljon. On myös hyvä muistaa, että ihmisten - ja myös muusikkojen - suhde musiikkiin vaihtelee (Blixt & Pensas 1997, 8).

Hirvonen (2003, 66) toteaa väitöskirjatutkimuksessaan: "Toisaalta toiset musiikinopiskelijat ovat parhaita ystäviä, tovereita ja kuuntelijoita. Toisaalta opiskelijoiden kesken näyttäisi olevan kilpailua, joka tekee opiskeluilmapiiiristä jopa ahdistavan." On luonnollistakin, että vertailua ilmenee ystävienkin keskuudessa. Musiikin ammattiopiskelu on kuitenkin hyvin raadollista ja vaatii jopa tietynlaista elämäntapaa pitää harjoittelua yllä. Siksi on hyvin raastavaa, että ystävätkin nähdään työelämän kilpakumppaneina.

3.3 Perfektionismi ja muusikkous

Täydellisyyden tavoittelun eli perfektionismin on todettu olevan jopa vahvin huijariajattelua ennustava tekijä (Fraenza, 2016). Perfektionismi on pyrkimistä täydelliseen suoritukseen eli virheettömyyteen. Lisäksi perfektionismissa korkean vaatimustason asettaminen sekä kriittisyys - niin itseä kuin muitakin kohtaan - ovat keskeisiä piirteitä. (Flett & Hewitt 2002, 14.) Ekman (2020, 78) kuvailee liiallista perfektionismia sisäiseksi vaativuudeksi - ääneksi päässä, joka jatkuvasti vaatii tekemään enemmän ja paremmin. Perfektionismia voi esiintyä yhdellä tai useammalla elämän osa-alueella; jopa kaikilla niistä. Mitä perfektionistisempi henkilö on, sitä useammalla elämän osa-alueella perfektionismi näyttäytyy. (Stoeber & Stoeber 2009, 534.)

Hewitt & Flett (1991) ovat jakaneet perfektionismin kolmeen suuntautuneisuuteen: (1) Itseen suuntautunut perfektionismi, (2) Muuhun suuntautunut perfektionismi ja (3) Sosiaalisesti määrätty perfektionismi. **Itseen suuntautuneessa perfektionismissa** omat odotukset omiin suorituksiin ja tekemisiin ovat liian suuret, joten niiden saavuttaminen on vaikeaa. Täydellisyyden tavoittelu on hyvin vahvaa ja keskittyy omaan tekemiseen. Muusikko, joka on tällä tavalla suuntautunut perfektionisti voisi antaa itselleen tavoitteeksi harjoitella vähintään kahdeksan tuntia päivässä. Heti jos yksi päivä menee mönkään, itseruoskinta alkaa. Tutkimuksissa havaittiin, että itseen suuntautuva perfektionismi ennustaa vähäisempää työuupumusta ja lisää työn imua (Childs & Stoeber, 2010). **Muuhun suuntautuneessa perfektionismissa** henkilö olettaa muiden odotuksia suhteessa omaan tekemiseen. Nämä olettamukset eivät kuitenkaan useinkaan pidä paikkaansa, eikä kukaan ole sanonut niitä ääneen. Myös tähän liittyy itsensä ruoskimista, ja tämä kiinnittyy osin myös itseen suuntautuneeseen perfektionismiin. Tässä tapauksessa musiikinopiskelija saattaisi kuvitella, että kaikki odottavat hänen jo osaavan kaikki annetut kappaleet täydellisesti, vaikka todellisuudessa kyseessä on harjoitus. **Sosiaalisesti määrättyssä perfektionismissa** ulkopuolelta tulevat odotukset ovat liian suuret; soitonopettaja antaa niin paljon soitettavaa viikoksi, ettei siitä ole mitenkään mahdollista selviytyä. Hän kuitenkin sanoo ääneen, ettei ole harjoitellut tarpeeksi jos et onnistu tunneilla.

Tietynlaista perfektionistista otetta musiikin ammattiopiskelijalta vaaditaan; väärää ääniä pyritään välttämään ja pienetkin vivahde-erot johdetaan tiettyyn tyylinmukaisuuteen. Ammattiopiskelijalta vaaditaan intoa hioa kappaleita ja tekniikkaharjoituksia eteenpäin opintojen edetessä. Tietyn tason perfektionismin voisi jopa kuvitella olevan suotuisaa musiikin alalla opiskelevalle. Stressin sietokyky ja sopiva stressi mahdollistavatkin erinomaisen suorituksen, kun taas huono stressi kuluttaa ja kuormittaa elimistöä, toimintakykyä ja häiritsee myös ajattelutyötä. (Kauko-Valli & Koiranen 2010, 100) selittävät stressin sietokyvyn ja sopivan stressin olevan erinomaisen suorituksen mahdollistava tekijä siinä missä huono stressi kuormittaa elimistöä, toimintakykyä ja haittaa ajattelutyötä. Ennsin ja Coxin (2002) mukaan hyödyllinen perfektionismi edistää toimintakykyä. Tähän kuuluu korkeahko mutta saavutettavissa oleva tavoitetaso, intohimo järjestelyyn,

tyytyväisyys omaan itseen ja tahto onnistua. Avainasemassa ovat myönteiset seuraukset sekä niiden tavoittelemisen. Vastavuoroisesti haitalliseen perfektionismiin kuuluu liian korkea ja saavuttamattomissa oleva tavoitetaso, epäonnistumisten pitkällinen pohtiminen ja murehtiminen, paine olla täydellinen kaikilla osa-alueilla sekä epätasapaino vaatimustason ja oman suorituksen välillä. Tässä olennaisessa asemassa on negatiivisten seurausten välttely. (Enns & Cox, 2002.) Perfektionismi voidaankin määritellä liialliseksi huoleksi virheiden tekemisestä, korkeaksi henkilökohtaiseksi vaatimustasoksi, kokemukseksi vanhempien korkeista odotuksista ja arvostelusta, epävarmuudeksi oman toiminnan laadusta sekä järjestyksen ja järjestelmällisyyden suosimiseksi (Frost, Marten, Lahart & Rosenblate 1990, 449).

4 TUTKIMUSASETELMA

Tässä luvussa käsittelen tutkimukseni tutkimuskysymyksiä, tutkimusmenetelmää sekä tutkimuksessa kerättyä aineistoa. Aluksi avaan tutkimuskysymykseni taustoja ja pääkysymyksistä johdettuja alakysymyksiä. Kerron myös menetelmänvalintaprosessistani ja perustelen, miksi päädyin juuri kyseiseen menetelmään. Tämän jälkeen kerron, millaisessa muodossa keräsin aineistoani ja miten hyödynsin sitä. Avaan myös tarkemmin, miten kerättyä aineistoa analysoitiin. Lopuksi pohdin myös tutkimuksen luotettavuuteen ja tutkijan rooliin liittyviä seikkoja.

4.1 Tutkimuskysymykset

Tässä tutkielmassa halusin selvittää, onko huijarisyndroomaan viittaava ajattelu yleistä musiikin ammattiopiskelijoiden keskuudessa. Halusin myös selvittää, kohdistuuko tällainen huijariajattelu erityisesti johonkin tiettyyn ryhmään musiikin ammattiopiskelijoissa, kuten nuoriin opiskelijoihin tai klassisen musiikin ammattiopiskelijoihin. Ja jos huijariajattelua ilmenee, haluaisin tietää, millaisissa tilanteissa erityisesti näitä tuntemuksia ilmenee. Lisäksi halusin selvittää, minkä verran musiikin ammattiopiskelijat kokevat paineita juuri muiden odotusten vuoksi. Tutkimuksen pääpaino oli kuitenkin aiemmin mainituissa kysymyksissä. Listaan alle vielä kolme päätutkimuskysymystäni:

- Kokevatko musiikin ammattiopiskelijat huijarisyndrooma-ajattelua/perfektionismia?
- Kokeeko jokin ryhmä musiikin ammattiopiskelijoiden sisällä huijariajattelua muita enemmän? (esim. tietty instrumenttiryhmä, pop/jazz vs. klassisen musiikin opiskelijat, miehet vs. naiset)
- Missä musiikillisissa tilanteissa huijarisyndroomatunteita koetaan eniten?

Hypoteesini oli, että suurin osa musiikin ammattiopiskelijoista kokee huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Erityisesti ajattelin, että klassista musiikkia opiskelevat saattaisivat kokea huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia enemmän kuin pop/jazz -musiikkia opiskelevat. Ajattelin myös, että julkiset esiintymiset olisivat mahdollisesti vahvasti huijarisyndroomaa nostava tilanne ihan jo senkin vuoksi, että harjoituksia on oletetusti useammin kuin esityksiä, mikä tekee tilanteesta arkisemman. Lisäksi arvelin, että naiset saattaisivat kokea huijarisyndroomaan viittavia ajatuksia miehiä enemmän. Asiasta ei kuitenkaan ole suoraan aiempaa tutkimusta, joten tieteeseen nojaten hypoteesin muodostaminen oli haastavampaa. Suurin hypoteesini kuitenkin oli, että suurin osa musiikin ammattiopiskelijoista kokee huijarisyndroomaan viittaavia tunteita muista edellä mainituista asioista riippumatta.

4.2 Tutkimusmenetelmä ja aineisto

Halusin tutkia huijarisyndroomaa ilmiönä koko Suomen musiikin ammattiopiskelijoiden keskuudessa, ja pyrin tavoittamaan mahdollisimman monta musiikin ammattiopiskelijaa niin konservatorioista, ammattikorkeakouluista kuin yliopistoistakin. Pohdin myös vaihtoehtoa, jossa olisin rajannut tutkimukseen vastaajat yhteen ammattikorkeakouluun, esimerkiksi Tampereen ammattikorkeakouluun (TAMK) ja sieltä musiikin ammattiopiskelijoihin. Näin olisin saanut pienennettyä muuttujia, sillä esimerkiksi eri koulujen yhteishenki ei vaikuttaisi vastauksiin. Tässä vaihtoehdossa otanta olisi kuitenkin pienentynyt huomattavasti ja tutkimustulokset olisivat läpileikanneet vain pientä osaa koko populaatiosta. Siksi päädyin tutkimaan kaikkia Suomen musiikin ammattiopiskelijoita. Keräsin kyselylomakkeen vastauksia kevään 2022 aikana, ja sain vastauksia yhteensä 112.

Keräsin tutkimukseni aineiston määrällisellä kyselylomakkeella (Liite 1), ja käytin tutkimuksessani internetpohjaista Webropol -tiedonkeruuohjelmaa. Koin Webropol -ohjelman hyödylliseksi, sillä data on saatavilla monessa eri tiedostomuodossa, mikä

antaa monipuolisia mahdollisuuksia aineiston tarkasteluun, analysointiin ja raportointiin.

Tutkimuskyselylomakkeeni jakautuu osioihin A ja B. Osiossa A kysyn epäsuoria henkilötietoja, kuten ikää, sukupuolta ja pääinstrumenttia (ks. tarkemmat tiedot Liite 1). Osion B lähtökohtana toimii Pauline Clancen (1985) Impostor Phenomenon scale (CIPS), tästä edes puhun CIPS:istä. CIPS on mittari, jonka on tarkoitus määrittää, kuinka paljon henkilö kokee "IP ominaisuuksia" eli huijari-ilmiöön viittaavia ajatuksia. Mittari koostuu 20 väittämästä, ja niihin vastataan asteikolla 1-5. Clance (1985) muistuttaa tutkimuskyselylomakkeessaan, että CIPS kehitettiin auttamaan yksilöitä määrittämään, onko heillä "IP ominaisuuksia" ja jos on, missä määrin he niistä kärsivät. Mittari ei ole siis laadittu lääketieteelliseen käyttöön, kuten ei huijarisyndrooman termiäkään siihen luokitella.

Olen kuitenkin modifioinut tätä mittaria niin, että musiikin ammattiopiskelijan on helpompaa sijoittaa väittämät musiikilliseen tilanteeseen. Olen saanut Pauline Clancelta henkilökohtaisesti luvan käyttää CIPS:iä, ja olen saanut myös luvan kääntää sen suomeksi ja tehdä musiikilliset lisäykseni väittämiin. CIPS auttaa kartoittamaan huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Clance julkaisi kyselylomakkeen alun perin teoksessa *Impostor Phenomenon: Overcoming the Fear that Haunts Your Success* (1985). Tiina Ekman (2017, 198-206) on julkaissut suomennoksen CIPS:istä, ja hyödynsin myös tätä suomennosta oman mittarini laatimisessa. Myös Joan Harvey (1981) laati saman tapaisen kyselylomakkeen (HIPS), joka kehitettiin mittaamaan huijarisyndroomaan liittyvien ajatusten ja tunteiden yleisyyttä. Clancen 20:stä kysymyksestä koostuva mittari on kuitenkin laajempi ja sisältää kysymyksiä muun muassa vaikeudesta toistaa onnistumisen kokemuksia, arvioinnin pelosta sekä tunteesta, että on muita ihmisiä kyvyttömämpi suoriutumaan tehtävistä (Ekman 2017, 83). Myöhemmin Kolligian & Sternberg (1991) kehittivät myös laajemman Perceived Fraudulence Scalen (PFS). Näitä kolmea mittaria vertailevassa tutkimuksessa on todettu, että Clancen CIPS kuvaa ja erottelee huijariajattelua parhaiten. Kyselyissä on todettu myös puutteita, mutta etenkin Clancen mittarin on

todettu riittävän luotettavasti mittaavan huijariajattelua kokevien tyypillistä ajattelua. (Chrisman et al. 1995, 456–457.)

Pauline Clance käyttää CIPS:ssä Likertin viisiportaista asteikkoa seuraavasti: 1 “not at all true”, 2 “rarely”, 3 “sometimes”, 4 “often”, ja 5 “very true”. Päädyin kääntämään modifioidussa mittarissani vastausasteikon “täysin eri mieltä - täysin samaa mieltä”, joka on siis hieman erilainen kuin alkuperäinen “ei lainkaan totta - erittäin totta”. Tämä tuntui mielestäni selkeämmältä vaihtoehdolta vastaamaan kyseisiin väittämiin. Lisäksi muokkasin tämän 5-portaisen asteikon 4-portaiseksi, jolloin “neutraali” vaihtoehto eli numero 3 “joskus / jonkin verran samaa mieltä” muuttui niin sanotuksi 0-kohdaksi “en osaa sanoa”. Tämä auttaa saamaan selkeitä vastauksia tutkimuksessani, kun tutkittavan on vastattava myönteisesti tai kielteisesti – välimuotoa ei ole. Lopullisiksi vastausvaihtoehdoikseni muotoutuivat: 1 “täysin eri mieltä”, 2 “osittain eri mieltä”, 3 “osittain samaa mieltä” 4 “täysin samaa mieltä” ja 0 “en osaa sanoa”.

Samana tapaan epäsuoriin henkilötietoihin ja CIPS:iin jakautuvaa tutkimuskyselylomaketta on käytetty muissakin tutkimuksissa, joissa on haluttu selvittää tietyn alan opiskelijoiden tai ammattilaisten huijariajattelua (ks. esim. Rosenstein, Raghu & Porter, 2020). Tämän lisäksi lisäsin loppuun muutaman oman avoimen kysymyksen, joiden avulla pystyin tarkemmin selvittämään, missä tilanteissa ammattiopiskelijat kokevat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Lopussa kartoitin myös Hewittin & Flettin (1991) kolmijakoisen perfektionismin toteutumista kysymällä tutkittavien huijarisyndroomaan viittaavien ajatusten alkuperää: johtuvatko perfektionistiset tai huijarisyndroomaan viittaavat tunteet eniten (1) omista odotuksista omaa tekemistä kohtaan, (2) muiden odotuksista omaa tekemistä kohtaan (henkilö itse päättelee odotukset, muut eivät kerro niitä ääneen) vai (3) muiden ääneen kertomistaan odotuksista omaa tekemistä kohtaan.

Pohdin kyselylomakkeessani myös semanttisen differentiaalimahdollisuutta, jossa vastakkaiset adjektiiviparit olisivat janan ääripäissä, ja mittari olisi seitsenportainen. Tässä jälleen keskimäinen vaihtoehto olisi neutraali. Koin kuitenkin, että se ei

palvele yhtä hyvin tutkimuskysymystäni, sillä seitsenportainen asteikko todennäköisesti vähentäisi ääripäiden (1 ja 7) valintaa ja helpottaisi lieventämään omia koettuja tuntemuksia mittarin lukuihin 2 ja 6. Laajuudellaan se saattaisi siis pienentää keskihajontaa, ja siksi päädyin käyttämään likertin neliportaista asteikkoa.

Kiinnitin erityisesti kysymysten asetteluun huomiota, kun muutin väittämiä musiikillisiksi. Pyrin suuntaamaan kysymykset musiikillisiin teemoihin kuitenkin johdattelematta liikaa tiettyyn tilanteeseen. Siksi pyysin musiikin parissa työskenteleviä ihmisiä tarkastelemaan kysymyksiä ja selittämään, miten he ne ymmärtävät. Tämä auttoi huomattavasti kysymysten lopullisessa hiomisessa. Valli (2018, 93–94) mainitsee, että kyselylomakkeessa kannattaa edetä lämmittelykysymyksillä kohti hankalampia ja ”arvoja” aiheita, mikäli sellaisia on tulossa. Mielestäni Clance (1985) on huomionnut tämän hyvin CIPS:ssä. Lisäksi pohdin, laittaisinko epäsuorat henkilötiedot (Osio A) kyselylomakkeen alkuun vai loppuun, mutta päädyin laittamaan ne alkuun, sillä niiden avulla on hyvä rutinoitua kysymyksiin vastaamiseen. Se voi myös luoda vastaajalle illuusion siitä, että on jo hyvin pitkällä kyselyssä, kun ensimmäiset kysymykset saa täytettyä helposti ja nopeasti. Lopuksi vielä luokittelin CIPS:in väittämät Clancen (1985) kuuden huijarisyndrooman ilmenemismuodon (ks. luku 2.2) mukaisesti kuvioon 2., sillä halusin tarkastella mittarin validiteettia suhteessa huijarisyndrooman ilmiöön. Kaikki kuusi huijarisyndrooman ilmenemismuotoa käydään CIPS-väittämissä läpi kattavasti.

Huijariajattelun kehä

1. Olen usein onnistunut hyvin konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/ koesoitossa, vaikka pelkäsin etukäteen, etten tule onnistumaan.
4. Kun opettajani/kollegani kehuu minua musiikillisista saavutuksistani tai soittotaidoistani, pelkään, etten voi vastata hänen odotuksiinsa jatkossa.
15. Kun onnistun konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/ koesoitossa ja saan huomiota onnistumisestani pelkään, etten pysty onnistumaan jatkossa yhtä hyvin.

Supersankarinäkemykset

7. Muistan helpommin soittotunnit/harjoitukset/konsertit, joissa en ole pystynyt antamaan parastani kuin ne, joissa olen pysynyt parhaimpaani.
8. Suoriudun vain harvoin konsertista/tutkinnosta/koesoitosta niin hyvin kuin haluaisin.
17. Vertaan musiikillista osaamistani ja soittotaitoani ympärilläni oleviin ihmisiin ja ajattelen, että he ovat paljon taitavampia kuin minä.

Pelko epäonnistumisesta

3. Jos mahdollista, välttelen tilanteita, joissa soittotaitoani arvioidaan.
6. Pelkään, että itselleni tärkeille ihmisille paljastuu, etten olekaan yhtä lahjakas musiikillisesti kuin he kuvittelevat.
14. Olen epäroinyt musiikilliseen projektiin osallistumista epäonnistumisen pelon vuoksi, vaikka olen usein suoriutunut samanlaisista konserteista/keikoista/tutkinnoista hyvin.
18. Pelkään usein, etten onnistu konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/koesoitossa omasta mielestäni riittävän hyvin, vaikka muut ympärilläni kannustavat ja uskovat, että onnistun oikein hyvin.

Tarve olla paras tai erityinen

2. Osaan antaa vaikutelman, että olen parempi soittaja kuin oikeasti olenkaan.
12. En ole tyytyväinen tämän hetkiseen musiikilliseen uraani ja ajattelen, että pitäisi saavuttaa paljon enemmän.
20. Koen alemmuuden tunnetta/olevani huonompi soittaja, jos en koe olevani "paras" tai ainakin "hyvin erityinen" musiikillisten saavutusten suhteen – esimerkiksi jos toinen saman instrumentin soittaja/kollegani saa kutsun keikalle/kokoonpanoon/ musiikilliseen projektiin, johon minua ei edes kysyty.

Pätevyyden kieltäminen ja kiitoksen huomiotta jättäminen

5. Ajattelen, että olen saavuttanut tämän musiikillisen aseman, koska satuin vain olemaan oikeassa paikassa oikeaan aikaan.
9. Mielestäni musiikillinen urani on edennyt osittain siksi, että minun on oletettu olevan musiikillisesti taitavampi kuin oikeasti olenkaan.
10. Minun on vaikea ottaa vastaan kehuja tai kiitosta omasta soitosta.
11. Minusta tuntuu, että jotkut musiikilliset onnistumiseni ovat johtuneet vain hyvästä tuurista.
16. Jos onnistun upeasti konsertissa, ja yhtyettäni/bändiäni/orkesteriani/kuoroani ylistetään, vähättelen oman osaamiseni merkitystä.

Pelko ja syyllisyys

13. Pelkään, että muut huomaavat, kuinka paljon puutteita musiikillisessa osaamisessani on.
19. Jos olen saamassa upean tilaisuuden tai ylennyksen musiikillisella urallani, epäroin kertoa muille, kunnes se on varmasti virallinen fakta.

KUVIO 2. Musiikillisesti modifioidut ja suomennetut CIPS-väittämät luokiteltuna Clancen (1985) kuuden huijarisyndrooman ilmenemismuodon mukaisesti.

4.3 Aineiston analyysi

Halusin selvittää, kuinka monet musiikin ammattiopiskelijat kokevat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia ja esiintyykö näitä ajatuksia erityisesti jossakin tiettyssä ryhmässä musiikin ammattiopiskelijoista muodostuvan ryhmän sisällä. Siirsin Webropolista aineistoni SPSS (Statistical Package for Social Sciences) -ohjelmistoon, joka on hyvin monipuolinen tilastollisen tietojenkäsittelyn ohjelmisto (Valtari 2004, 2).

SPSS-ohjelman avulla tutkin taustamuuttujien (ikä, sukupuoli, pääinstrumentti, pop/jazz vs. klassinen musiikki) suhdetta CIPS-arvoihin. Pyrin tilastollisten testien avulla selvittämään, selittävätkö nämä eri taustamuuttujat eroja huijarisyndrooman kokemisen määrässä. Tilastollisina testeinä hyödynnettiin korrelaatiota (Pearson), t-testiä, ja varianssianalyysia (ANOVA). Lisäksi ryhmitteleviä muuttujia tutkittiin kaksisuuntaisen varianssianalyysin avulla, jossa kahta eri ryhmittelevää muuttujaa tarkasteltiin yhtäaikaaisesti suhteessa CIPS -keskiarvoihin. Tällä tavoin pystyttiin selvittämään mahdollisia interaktioita, eli muuttujien yhteisvaikutuksia CIPS:n suhteen.

Käytin kyselylomakkeessani Likertin asteikkoa, josta sain tulokseksi lukuja välille 1-4. Valitsin 4-portaisen asteikon, koska sen avulla sain selkeästi jakautuneita vastauksia välille "Samaa mieltä" tai "Eri mieltä", kun "Silloin tällöin" tai muu suurpiirteinen vastausvaihtoehto ei ollut valittavissa. Vastaajan oli siis selvästi valittava oma mielipiteensä näiden väliltä. Jos vastaaja oli vastannut "en tiedä" (0), tyhjä vastaus korvattiin aineistossa esiintyvällä CIPS-keskiarvolla (2.91). Halusin tarkastella vastauksia myös suhteessa huijariajattelun yleisiin tasoihin. Clance (1985) kehitti CIPS:in sen määrittelemiseksi, oliko henkilöillä huijariajattelua ja kuinka laajasti he siitä kärsivät. Testin 20 kysymyksen jälkeen saadut pisteet vastauksista lasketaan yhteen; jos yhteenlaskettu pistemäärä on 40 tai alle, voi olla hyvin pientä huijariajattelua. Jos pisteet ovat 41-60, on kohtalaisesti huijariajattelua ja jos pisteet ovat 61-80, on henkilöllä paljon huijarituntemuksia. Jos pisteet ylittävät 80, on todella vahvoja tuntemuksia, ja mitä korkeammat pisteet ovat, sitä enemmän huijariajattelua ilmenee. Aineistonkeruussa käytetty 1-4-portainen asteikko muutettiin 5-portaiseksi ja kullekin vastaajalle laskettiin alkuperäisen asteikon arvoja vastaava CIPS-summamuuttuja.

Lisäksi tarkastelin CIPS-mittarin eri väittämiä suhteessa toisiinsa: taulukoin keskiarvot, moodit ja keskihajonnat eri tilanteista, joissa huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia koetaan. Näistä voitiin nostaa korkeimpia keskiarvoja saaneita sekä matalimpia keskiarvoja saaneita väittämiä esiin. Luokittelin näin myös

vastaukset, joissa kerrottiin omista odotuksista; taulukkoon laitoin esiin tulosten keskiarvon, moodin sekä keskihajonnan, ja vertasin tuloksia toisiinsa.

4.4 Tutkimusmenetelmän luotettavuuden arviointi ja tutkimuseettinen pohdinta

Tutkimukseni noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä, ja tutkimusprosessissa on noudatettu yleisesti huolellisuutta ja rehellisyyttä. Tutkimuseettisestä näkökulmasta pidin huolta, ettei kukaan vastaajista ole tunnistettavissa tutkimuksen tuloksista; kyselyssä ja raportoinnissa vastaajien anonymiteettia on suojeltu. Lupasin myös tutkimuskyselylomakkeessani, että heitä ei tulla tunnistamaan julkaistusta tutkielmasta. Olin koko tutkimusprosessin ajan hyvin tarkka tämän asian kanssa.

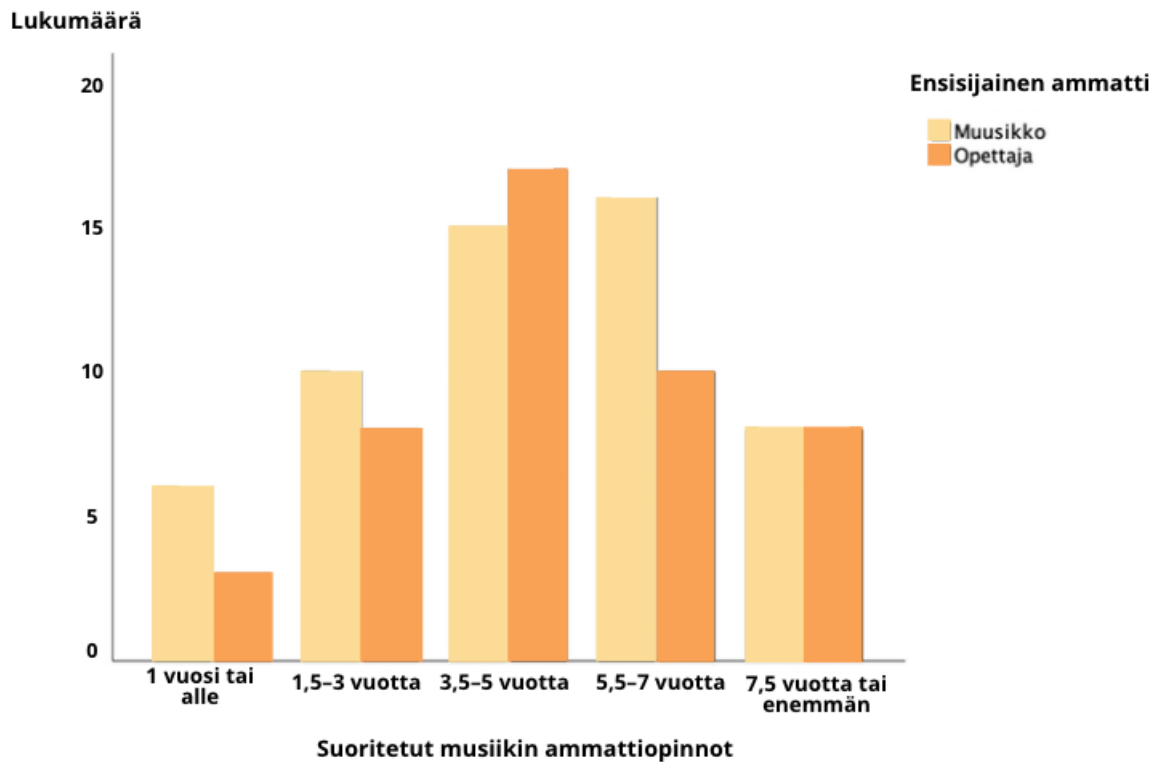
Myös tutkimuksessa käytettävään mittariin, CIPS:iin, on pyydetty ja saatu henkilökohtaisesti lupa - myös mittarin modifiointiin ja suomentamiseen. Tutkimuskyselylomakkeesta kävi myös selvästi ilmi, että kyseessä on tutkimus, joten se oli myös tutkimukseen osallistuvilla selvästi tiedossa. Jokaiselta tutkittavalta pyydettiin ja saatiin myös tutkimuslupa. Tutkimuskyselylomake luotiin huolellisesti ja ajatuksen kanssa teoreettiseen viitekehykseen nojaten.

Vallin (2018) mukaan eniten virheitä kyselylomakkeissa aiheuttaa kysymysten muotoilu; mikäli vastaaja käsittää kysymyksen eri lailla kuin tutkija on tarkoittanut, tulokset vääristyvät. Kysymykset eivät myöskään saa millään tapaa johdatella vastaamaan tietyllä tapaa. (Valli 2018, 93-94.) Kyselylomakkeella suoritettavassa tutkimuksessa etuna kuitenkin on, että kysymykset ovat täysin identtiset kaikille tutkittaville ja ne esitetään täysin samalla tavalla (Vilka 2007, 28). Tässä tutkimuksessa varsinaista operationalisointia ei tarvinnut tehdä, sillä käytin Clancen mittaria vahvasti apuna. Kuitenkin mielenkiintoinen havainto aineiston perusteella tutkimuskyselylomakkeesta oli, että ainakin kaksi vastaajaa olivat ajatelleet, että kysymyksessä "Missä seuraavista tilanteista kokisit huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia eniten (voit vastata useamman)" vaihtoehto "konserteissa" voisi tarkoittaa

konserttia, jossa henkilö on katsomassa taitavaa soittajaa. En todellakaan osannut ottaa tätä huomioon, vaan täysin automaattisesti ajattelin sen tarkoittavan konserttia, jossa henkilö esiintyy itse. Tämä saattaa aiheuttaa pientä epäluotettavuutta tuon tuloksen kohdalla, jos muutkin tutkittavat ovat ajatelleet asettelun eri tavalla.

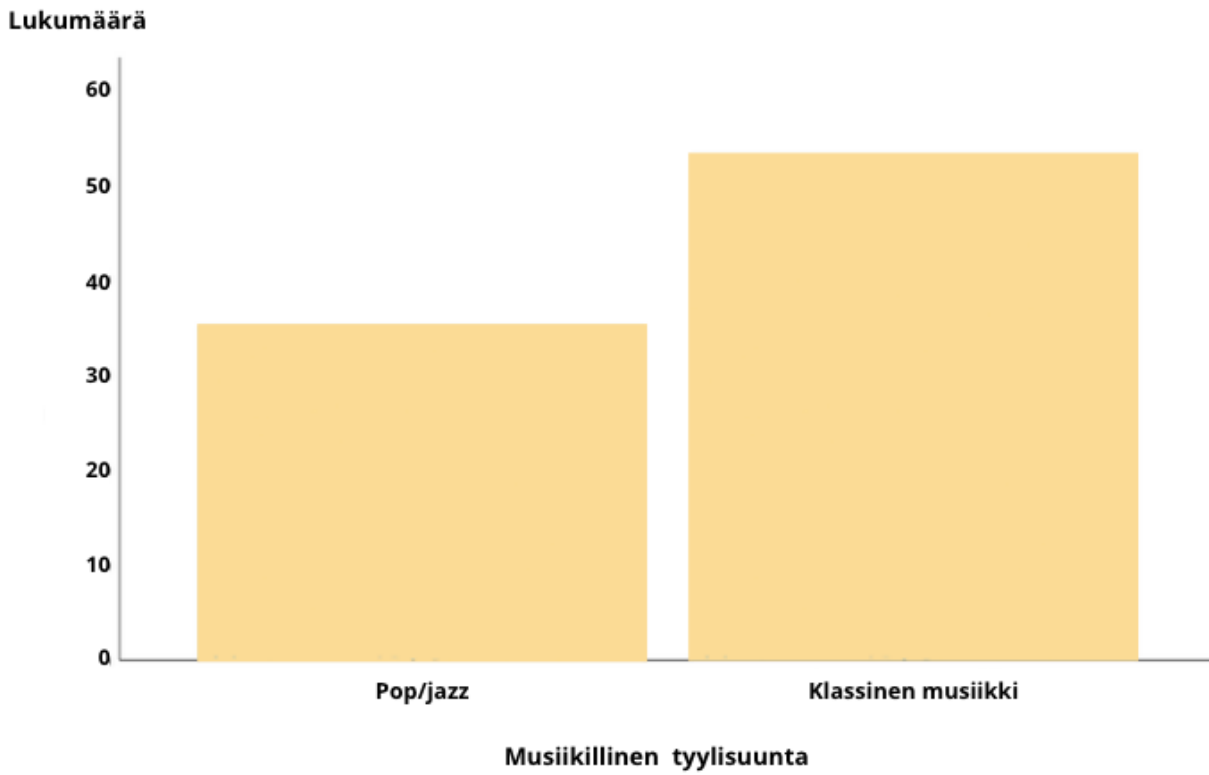
4.5 Tutkittava joukko

Tutkimuksen tutkittavana joukkona toimivat musiikin ammattiopiskelijat ympäri Suomen (n=112). Tutkimukseen osallistuneet musiikin ammattiopiskelijat olivat opiskelleet musiikkia ammatillisesti vastaushetkellä kuvion 3 mukaisesti. Yleisin opintojen pituus oli 3,5-7 vuotta. Kuviossa 3 tutkittavat on jaettu myös muusikoihin ja opettajiin ilmoittamansa ensisijaisen ammatin perusteella. Tutkittavilta kysyttäessä heidän ensisijaisesta tavoitteesta musiikillisella urallaan yli puolet tutkittavista ilmoittivat ensisijaiseksi uralliseksi tavoitteekseen "esiintyvä muusikko". Muita vaihtoehtoja olivat soitonopettaja tai musiikinopettaja, mutta päätin yhdistää nämä kaksi luokkaa "opettaja" -luokaksi. Näin tutkittavat jakautuvat luokkiin tasaisemmin, jolloin voin tarkastella tuloksia suhteessa muusikoihin luotettavammin.



KUVIO 3. Tutkittavan joukon eli musiikin ammattiopiskelijoiden jakautuminen suoritettujen musiikin ammattiopintojen ja ensisijaisen ammatin perusteella.

Tutkittavista musiikin ammattiopiskelijoista 67% oli naisia, 30% miehiä ja 3% ei halunnut mainita asiaa. Yleisin ikä oli 24–26 vuotta. Lisäksi tutkittavat jaettiin musiikillisen tyyliuunnan mukaisesti “pop/jazz” tai “klassinen musiikki” -luokkiin (ks. kuvio 4). Kuvio 4 ilmenee, että yli puolet vastaajista ilmoittivat ensisijaiseksi tyyliuunnakseen klassisen musiikin.



KUVIO 4. Tutkittavien musiikin ammattiopiskelijoiden jakautuminen musiikillisen tyylisuunnan mukaan.

5 TULOKSET

Tässä luvussa esittelen tulokset neljässä alaluvussa vastaten määriteltyihin tutkimuskysymyksiin peilaten tuloksia hypoteeseihin. Ensimmäisessä alaluvussa käsitellään musiikin ammattiopiskelijoiden huijarisyndroomasta ja sen yleisyydestä saatuja tuloksia. Toisessa alaluvussa tarkastellaan musiikin ammattiopiskelijoiden ryhmiä (klassiset muusikot, pop/jazz -muusikot, nuoret, miehet), joiden keskuudessa huijarisyndroomaa koetaan eniten. Kolmas alaluku keskittyy tilanteisiin, joissa huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia syntyy eniten. Viimeinen alaluku käsittelee alakysymystä, jonka tarkoituksena on kartoittaa oletuksia, joita huijarisyndroomaan ja perfektionismiin liittyy musiikillisessa kontekstissa.

5.1 Musiikin ammattiopiskelijoiden huijarisyndroomaan viittaavien ajatusten kokeminen

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli selvittää, kokevatko musiikin ammattiopiskelijat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Tässä apuna käytettiin Pauline Clancen IP scalea (CIPS), jota modifioitiin musiikilliseen kontekstiin sopivammaksi. Tämä mittari sisälsi 20 väittämää, johon musiikin ammattiopiskelijat vastasivat 1–4 sen mukaan, kuinka eri mieltä (1) tai samaa mieltä (4) he olivat heihin kohdistuneista väittämistä (ks. liite 1). Tämän musiikillisesti modifioidun neliportaisen CIPS:in avulla voidaan tarkastella keskiarvoja, moodeja ja keskihajontaa vastausten (n=112) kesken. Voidaan tarkastella myös väittämiä, jotka erityisesti nousivat sopiviksi tai epäsopiviksi väittämiksi musiikin ammattiopiskelijoiden keskuudessa.

CIPS:in kaikkien väittämien keskiarvot, moodit ja keskihajonnat on esitelty taulukossa 1. Tutkittaessa Clancen modifioidun CIPS-mittarin väittämien vastausten moodia lähes kaikissa kysymyksissä se on 3,0 ja keskiarvo myös pyöristyy kolmeen. Keskihajonta on vastauksissa melko pieni. Vaikuttaisi siis siltä, että musiikin

ammattiopiskelijat selvästi kokevat huijarisyndroomaan viittaavia tunteita (ks. taulukko 1).

TAULUKKO 1. Musiikillisesti modifioidun CIPS-väittämien keskiarvo, moodi ja keskihajonta.

Musiikillisesti modifioitu CIPS-väittäjä	Keskiarvo (Ka)	Moodi (Mo)	Keskihajonta
1. Olen usein onnistunut hyvin konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/ koesoitossa, vaikka pelkäsin etukäteen, etten tule onnistumaan.	3,4	3,0	.598
2. Osaan antaa vaikutelman, että olen parempi soittaja kuin oikeasti olenkaan.	2,9	3,0	.958
3. Jos mahdollista, välttelen tilanteita, joissa soittotaitoani arvioidaan.	2,9	3,0	.961
4. Kun opettajani/kollegani kehuu minua musiikillisista saavutuksistani tai soittotaidoistani, pelkään, etten voi vastata hänen odotuksiinsa jatkossa.	2,7	3,0	1.104
5. Ajattelen, että olen saavuttanut tämän musiikillisen aseman, koska satuin vain olemaan oikeassa paikassa oikeaan aikaan.	2,4	2,0	1.077
6. Pelkään, että itselleni tärkeille ihmisille paljastuu, etten olekaan yhtä lahjakas musiikillisesti kuin he kuvittelevat.	2,6	3,0	1.161
7. Muistan helpommin soittotunnit/harjoitukset/konsertit, joissa en ole pystynyt antamaan parastani kuin ne, joissa olen pysynyt parhaimpaani.	2,9	3,0	1.023
8. Suoriudun vain harvoin konsertista/tutkinnosta/ koesoitosta niin hyvin kuin haluaisin.	2,9	3,0	.963
9. Mielestäni musiikillinen urani on edennyt osittain siksi, että minun on oletettu olevan musiikillisesti taitavampi kuin oikeasti olenkaan.	2,5	3,0	1.075
10. Minun on vaikea ottaa vastaan kehuja tai kiitosta omasta soitosta.	2,9	3,0	.997
11. Minusta tuntuu, että jotkut musiikilliset onnistumiseni ovat johtuneet vain hyvästä tuurista.	2,5	3,0	.971
12. En ole tyytyväinen tämän hetkiseen musiikilliseen uraani ja ajattelen, että pitäisi saavuttaa paljon enemmän.	3,1	3,0	.985
13. Pelkään, että muut huomaavat, kuinka paljon puutteita musiikillisessä osaamisessani on.	3,2	3,0	.985
14. Olen epäroinyt musiikilliseen projektiin osallistumista epäonnistumisen pelon vuoksi, vaikka olen usein suoriutunut samanlaisista konserteista/keikoista/ tutkinnoista hyvin.	2,8	3,0	1.157
15. Kun onnistun konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/ koesoitossa ja saan huomiota onnistumisestani pelkään, etten pysty onnistumaan jatkossa yhtä hyvin.	2,5	2,5	1.062
16. Jos onnistun upeasti konsertissa, ja yhtyettäni/bändiäni/orkesteriani/kuoroani ylistetään, vähättelen oman osaamiseni merkitystä.	2,7	3,0	1.091
17. Vertaan musiikillista osaamistani ja soittotaitoani ympärilläni oleviin ihmisiin ja ajattelen, että he ovat paljon taitavampia kuin minä.	3,4	4,0	.829
18. Pelkään usein, etten onnistu konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/koesoitossa omasta mielestäni riittävän hyvin, vaikka muut ympärilläni kannustavat ja uskovat, että onnistun oikein hyvin.	3,1	3,0	.866
19. Jos olen saamassa upean tilaisuuden tai ylennyksen musiikillisella urallani, epäroin kertoa muille, kunnes se on varmasti virallinen fakta.	3,1	3,0	1.089
20. Koen alemmuuden tunnetta/olevani huonompi soittaja, jos en koe olevani "paras" tai ainakin "hyvin erityinen" musiikillisten saavutusten suhteen - esimerkiksi jos toinen saman instrumentin soittaja/kollegani saa kutsun keikalle/kokoonpanoon/ musiikilliseen projektiin, johon minua ei edes kysyty.	3,1	3,0	.992

Taulukosta 1 on havaittavissa, että kolmessa väittämässä (1., 17. ja 13.) keskiarvot kohosivat muita korkeammalle. Näihin väittämiin siis samaistuttiin eniten musiikin ammattiopiskelijoiden kesken. Nämä väittämät esiintyvät taulukossa 2.

TAULUKKO 2. Musiikillisesti modifioidun CIPS:in väittämien kolme korkeinta keskiarvoa.

Musiikillisesti modifioitu CIPS-väittämä	Keskiarvo (Ka)	Moodi (Mo)	Keskihajonta
1.Olen usein onnistunut hyvin konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/ koesoitossa, vaikka pelkäsin etukäteen, etten tule onnistumaan.	3,4	3,0	.598
17. Vertaan musiikillista osaamistani ja soittotaitoani ympärilläni oleviin ihmisiin ja ajattelen, että he ovat paljon taitavampia kuin minä.	3,4	4,0	.829
13. Pelkään, että muut huomaavat, kuinka paljon puutteita musiikillisessa osaamisessani on.	3,2	3,0	.985

Korkeiden keskiarvojen joukosta ensimmäinen väittämä (1.) viittaa vahvasti tunteeseen siitä, että ennen julkista esitystä on koettu epävarmuutta omasta osaamisesta, mikä on kuitenkin osoittautunut turhaksi peloksi. Toinen väittämä (17.) taas ilmaisee vertailua, eli musiikin ammattiopiskelijat vertaavat herkästi itseään muihin ympärillä oleviin taitaviin ihmisiin, ja kokevat sitä kautta olevansa huonompia kuin muut. Kolmas väittämä (13.) viittaa siihen, että musiikin ammattiopiskelijat pelkäävät muiden huomaavan, että omassa osaamisessa on joitain puutteita.

Taulukosta 1 voitiin poimia myös matalimmat keskiarvot, joita löytyi neljässä väittämässä (5., 9., 11. ja 15.) Nämä väittämät kuvaavat siis vähiten huijarisyndroomaan viittaavien ajatusten kokemista musiikin ammattiopiskelijoiden kesken. Nämä väittämät koottiin taulukkoon 3.

TAULUKKO 3. Musiikillisesti modifioidun CIPS:in väittämien neljä matalinta keskiarvoa.

Musiikillisesti modifioitu CIPS-väittämä	Keskiarvo (Ka)	Moodi (Mo)	Keskihajonta
5. Ajattelen, että olen saavuttanut tämän musiikillisen aseman, koska satuin vain olemaan oikeassa paikassa oikeaan aikaan.	2,4	2,0	1.077
9. Mielestäni musiikillinen urani on edennyt osittain siksi, että minun on oletettu olevan musiikillisesti taitavampi kuin oikeasti olenkaan.	2,5	3,0	1.075
11. Minusta tuntuu, että jotkut musiikilliset onnistumiseni ovat johtuneet vain hyvästä tuurista.	2,5	3,0	.971
15. Kun onnistun konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/koesoitossa ja saan huomiota onnistumisestani pelkään, etten pysty onnistumaan jatkossa yhtä hyvin.	2,5	2,5	1.062

Matalien keskiarvojen ensimmäinen (5.) ja kolmas (11.) väittämä viittaavat siihen, että musiikin ammattiopiskelijat eivät juurikaan koe saavuttaneensa musiikillisen asemansa tai onnistumisensa tuurilla. Toinen väittämä (9.) taas ilmaisee, että musiikin ammattiopiskelijat eivät koe musiikillisen uran edenneen siksi, että heidän olisi oletettu olevan taitavampia kuin oikeasti ovat. On kuitenkin huomionarvoista, että väittämissä 9. ja 11. moodi on kuitenkin 3,0, eli monet musiikin ammattiopiskelijat ovat kuitenkin kertoneet olevansa osittain samaa mieltä. Neljäs väittämä (15.) näyttää siltä, että musiikin ammattiopiskelijat eivät pelkää tärkeiden onnistumistensa nostavan pelkoa siitä, etteivät jatkossa onnistuisi yhtä hyvin.

Missään väittämässä kuitenkaan moodi tai keskiarvo ei ole alle 2,0, jolloin vastaukset jakautuisivat selkeästi linjaan 1 = Täysin eri mieltä, 2 = Osittain eri mieltä. Vastaukset kasautuvat siis kaikissa väittämissä siihen suuntaan, että osa musiikin ammattiopiskelijoista kokee ainakin osittain itseään koskeviksi väittämiksi myös nämä väittämät, jotka nyt kuvaavat vähiten huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia.

5.2 Tietyt ryhmät, jotka kokevat huijarisyndroomaa

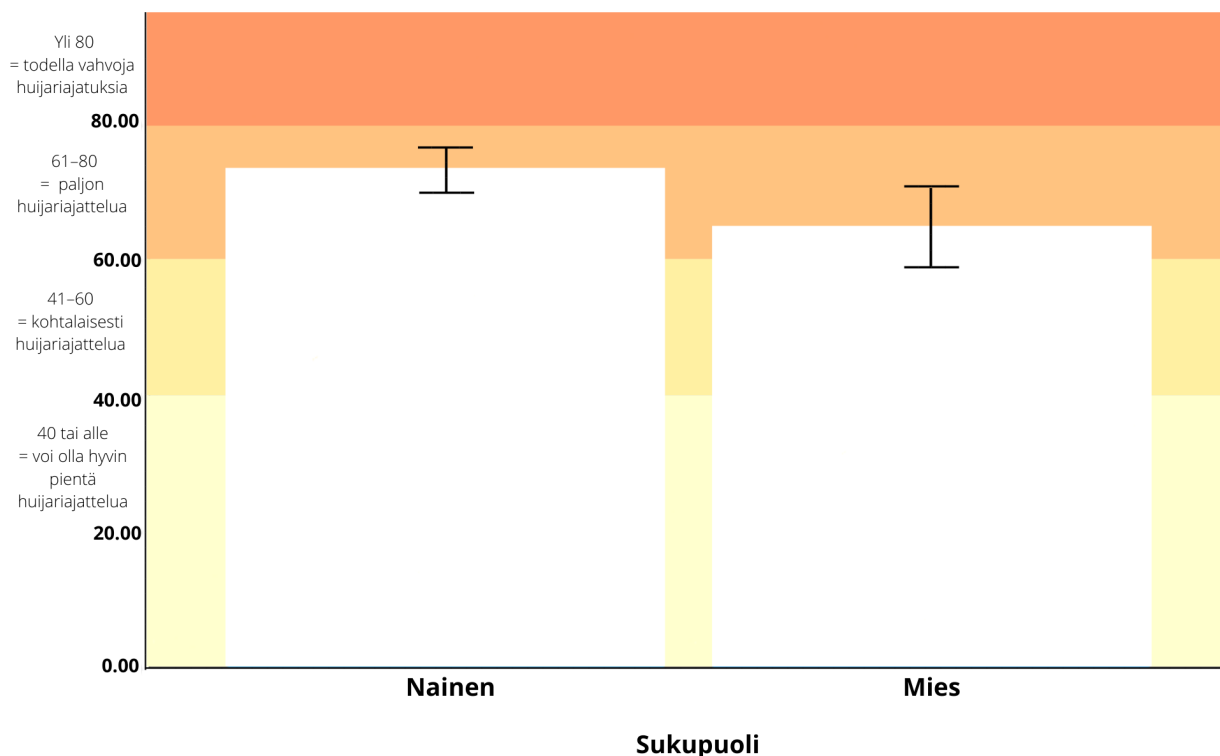
Toisen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli kartoittaa, löytyykö musiikin ammattiopiskelijoiden joukosta selkeitä ryhmiä, joissa huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia koetaan erityisen paljon tai poikkeuksellisen vähän. Näitä ryhmiä

luokiteltiin tutkimuskyselylomakkeen epäsuorien henkilötietojen perusteella, kuten ikä, sukupuoli, tyyliisuunta ja pääinstrumentti. Musiikillisesti modifioidun CIPS:in avulla voidaan tarkastella huijarisyndrooman yleisiä tasoja; mitä korkeammat yhteen lasketut pisteet ovat, sitä enemmän huijariajattelua ilmenee (ks. luku 4.3).

Ensisijainen tavoite musiikillisella uralla (muusikko tai opettaja) ei ollut tilastollisesti merkitsevä muuttuja selittämään huijarisyndroomaan viittavaa ajattelua musiikin ammattiopiskelijoilla $t(99) = -.908$, $p=0,366$, 2-suuntainen. Myöskään opintojen kesto luokittelevana muuttujana ei selittänyt varianssianalyysissä tilastollisesti merkitsevästi huijariajattelua $F(1,305) = .200$.

T-testillä sukupuoli osoittautui tilastollisesti merkitseväksi taustamuuttujaksi: $t(107) = 2,687$, $p=0,008$, 2-suuntainen. CIPS-väittämien yhteenlasketussa summassa naisten keskiarvo oli 73.369 (keskihajonta 14,33, $n=75$) ja miesten keskiarvo oli 64.884 (keskihajonta 17,21, $n=34$). CIPS-mittari rakentuu niin, että mitä korkeammat pisteet CIPS-väittämistä saa, sitä enemmän huijaritunteita kokee (ks. luku 4.3). Clancen (1985) huijariajattelun yleisten tasojen mukaan henkilöllä on paljon huijaritunteuksia, mikäli CIPS-väittämien yhteenlaskettu summa on 61–80. Kuviossa 5 esitellään sukupuolten väliset erot CIPS-väittämien yhteenlaskettujen pisteiden keskiarvoissa suhteessa huijariajattelun yleisiin tasoihin. Sukupuolten välisiä eroja tutkittaessa tutkittavien henkilöiden määrä on 109, sillä 3 vastaajaa ilmoitti kyselylomakkeessa, ettei halua mainita sukupuoltaan.

**CIPS-väittämien keskiarvot ja
huijariajattelun yleiset tasot
Clacen (1985) mukaan**



KUVIO 5. CIPS-väittämien keskiarvot ja Clacen (1985) huijariajattelun yleiset tasot luokiteltuna sukupuolen mukaan.

Myös tyyllisuuntien väliset erot klassisen musiikin ja pop/jazz-musiikin välillä osoittautuivat t-testillä tarkasteltuina tilastollisesti merkitseviksi $t(86) = 2,218$, $p=0,029$, 2-suuntainen. CIPS-väittämien pisteiden summan keskiarvo oli klassisen musiikin ammattiopiskelijoilla 74.123 (keskihajonta 15,782, $n=53$) ja pop/jazz musiikin ammattiopiskelijoilla 66.780 (keskihajonta 14,292, $n=35$). Myös tässä huijarisyndrooman yleiset tasot auttavat havaitsemaan, että merkittävästä erosta huolimatta molemmat ryhmät kokevat paljon huijaritunteita (61-80 pistettä).

Ikä, soitinryhmät, opintojen kesto tai ensisijainen ammatti eivät esiintyneet tilastollisesti merkitsevinä tekijöinä huijarisyndrooman kokemisessa. Näyttäisi kuitenkin siltä, että useamman ryhmittelevän muuttujan interaktio eli ilmiön eri ryhmissä oleva vaikutus osoittaa tiettyjä ryhmiä, joiden huijarisyndroomaan viittaavat ajatukset nousevat vertailussa esiin.

Tyylisuuntien väliset erot ja sukupuolten väliset erot huijarikokemusten suhteen olivat varianssianalyysissa tilastollisesti merkitseviä $F(4,753) = .004$. Klassista musiikkia opiskelevien naisten CIPS-väittämien keskiarvo oli 71.272 (keskihajonta 12.024, $n=21$), ja pop/jazzia opiskelevien miesten keskiarvo oli 59.948. (keskihajonta 15.790, $n=13$). Klassista musiikkia opiskelevat naiset siis kokevat huijarisyndroomaan viittaavia tunteita huomattavasti enemmän kuin pop/jazzia opiskelevat miehet. Taulukossa 4 on esitetty sukupuolten ja tyylisuuntien CIPS-väittämien keskiarvot, keskihajonta, vastanneiden määrä sekä huijarisyndrooman yleinen taso.

TAULUKKO 4. Musiikillisesti modifioidun CIPS:in väittämien keskiarvo, keskihajonta, vastanneiden määrä sekä huijarisyndrooman yleinen taso jaoteltuna sukupuolen ja tyylisuuntien mukaisesti.

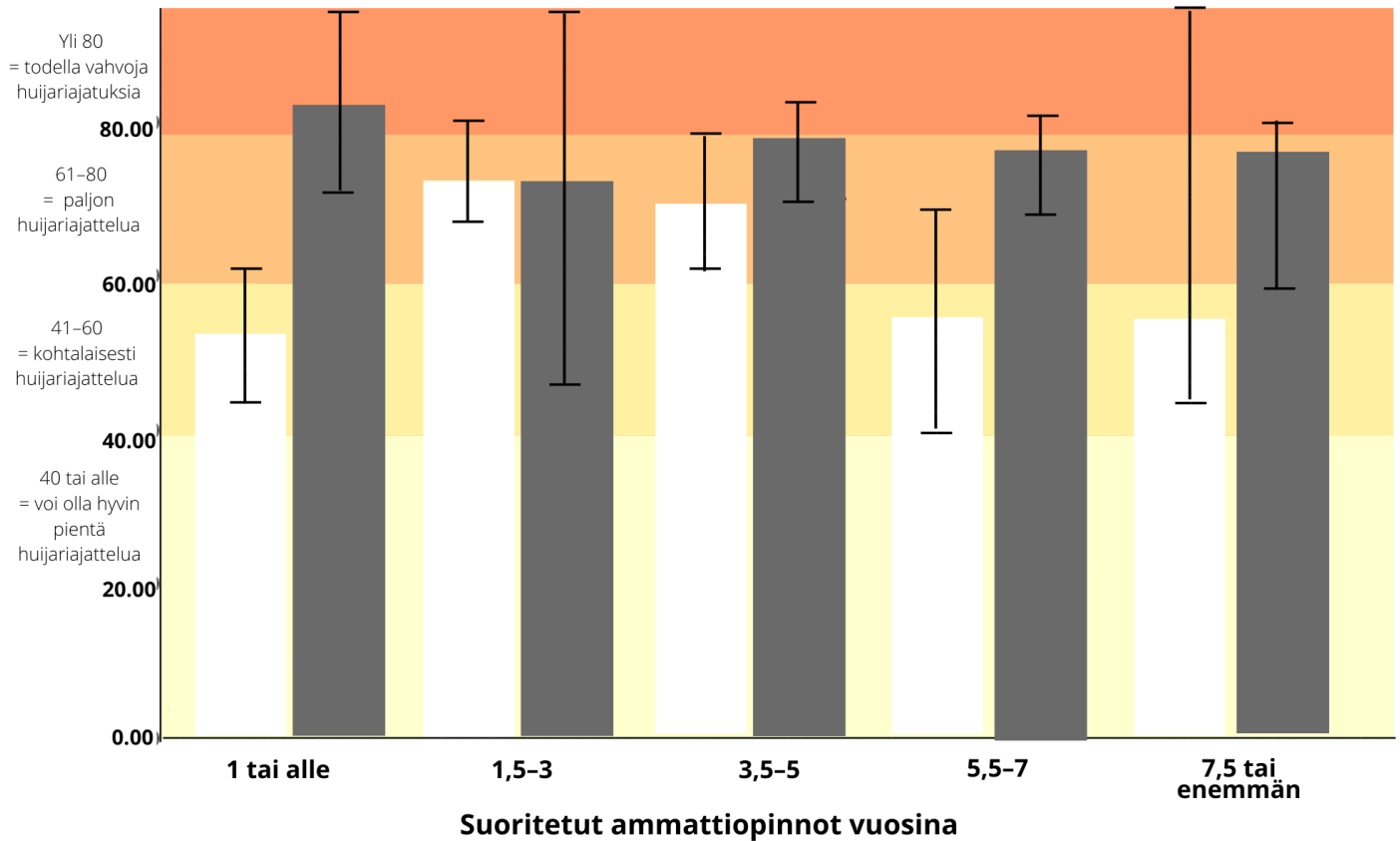
Sukupuoli	Tyylisuunta	CIPS-väittämien keskiarvot	Keskihajonta	N	Huijarisyndrooman yleinen taso
Nainen	Pop/jazz	71.272	12.024	21	61-80 = paljon huijariajattelua
	Klassinen musiikki	76.942	14.266	37	61-80 = paljon huijariajattelua
Mies	Pop/jazz	59.948	15.790	13	41-60 = kohtalaisesti huijariajattelua
	Klassinen musiikki	67.6211	17.617	16	61-80 = paljon huijariajattelua

Tyylisuuntien ja opintovuosien väliltä löytyi melkein merkitsevä interaktio; erot klassisen ja pop/jazzin välillä sekä erot musiikillisten ammattiopintojen pituuden suhteen olivat kaksisuuntaisen varianssianalyysin perusteella tilastollisesti melkein merkitseviä $F(1, 4) = 2.042$; $p = .045$. Klassisen musiikin opiskelijat kokevat huijarisyndroomaan viittaavia tunteita enemmän kuin pop/jazz -musiikin opiskelijat. Kuviossa 6 on nähtävissä, että pop/jazz -musiikin opiskelijat kokevat kaikkein vähiten huijaritunteita ensimmäisinä opiskeluvuosinaan, kun klassisen musiikin opiskelijoilla ilmiö on päinvastainen; klassisen musiikin opiskelijat ovat kokeneet juuri ensimmäisinä opiskeluvuosina huijarisyndroomaan viittaavia tunteita eniten.

CIPS-väittämien keskiarvot ja huijariajattelun yleiset tasot Clacen (1985) mukaan

Musiikin ammattiopintojen tyylisuunta

- Pop/jazz
- Klassinen musiikki



KUVIO 6. CIPS-väittämien keskiarvot ja Clacen (1985) huijariajattelun yleiset tasot luokiteltuna musiikin ammattiopintojen tyylisuunnan sekä suoritettujen ammattiopintojen mukaan.

5.3 Tilanteet, joissa huijarisyndroomaa koetaan eniten musiikin ammattiopiskelussa

Kolmannen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää, millaisissa tilanteissa musiikin ammattiopiskelijat erityisesti kokevat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Tutkimuskyselylomakkeessa oli listattuna erilaisia tilanteita, joista vastaavat saivat valita niin monta kuin halusivat.

Taulukossa 6 on esitetty erilaiset tilanteet, joissa musiikin ammattiopiskelijat kokevat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Taulukossa on ilmoitettu määrä, kuinka moni näin on tutkittavista vastannut sekä prosentuaalinen osuus. On kuitenkin huomattava, että tässä taulukossa kokonaisuus ei ole 100%, sillä tutkittavat saivat valita vaihtoehtoista useita.

Näistä annetuista vaihtoehtoista selvästi eniten vastattiin ”konserteissa”, mikä vastasi myös tutkimuksen hypoteesia. Yllättävää kuitenkin oli, että bändi-/yhtye-/kuoro-/orkesteriharjoitukset koettiin toisiksi jännittävimmiä, eikä esimerkiksi tutkintoja tai koesoittoa. Hypoteesini oli, että tällaiset julkiset esiintymiset olisivat enemmän huijarisyndroomaa nostavia tilanteita. Näin ei kuitenkaan ollut.

TAULUKKO 5. Tilanteet, joissa musiikin ammattiopiskelijat kokevat huijarisyndroomatunteita eniten.

Tilanteet, joissa huijarisyndroomaa koetaan eniten	n	%
Konserteissa	74	66,1
Harjoituksissa (bändi, yhtye, kuoro, orkesteri)	63	56,3
Tutkinnoissa	60	53,6
Koesoittoissa	53	47,3
Ryhmäsoittotunneilla	49	43,8
Soittotunneilla	31	27,7
Muissa tilanteissa	17	15,2

“Muissa tilanteissa” -kohtaan mainittiin muun muassa: “kun muut saavuttavat hienoja etappeja ja onnistuvat tekemisissään”, “kun käyn konsertissa, johon minua ei pyydetty soittamaan”, “äänityksissä” ja “jameissa”. Vain kaksi musiikin ammattiopiskelijaa vastasi, etteivät koe huijarisyndroomaan viittaavia tunteita lainkaan. Tutkimuskyselylomakkeen lopussa avoimessa kysymyksessä “Tähän voit halutessasi lisätä ajatuksia tai muistoja, joita kyselyn aikana heräsi:” eräs tutkittava pohti, kuinka perhetaustat ja lapsuus voivat myös vaikuttaa huijarisyndrooman ilmenemiseen.

5.4 Musiikin ammattiopiskelijoiden omat odotukset ja muiden odotukset omaa tekemistä kohtaan

Neljäs alaluku keskittyy päätutkimuskysymyksistä johdettuun alakysymykseen, jonka tarkoituksena oli selvittää, millaiset odotukset vaikuttavat musiikin ammattiopiskelijoihin kaikkein eniten suhteessa huijarisyndroomaan. Kolmijakoinen asettelu perustuu Flettin & Hewittin (2002) perfektionismiteoriaan (ks. luku 3.3).

Tutkittavista liki puolet (46,4%) oli täysin sitä mieltä, että omat odotukset omaa musiikillista tekemistä kohtaan herättävät huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Tutkittavista myös 41% koki, että on ainakin osittain sitä mieltä, että omat odotukset omaa musiikillista tekemistä kohtaan herättävät näitä ajatuksia. 28% tutkittavista oli sitä mieltä, että muiden (ääneen sanomattomat) odotukset aiheuttavat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia, ja 47,3% koki näin ainakin osittain. Hypoteesini oli, että suurempi osa vastaisi muiden ääneen sanomattomien odotusten olevan huijarisyndroomaan viittaavien ajatusten laukaisijana, mutta näin ei ollut. Vain 6,3% oli täysin sitä mieltä, että muiden ääneen sanomat odotukset herättävät huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia, mutta kuitenkin 42,9% oli osittain sitä mieltä.

Taulukkoon 6 on taulukoitu nämä kolme odotuksiin liittyvää väittämää. Korkeimman keskiarvon (3,4) sai omat odotukset omaa tekemistä kohtaan. Selvästi myös muiden odotukset tuntuivat aiheuttavan enemmän huijarisyndroomaan viittaavia tunteita (ka 3,2), jos odotuksia ei ole edes sanottu ääneen vaan odotusten kohteenaolija on päätellyt ne itse.

TAULUKKO 6. Huijarisyndroomaan viittaavat ajatukset mukailten Flettin & Hewittin (2002) perfektionismiteoriaa.

Koen, että huijarisyndroomaan viittaavat ajatukset johtuvat eniten...	Keskiarvo	Mediaani	Keskihajonta
...omista odotuksistani omaa tekemistäni kohtaan.	3,4	3,5	.800
...muiden odotuksista omaa tekemistäni kohtaan, vaikka olen itse asiassa päätellyt muiden odotukset itse - he eivät ole kertoneet niitä ääneen.	3,2	3,0	.948
...muiden ääneen kertomista odotuksista omaa tekemistäni kohtaan.	2,5	3,0	1.090

6 POHDINTA

Tässä luvussa tarkastelen saatuja tuloksia ja pohdin tutkimuksen luotettavuutta. Lopuksi esittelen ja pohdin muutamia jatkotutkimusaiheita, joiden avulla huijarisyndrooman ilmiöstä voitaisiin saada lisää tietoa.

6.1 Tulosten tarkastelu

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, kokevatko musiikin ammattiopiskelijat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia, ja jos kokevat, niin kuinka paljon ja millaisissa tilanteissa. Tuloksista nousi vahvasti esiin, että musiikin ammattiopiskelijat kokevat vahvasti huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia. Huijarisyndroomaan viittaavat ajatukset vaikuttaisivatkin olevan monen muuttujan summa ja yleisiä kaikilla musiikin ammattiopiskelijoilla. Tuloksista nousi kuitenkin esiin myös muutamia erityisiä tekijöitä, jotka ainakin osittain selittävät huijarisyndrooman ilmenemistä.

Tutkimuskyselylomakkeen lopussa avoimessa kysymyksessä eräs tutkittava pohti, kuinka perhetaustat ja lapsuus voivat myös vaikuttaa huijarisyndrooman ilmenemiseen (ks. luku 5.3). Tiedostin tämän seikan itsekkin jo teoreettisen viitekehyksen hahmottelun sekä tutkimuskyselylomakkeen luonnosteluvaiheessa, jo paljon ennen kyselyn julkaisua. Totesin, että tutkielmasta ja kyselystä tulee aivan liian laaja, jos lähdän ilmiön juurille asti ja pyrin huomioimaan jokaisen huijarisyndroomaan vaikuttavan muuttujan. Tässä tutkielmassa on siis merkittävää huomioida, että tutkittavien lapsuus sekä perhetaustat kiistatta vaikuttavat vahvasti tuloksiin, vaikka niitä ei otetakaan huomioon. Tiina Ekman (2017) toteaa huijarisyndrooman juurten olevan siinä, että lapsi kohdataan ristiriitaisilla tavoilla. Ristiriitaiset kokemukset voivat kummuta esimerkiksi siitä, että vanhemmat tai muu lähipiiri ovat asettaneet lapselle kohtuuttomia odotuksia vaikkapa suhtautumalla lapseen kuin hän osaisi jo kaiken. Mikäli lapsi nähdään täysin eri valossa eri ympäristöissä, on tämä omiaan aiheuttamaan haasteita myös todenmukaisen

minäkuvan muodostamiselle. Jos esimerkiksi lasta pidetään kotona yleisnerona, mutta koulussa oppiminen vaatiikin ponnisteluja tai tuottaa vaikeuksia, se aiheuttaa lapselle hyvin vahvan ristiriidan. Näistä asioista pitäisikin pystyä keskustelemaan lapsen kanssa. Muutoin lapsi keksii jonkin selityksen tälle ristiriidalle. Tässä kohdassa huijarisyndrooma nappaa roolinsa.

Luokittelin CIPSin väittämät Clancen (1985) kuuden huijarisyndrooman ilmenemismuodon mukaisesti kategorioihin (ks. luku 4.2), ja Clancen (1985) kuusi huijarisyndrooman ilmenemismuotoa (ks. luku 5.1) nousivat mielenkiintoisesti esiin myös tutkimuksen tuloksissa, sillä kolme korkeinta keskiarvoa saanutta väittämää (1., 13. ja 17.) kuuluvat jokainen eri huijarisyndrooman ilmenemismuotoon. Väittämä 1. "olen usein onnistunut hyvin konsertissa/tutkinrossa/harjoituksissa/koesoitossa, vaikka pelkäsin etukäteen, etten tule onnistumaan" kohosi toiseksi suurimmista keskiarvoista. Tämä vahvistaa huijariajattelun kehän olemassaoloa, sillä selvästi hyvin monen tutkittavan eteen on tullut vaativa tehtävä, mistä selviytymistä tutkittava on epäillyt paljon, mutta turhaan. Toisen suurimmista keskiarvoista saanut väittämä 17. "vertaan musiikillista osaamistani ja soittotaitoani ympärilläni oleviin ihmisiin ja ajattelen, että he ovat paljon taitavampia kuin minä" vahvistaa taas supersankarinäkemyksiä, sillä kaiken pitäisi onnistua täydellisesti, tai muuten kokee osaamattomuutta tai epäpätevyiden tunteita. Väittämä 13. "pelkään, että muut huomaavat, kuinka paljon puutteita musiikillisessä osaamisessani on" on laitettuna kategoriaan pelko ja syyllisyys, ja keskiarvo oli kolmanneksi suurin. Tässä tapauksessa tutkittava kokee syyllisyyttä omasta "huonommuudestaan" ja pelkää paljastuvansa huijariksi.

Huijarisyndrooman ilmenemismuodoista tarve olla erityinen tai olla paras tuntuu olevan myös jollain tapaa erityinen kategoria musiikin ammattiopiskelijoille; Clancen (1985) mukaan huijariajattelua kokevat ovat usein olleet koko kouluaikinsa luokan parhaimmista. Tämä tilannehan on hyvin yleinen, kun pienemmän paikkakunnan musiikkiopiston paras saapuu isompaan kaupunkiin. Usein hän on identifioitunut kuntansa parhaaksi omassa

instrumentissaan ja kolaus totisesti voi olla kova, kun tämä tajuaa, että muitakin yhtä hyviä löytyy toisista kaupungeista. Silloin musiikillinen identiteetti alueensa parhaasta muuttuukin yhdeksi näistä hyvistä muusikoista. Voi olla erittäin mieluisaa sopeutua osaksi hyvien soittajien ryhmää, mutta samalla siinä menettää oman erityisyytensä, kun kaikki ryhmässä ovatkin hyviä juuri soittajina. Tämä voi aiheuttaa tarpeen täydellisyyteen pyrkimisestä.

Oli mielenkiintoista, että muiden odotukset aiheuttavat enemmän huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia, jos odotusten kohteenaolija on päätellyt muiden odotukset itse, eikä niitä ole kerrottu hänelle itse. Tässä harmittavakin seikka on se, että olettamukset muiden odotuksista eivät hyvin todennäköisesti pidä paikkaansa, sillä kukaan ei ole sanonut niitä ääneen. Tavallaan näiden odotusten aiheuttamat negatiiviset tunteet ovat siis jollain tapaa myös todella turhia, minkä vuoksi tilanne on ikävä. Tätä asetelmaa Hewitt & Flett (1991) kutsuvat siis muuhun suuntautuneeksi perfektionismiksi (ks. luku 3.3). Kaikkein vahvimaksi huijarisyndroomaan viittavien ajatusten syyksi nostettiin kuitenkin itseän suuntautunut perfektionismi, eli omat odotukset omaa tekemistä kohtaan. Tämä taas liittyy tiettyyn musiikon itsekriittisyyteen, mitä jonkin verran myös vaaditaan musiikin ammattiopiskelussa. Huijarisyndrooma musiikin ammattiopiskelussa ilmenee siis mielenkiintoisesti erilaisilla tasoilla; toisaalta esimerkiksi pelko ja syyllisyys, tarve olla paras tai erityinen tai huijariajattelunkehä ohjailevat musiikin ammattiopiskelijän ajatuksia ja aiheuttavat huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia, mutta toisaalta myös omat ja muiden odotukset ohjaavat musiikin ammattiopiskelijän ajatuksia omasta musiikillisesta toiminnasta.

Kuten aiemmin mainitsin, hypoteesini oli, että naiset kokisivat enemmän huijarisyndroomaan viittaavia tunteita. Vaikka naiset kokevat huijarisyndroomaan viittaavaa ajattelua merkittävästi enemmän, kokevat molemmat sukupuolet silti huijaritunteita voimakkaasti. On olennaista ymmärtää, että molempien sukupuolten CIPS-väittämien summan keskiarvo sijoittui huijarisyndrooman yleisillä tasoilla luokkaan "kokee paljon huijariajattelua". Kyseessä ei siis lainkaan ole ainoastaan

naisia koskeva ilmiö, kuten Imes (1979) ja Harvey (1981) ovat myös havainneet. Toinen hypoteesini oli, että klassisen musiikin opiskelijat kokevat huijariajattelua enemmän, ja myös tämä näkyi tuloksissa selvästi. Saadut tulokset siis vastaavat hypoteesiani.

Musiikin ammattiopiskelijoista naiset kokevat huijarisyndroomaa miehiä enemmän, ja tyyliuunnista klassisen musiikin opiskelijat kokevat huijarisyndroomaa enemmän kuin pop/jazz musiikin opiskelijat. Lisäksi ammattiopinnoissa klassisen musiikin opiskelijat kokevat huijaritunteita enemmän ensimmäisinä vuosina, kun pop/jazz -musiikin ammattiopiskelijat kokivat näitä tunteita vähiten ensimmäisinä vuosina. Näyttäisi siis siltä, että klassisen musiikin ammattiopinnot ovat melko raskaat aluksi, mutta vähitellen paineet vähenevät tai ainakin siihen tottuu. Pop/jazz -musiikin ammattiopiskelijoilla opintojen alku lienee taas kevyempää, jolloin paineet kasvavat myöhemmin.

Kuviossa 7 on koottuna tässä tutkielmassa esiin nousseita havaintoja. Mitä suuremmalla teksti on kirjoitettu, sitä vahvemmin kyseinen asia nousi esiin musiikin ammattiopiskelijoiden huijarisyndroomakokemuksia tarkasteltaessa.



KUVIO 7. Tässä tutkielmassa esiin nousseet havainnot huijarisyndroomasta ilmiönä musiikin ammattiopiskelussa mukaillen Clancen (1985) kuutta huijari-ilmön ilmenemismuotoa sekä Hewittin & Flettin (1991) kolmea perfektionismin suuntautuneisuutta.

Mikään yksi tekijä ei selitä täysin huijarisyndrooman ilmiötä, sillä hyvin monet tekijät vaikuttavat ilmiön syntymiseen. Kuitenkin tietyt tekijät nousivat tutkimuksessa vahvemmin osoittamaan huijarisyndrooman ilmiötä ja sen ilmenemistä musiikin ammattiopiskelussa.

6.2 Tulosten luotettavuus

Olen pyrkinyt lisäämään tutkimuksen luotettavuutta rajaamalla tutkimusongelman tarkasti ja selkeästi. Pysin panostamaan myös yksityiskohtaiseen tutkimussuunnitelmaan, joka auttoi tutkielman tekemistä ja sen rajauksessa pysymistä. Myös tutkimuskysymykset oli pohdittu huolellisesti, ja tutkimusmenetelmä tuki tutkimuskysymyksiin vastaamista.

Tutkimusaineiston keräämisen ajankohtaa piti pohtia tarkkaan, sillä hypoteettisesti ajateltuna huijariajattelua saattaisi ilmetä keskivertoa vähemmän, jos tutkittava joukko on juuri lomailnut esimerkiksi joulun aikaan. Keräsin aineistoni sopivasti ajankohtana, jolloin lomaa ei ollut lähetyvillä. Toki olisi myös ollut mielenkiintoista, jos tutkimuslomake olisi täytetty esimerkiksi joulukuun ”kiireessä”, jolloin vastaajilla olisi todennäköisesti enemmän stressiä. Pysin kuitenkin löytämään ajankohdan jolloin vastaajat eläisivät mahdollisimman todennäköisesti stressitasoiltaan tavallista arkeaan, jolloin myös tulokset nojaavat mahdollisimman normaaliin arkeen.

Clancen (1985) CIPS-mittari kuvaa ja erottelee huijariajattelua laajasti ja monipuolisesti, ja sen on todettu mittaavan huijariajattelua kokevien tyypillistä ajattelua riittävän luotettavasti (Chrisman et al. 1995, 456–457). Olen kuitenkin modifioinut ja suomentanut CIPS:iä, mikä voi vaikuttaa mittarin luotettavuuteen.

Kaikesta pohdinnasta ja äärettömästä huolellisuudesta huolimatta jokin väittämä on voinut muuttua muotoaan niin, ettei se vastaa alkuperäistä CIPS-väittämää tarpeeksi luotettavasti. Olen tarkistuttanut ja hyväksyttänyt modifioimani CIPS-väittämät mittarin alkuperäisen tekijän, Clancen, tiimillä. Olemme yhteisymmärryksessä hyväksyneet väittämät lopullisessa muodossaan.

Kvantitatiivinen tutkimus edellyttää tarpeeksi suurta ja edustavaa otantaa tutkittavasta perusjoukosta (Valli 2018, 102). Tämä tutkielma on kuitenkin laajuudeltaan melko suppea, joten varsinaista tieteellistä dataa tämä tutkielma ei valitettavasti voi antaa. Suppeudella tarkoitan sitä, että tutkimuksen otanta (112 henkilöä) on hyvin pieni osuus kaikista Suomen musiikin ammattiopiskelijoista. Varsinaisesta otannasta ei siis voida puhua, ja tästä syystä tutkimus ei myöskään välttämättä ole toistettavissa riittävän samanlaisin tuloksin. Silti tuloksista voidaan tehdä suuntaa antavia havaintoja tutkittavasta ilmiöstä ja sen yleisyydestä, mikä riittääkin jo vastaamaan asetettuihin päätutkimuskysymyksiin.

6.3 Jatkotutkimusaiheita

Tässä tutkielmassa tutkin huijarisyndroomaa ilmiönä musiikin ammattiopiskelussa määrällisesti, joten huijarisyndroomaan liittyvä laadullinen haastattelu tässä tutkielmassa esiin nousseista teemoista olisi hyvin mielenkiintoinen vaihtoehto, sillä tässä asetelmassa päästäisiin kiinni myös lukujen takaa löytyviin ajatuksiin ja kokemuksiin. Toisaalta aiheen tutkiminen vaatisi luultavasti myös tarkempaa perehtymistä tutkittavan taustoihin, kuten perhesuhteisiin tai esiintymiskokemuksiin. Huijarisyndroomaa voisi tässä myös peilata vaikkapa koulumenestykseen, ja sitä kautta tarkastella ja syventyä myös huijarisyndrooman ns. positiivisiin puoliin.

Musiikin hyvinvointivaikutukset ovat pitkään olleet melko yleinen musiikintutkimuksen näkökulma, ja toisaalta myös opintoihin ja työuupumukseen liittyvä tutkimus on nousussa. Näitä äärimmäisen kiinnostavia aiheita olisi

mielenkiintoista kytkeä vielä tarkemmin huijarisyndrooman tutkimukseen. Tutkittavilta voitaisiin kysellä joko määrällisesti tai laadullisesti heidän työuupumuksestaan, eli kokevatko he uupumusta tai ovatko kokeneet tai kuinka paljon tai kuinka usein. Näitä tietoja voitaisiin verrata huijarisyndroomaan viittaaviin ajatuksiin ja näitä teemoja voitaisiin myös yhdistää ja kysyä, liittyykö mahdolliseen uupumukseen myös huijarisyndroomaan viittaavia piirteitä.

On tutkittu, että perhetaustat vaikuttavat huijarisyndrooman ilmenemiseen (Clance 1985; Ekman 2020), ja tämä nousi esiin myös aineistossa erään vastaajan pohdinnassa (ks. luku 6.2). Olisikin äärettömän mielenkiintoista saada aineistoa esimerkiksi teemahaastattelusta, jossa on käyty läpi henkilön perhetaustaa, lapsuudenperheen rooleja ja lisäksi jokainen haastateltava täyttäisi CIPS-väittämät. Näiden avulla voitaisiin tarkastella huijarisyndrooman ilmenemisen muotoja tarkemmin esimerkiksi suhteessa perhetaustoihin tai lapsuudenperheen rooleihin.

6.4 Lopuksi

Huijarisyndroomaan viittaavista ajatuksista puhuminen ja ilmiön esiintuominen on tärkeää; aiheesta puhuminen voi vähentää ilmiön vakavimpia muotoja. Omista tuntemuksista puhuminen on muutoinkin täysin tervetullutta musiikin ammattiopiskelijoiden keskuuteen, ja vertaistuki hyvin tärkeää huijarisyndroomasta kärsiville. Täytyy kuitenkin muistaa, että epävarmuus on myös täysin inhimillinen ja normaali tunne silloin tällöin, eikä se aina tarkoita mitään vakavaa.

Kuten todettua, huijarisyndrooma ulottuu ilmiönä yksilötasolta aina yhteiskunnalliselle tasolle asti. Osittain kylvämme ilmiötä omalla ajattelumattomuudellamme ja itsekriittisyydellämme, mutta myös yhteiskunnan rakenteet pitävät huijarisyndrooman rattaita pyörimässä. Huijarisyndrooma on äärettömän kiinnostava ja kiehtova, mutta myös kammottava ja kuvottava ilmiö, joka pahimmillaan kuihduttaa ihmistä sisäisesti. Tähän on siis syytä kiinnittää erityistä huomiota tulevaisuudessa.

Musiikin ammattiopiskelijat kokevat hyvin paljon huijarisyndroomaa omasta tekemisestään, mutta tietyissä rajoissa se on myös täysin normaalia. Kuitenkin tätäkin ylläpitävät osittain itsensä jatkuva vertaileminen muihin sekä omista epävarmuuksista puhumattomuus. Tämän tutkielman yksi päämäärä oli myös nostaa esiin ja normalisoida musiikin ammattiopiskelijoiden epävarmuuden tunteita, sillä niitä on – kuten tämänkin tutkimuksen tulokset osoittavat – lähestulkoon kaikilla meistä. On täysin normaalia, ettei ole aina tyytyväinen omiin suorituksiin tai pelkää epäonnistuvansa. Haluan kuitenkin toivoa, että tulevaisuudessa yhteiskunnassamme kasvaisi entistäkin hyvinvoivempia musiikin ammattiopiskelijoita ja ammattimuusikoita. Siihen on vielä matkaa, mutta se matka kannattaa tehdä.

LÄHTEET

- Ahonen, H. (1993). *Musiikki - sanaton kieli. Musiikkiterapian perusteet*. Loimaan Kirjapaino.
- Ambirge, A. (2021). Näytä keskaria huijarisyndroomalle ja elä juuri kuten haluat. *The Middle Finger Project*. Mirka Pohjarinne ja Päivi Vuoriaro (suom.) Viisas elämä.
- Anttila, M. & Juvonen, A. (2002). Kohti kolmannen vuosituhatosen musiikkikasvatusta: Osa 4, Luokanopettajaopiskelijat ja musiikki. Joensuun yliopisto.
- Arjas, P. (2002). *Muusikoiden esiintymisjännitys - tapaustutkimus klassisen musiikin ammattiopiskelijoiden jännittäjätyypeistä ja esiintymisvalmennuksen kurssikokemuksista*. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13476/951391352X.pdf> (Avattu 20.10.2021).
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Blixt, M. & Pensas, S. (1983). Miks mää oon mää? Musiikin suunta: Suomen etnomusikologinen seura ry:n julkaisema musiikkialan tieteellinen mielipidelehti. Suomen etnomusikologinen seura.
- Stoeber, J., & Childs, J.H. (2010). The assessment of self-oriented and socially prescribed perfectionism: Subscales make a difference. *Journal of Personality Assessment*, 92(6), 577–585.
- Chrisman, S.M., Pieper, W.A., Clance, P.R., Holland, C.L., & Glickauf Hughes, C. (1995). Validation of the Clance Impostor Phenomenon Scale. *Journal of Personality Assessment*, 65(3), 456–467.
- Clance, P.R. & Imes, S.A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247.
- Clance, P.R. (1985). *The impostor phenomenon: When success makes you feel like a fake*. New York: Bantam Books.
- Clance, P.R. & O'Toole, M.A. (1987). The imposter phenomenon. *Women & Therapy*, 6(3), 51–64.
- DeNora, T. (1999). Music as a technology of the self. *Poetics: Journal of Empirical Research on Literature, the Media, and the Arts* 26: 1-26.

- Ekman, T. (2017). Huijarisyndrooma: Miksi en usko itseeni? (vaikka olen oikeasti hyvä). Helsinki: Minerva Kustannus Oy.
- Ekman, T. (2019). Huijarisyndrooma. Vieraana Tiina Ekman. Psykopodiaa. 4.11.2019. [podcast-julkaisu]
- Enns, M. W. & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 33–62). American Psychological Association.
- Erkkilä, J. (1996). Musiikin sisäinen rakenne merkitysten ja emotionaalisten kokemusten muodostajana musiikkiterapian näkökulmasta. Teoksessa Ahonen-Eerikäinen, H. (toim.), *Taide psykososiaalisen työn välineenä* (s. 35-39). Pohjois-Karjalan ammattikoulu.
- Eteläpelto, A. & Vähäsantanen, K. (2010). Ammatillinen identiteetti persoonallisena ja sosiaalisena konstruktiona. Teoksessa Asunmaa, T. & Rähä, P. (toim.), *Samalta viivalta 4: Valtakunnallisen kasvatusalan valintayhteistyöverkoston (VAKAVA) kirjallisen kokeen aineisto 2010* (s.45–68). PS-kustannus. Saatavissa: https://blogs.helsinki.fi/tum402-teologinen-tyoelamajakso/files/2018/12/Etelapello_ammattillinen_identiteetti_sivu45.pdf (Avattu 22.11.2021).
- Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 5–31). American Psychological Association.
- Fornäs, J. & Lehtonen, M. (1998). Kulttuuriteoria: Myöhäismodernin ulottuvuuksia. Vastapaino.
- Fraenza, C. (2016). The Role of Social Influence in Anxiety and the Imposter Phenomenon. *Online Learning*, vol. 20 (2).
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–468. Saatavissa: <https://doi.org/10.1007/BF01172967> (Avattu 13.11.2021).
- Harvey, J.C. (1981). The Impostor Phenomenon and achievement: A failure to internalize success. Doctoral Dissertation, Temple University.
- Harvey, J.C. & Katz, C. (1984). *If I'm So Successful, Why do I Feel Like A Fake?* Random House: New York.
- Heikura, A. (2022). Olet parempi kuin uskot olevasi – Huijarisyndrooma-verkkokurssin työkirja. Saatavissa:

<https://koulutus.koodarikuiskaaja.fi/wp-content/uploads/sites/6/2021/01/Koodarikuiskaaja-huijarisyndrooma-tyokirja.pdf> (Avattu 20.2.2022).

- Heiliö, N. (2013). *Koulu-uupumus lukiolaisten silmin. Uupumuksen aiheuttajat, vaikutukset sekä sen helpottaminen ja ennaltaehkäisy*. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hirvonen A. (2003). *Pikkupianisteista musiikin ammattilaisiksi: solistisen koulutuksen musiikinopiskelijat identiteettinsä rakentajina*. Väitöskirja. Oulun Yliopisto.
- Holmes, S. W., Kertay, L., Adamson, L. B., Holland, C. L. & Clance, P. R. (1993). Measuring the imposter phenomenon: A comparison of Clance's IP scale and Harvey's I-P scale. *Journal of Personality Assessment*, 60(1), 48–59. Saatavissa: https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6001_3 (Avattu 2.11.2021).
- Karhunen, P. (2005). *Musiikin koulutuksesta työelämään. Kyselytutkimus toisen asteen ja ammattikorkeakoulututkinnon suorittaneista. Taiteen keskustoimikunnan tutkimusyksikkö*. Saatavissa: <https://www.taike.fi/documents/10921/1094274/Karhunen+35+05.pdf/4825c51d-3b05-409d-949f-d755f0e41f3e> (Avattu 16.12.2021).
- Kauko-Valli, S. & Koiranen, M. (2010). *Työnilo ja henkinen hyvinvointi*. Teoksessa M. Suutarinen & P.-L. Vesterinen (toim.), *Työhyvinvoinnin johtaminen* (s. 100–110). Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Keltikangas-Järvinen, L. (1994). *Hyvä itsetunto*. WSOY.
- Keskitalo, S. (2016). *Opiskelu-uupumuksen ja opiskeluinnon yhteys yliopistoopiskelijoiden työssäkäyntiin ja opintojen etenemiseen*. Pro gradu -tutkielma. Helsingin Yliopisto. http://www.yths.fi/filebank/3733-Keskitalo_Sanna_Opiskelu-uupumukse_ja_opiskeluinnon_yhteys_pdf.pdf. Luettu 17.6.2019.
- Kolligian, J., & Sternberg, R. J. (1991). Perceived fraudulence in young adults: Is there an "impostor syndrome"? *Journal of Personality Assessment*, 56(2), s. 308–326. Saatavissa: https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602_10 (Avattu 24.3.2022).
- Kontio, J. (2016). *Omaa tietä etsimässä - Klarinettipedagogiopiskelijoiden alan vaihtoon vaikuttavat tekijät*. Opinnäytetyö.

- Kurkela, K. (1996). Nuoren aggressiivisuus ja musiikki. Teoksessa: Suurpää, L & Aaltojärvi, P (toim.), Näin nuoret. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo.
- Lampinen, V. [@ViimaLampinen]. (23.3.2019). Naiset ja muut, ottakaa tää neuvo talteen. Kirjottakaa tää ylös ja liimatkaa peiliin, laittakaa kännykän taustakuvaksi. Montako miljoonaa asiaa olen jättänyt tekemättä, koska en ole ollut mielestäni riittävän jotain. #huijarisyndrooma <https://twitter.com/viimalampinen/status/1109569985234509824> [twiitti]. Twitter.
- Lehtinen, S., Pasanen, A. & Uusikangas, S. (2021). Huijareiden vallankumous: Huijarisyndrooman yhteiskunnallisilla juurilla. Vastapaino.
- Lehto, I. (2019). Huijarisyndrooman alku ja loppu. Taideyliopiston blogi. Saatavissa: <https://blogit.uniarts.fi/post/huijarisyndrooman-alku-ja-loppu/> (Avattu 3.1.2022).
- Manninen, M. & Perintö E. (2012). Nuorten näkemyksiä työelämästä: odotukset, kokemukset ja haasteet. Haaga Helia ammattikorkeakoulu. Helsinki.
- Mattila, R. (2017). Kiira Korpi: Ahdistus vei ilon luistelusta ja elämästä. Tunne & Mieli. Saatavissa: <https://www.tunnejamieli.fi/2017/06/13/kiira-korpi-ahdistus-vei-ilon-luistelusta-ja-elamasta/> (Avattu 27.11.2021).
- Mikkonen, M. (2022). Huijarisyndrooma voi tehdä työnhakemisesta todella vaikeaa – Toimi näin, niin erotut joukosta, neuvoo kokenut uravalmentaja. Helsingin sanomat -nettiartikkeli 21.3.2022. Saatavissa: <https://www.hs.fi/hyvinvointi/art-2000008656660.html> (Avattu 23.3.2022).
- MOT- Sanakirja. (2022). MOT Collins Compact Thesaurus. Kielikone Oy. Haettu sana: syndrooma. Saatavissa: https://www.sanakirja.fi/?gclid=Cj0KCQjwwJuVBhCAARIsAOPwGAT0GTLr9rG6kx9CWF17E3dYZR4BCg0T_TgIkt8BtM6GHUt7CN9rnNsaAnEREALw_wcB (Avattu 23.3.2022).
- North, A. C., Hargreaves, D. J. & O'Neill, S. A. (2000). The importance of music to adolescents. *British Journal of Education Psychology*, Vol. 70, p. 255-272.
- Parkman, A. (2012). The Imposter Phenomenon in Higher Education: Incidence and Impact. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 16(1), 51-60.
- Perho, A. & Pääskysaari, J. (2018). Huijarisyndrooma. Perho & Pääskysaari. 1.11.2018 [podcast]
- Poutanen T. (2014.) Uraohjausta intohimoa, ei vain koulutusta vastaavaan työhön. Teoksessa Keränen P., Säntti R., Rantala M. & Vilkuna A. (toim.), Reittejä työelämän murroksessa. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Helsinki.

- Rosenstein, A., Raghu, A. & Porter, L. (2020). Identifying the Prevalence of the Impostor Phenomenon Among Computer Science Students. University of California: San Diego. Saatavissa: <https://dl.acm.org/doi/epdf/10.1145/3328778.3366815> (Avattu 19.12.2021).
- Ryhänen, H. (2007). Liikaa taiteilijoita, liian vähän rahaa. Taitelijaseuran tiedotuslehti 2007/2. Saatavissa: <http://www.tampereen-taiteilijaseura.fi/verkkolehti2007b/taidekoulutus.html> (Avattu 23.1.2022).
- Saarikallio, S. (2007.) Music as Mood Regulation in Adolescence (väitöskirja, Jyväskylän yliopisto). Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-2731-8> (Avattu 30.12.2021).
- Sakulku, J. & Alexander, J. (2011). The Impostor Phenomenon, International Journal of behavioral Science vol 6 (1), s. 73–92.
- Salmela-Aro, K. (2012). Koulu-uupumus. Nuorten linkki. Saatavissa: <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/koulutus-tyo-ja-raha/koulu-uupumus>. (Avattu 5.1.2022).
- Snellman, K. (2019). Huijarisyndroomassa on myös hyviä puolia: Siitä kärsivät ovat muita empaattisempia ja vähemmän koppavia. Talouselämä -nettiartikkeli. Saatavissa: <https://www.talouselama.fi/uutiset/huijarisyndroomassa-on-myos-hyvia-puolia-siita-karsivat-ovat-muita-empaattisempia-ja-vahemman-koppavia/dd94ec15-72d4-45af-a825-820a4528c88a> (Avattu 21.3.2022).
- Sosniak, L. (1997). The tortoise, the hare and the development of talent. In: Colangelo N & Davis GA (Eds) Handbook of gifted education. Allyn & Bacon, Boston, p 207–217.
- Stoeber, J. & Stoeber, F.S. (2009). Domain of Perfectionism: Prevalence and Relationships with Perfectionism. Personality and Individual Differences, 46, 530-535. Saatavilla: <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.12.006> (Avattu 29.1.2022).
- Suomen Sinfoniarkesterit ry. (2022). Orkesterit. Saatavissa: <https://www.sinfoniaorkesterit.fi/fi/orkesterit/> (Avattu 20.3.2022).
- Tiessalo, P. (2017). Huijarisyndrooma piinaa korkeasti koulutettuja – "On suunnaton häpeä, jos muut tajuavat, miten tyhmä olen". YLE -nettiartikkeli. 12.2.2017. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-9451811> (Avattu 10.11.2021).
- Tilastokeskus. (2018). Suomen virallinen tilasto: Digiajan työelämä – Työolotutkimuksen tuloksia 1977–2018. Helsinki: SVT-neuvottelukunta. Saatavilla:

https://www.stat.fi/tup/julkaisut/tiedostot/julkaisuluettelo/ytym_1977-2018_2019_21473_net.pdf (Avattu 13.2.2022).

Työmarkkinatori. (2022). Musiikkiala. Saatavissa: <https://kokeile.tyomarkkinatori.fi/ammattialat/Kulttuuri-ja-viestint%C3%A4/Musiikkiala> (Avattu 5.2.2022).

Uusitalo, K. (2020). Huijarisyndrooma piinaa menestyjiäkin: Tunnetut ammattilaiset kertovat, milloin pelkäsivät paljastuvansa huijareiksi – ja mitä sitten tapahtui.

Valli, R. (2018). Aineiston keruu kyselylomakkeella. Teoksessa R. Valli (toim.), Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 (92–116). Keuruu: PS-kustannus.

Valtari, M. (2004). SPSS-Opas. Perusteet. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Saatavissa: http://groups.jyu.fi/sporticus/lahteet/LAHDE23_spss.pdf (Avattu 3.3.2022).

Vehkanen, M. (2019). Teenko sitä mitä haluan vai sitä missä olen muiden mielestä hyvä? YLE:n nettiartikkeli. Haastattelussa Anna Rajamäki.

Vilkka, H. (2007). Tutki ja mittaa: Määrällisen tutkimuksen perusteet. Tammi.

LIITTEET

LIITE 1. Tämän tutkielman Webropol-tutkimuskyselylomake, jota hyödyntämällä kaikki tässä tutkielmassa esitelty aineisto on kerätty.



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

”FAKE IT TILL YOU MAKE IT” – HUIJARISYNDROOMA ILMIÖNÄ MUSIIKIN AMMATTIOPIKSELUSSA

**Toivotan sinut lämpimästi tervetulleeksi vastaamaan tämän tutkimuksen
kyselylomakkeeseen. Vastaamiseen menee aikaa noin 5–10 minuuttia.**

Tutkielmassani tarkastelen huijarisyndroomaan viittaavia ajatuksia ja niiden vaikutuksia musiikinammattio opiskelijoihin. Kyselyn kautta yritän myös kartoittaa tilanteita, joissa huijarisyndrooma-ajattelua mahdollisesti tapahtuu. Olen tehnyt kyselyn kysymykset (osiossa B 1–20) pohjautuen Clancen (1985) IP Scaleen (Alkuperäinen (engl.) Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS) julkaisijalta The Impostor Phenomenon: When Success Makes You Feel Like A Fake (s. 20-22), kirjoittanut P. R. Clance, (1985) modifioiden väittämiä musiikillisiin tilanteisiin.

*Jos et ole ihan varma, mitä huijarisyndroomalla tarkoitetaan
– ei hätää, kerron siitä vielä lisää myöhemmin!*

Kiitos, että olet mukana!

A) Yleiset tiedot:

1. Ikäni on: _____
2. Sukupuoleni on:
 Mies Nainen Muu En halua mainita asiaa

Kuinka kauan olen opiskellut musiikin/instrumentin ammattio pinoissayhteensä
(konservatorio ja/tai AMK, yliopisto)? Ilmoita puolen vuoden

tarkkuudella. (esim. konservatorio 2,5 v. + amk 3 v. = 5,5 v.)

3. Musiikkiopinnoissani pääaineeni on tällä hetkellä: (voit valita useamman)

- Pop / jazz
- Kansanmusiikki
- Klassinen musiikki
- Musiikkikasvatus
- Musiikkipedagogi
- Muu, mikä: _____

4. Ensisijainen tavoitteeni urallani on: (choose one)

- Esiintyvä muusikko
- Soitonopettaja
- Musiikinopettaja
- Muu, mikä: _____

5. Pääinstrumenttini on: (Saat mainita useamman, mutta laita luettelon ensimmäiseksi pääinstrumenttisi)

Mitä huijarisyndrooma tarkoittaa?

- Huijarisyndrooma-ajattelussa henkilölle syntyy ajatus, että ***ei ole oikeasti niin hyvä jossakin, kuin muut luulevat.***
- Huijarisyndrooma useimmiten ***ei ole kytköksissä siihen, kuinka hyvin oikeasti osaa.***
- Huijarisyndrooma ***ei ole sairaus***, eikä sitä diagnosoida missään, se on vain ajattelumalli.
- Kyseessä on itse asiassa hyvinkin yleinen ilmiö, noin 70% ihmisistä kohtaa huijarisyndrooma-ajattelua joissain tilanteissa elämässään.

B) Teemakysymykset

Tässä osiossa käytän Pauline Clancen (1985) Impostor phenomenon scalea – eli huijari-ilmion mittaria (kysymykset 1.-20.), jonka väittämät olen kääntänyt ja lisännyt siihen musiikillisia aspekteja helpottamaan ilmiön yhdistämistä musiikillisiin tilanteisiin..

Merkintä. Alkuperäinen (englanniksi) Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS) julkaisijalta The Impostor Phenomenon: When Success Makes You Feel Like A Fake (s. 20-22), kirjoittanut P. R. Clance, 1985. Toronto: Bantam Books. Tekijänoikeudet © 1985, Pauline Rose Clance, Ph.D., ABPP. Älä kopioi/jaa ilman Pauline Rose Clancen lupaa, drpaulinrose@comcast.net, www.paulinroseclance.com. Suomalainen, musiikillisesti modifioitu CIPS, kääntänyt Sirja Kylmälä. Tekijänoikeus © Pauline Rose Clance.

Vastaukset ovat täysin nimettömiä, joten olethan rehellinen vastauksissasi!

Voi valita vain yhden vaihtoehdon.

Pohdi ajattelu- ja toimintatapoja. Arvioi, kuinka hyvin kuvatus kaltainen ajattelu vastaa omaa ajatteluasi ja toimintaasi asteikolla:

- 1 Täysin eri mieltä**
- 2 Osittain eri mieltä**
- 3 Osittain samaa mieltä**
- 4 Täysin samaa mieltä**
- 0 En osaa sanoa**

Vastaa ensin spontaanisti ensimmäisen mieleesi tulevan vaihtoehdon mukaan sen sijaan, että jäisit pitkäksi aikaa pohtimaan lauseita.

1. Olen usein onnistunut hyvin konsertissa/tutkinrossa/harjoituksissa/ kosoitossa, vaikka pelkäsin etukäteen, etten tule onnistumaan.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

2. Osaan antaa vaikutelman, että olen parempi soittaja kuin oikeasti olenkaan.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

3. Jos mahdollista, välttelen tilanteita, joissa soittotaitoani arvioidaan.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

4. Kun opettajani/kollegani kehuu minua musiikillisista saavutuksistani tai soittotaidoistani, pelkään, etten voi vastata hänen odotuksiinsa jatkossa.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

5. Ajattelen, että olen saavuttanut tämän musiikillisen aseman, koska satuin vain olemaan oikeassa paikassa oikeaan aikaan.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

6. Pelkään, että itselleni tärkeille ihmisille paljastuu, etten olekaan yhtä lahjakas musiikillisesti kuin he kuvittelevat.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

7. Muistan helpommin soittotunnit/harjoitukset/konsertit, joissa en ole pystynyt antamaan parastani kuin ne, joissa olen pysynyt parhaimpaani.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

8. Suoriudun vain harvoin konsertista/tutkinnosta/koesoitosta niin hyvin kuin haluaisin.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

9. Mielestäni musiikillinen urani on edennyt osittain siksi, että minun on oletettu olevan musiikillisesti taitavampi kuin oikeasti olenkaan.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

10. Minun on vaikea ottaa vastaan kehuja tai kiitosta omasta soitosta.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

11. Minusta tuntuu, että jotkut musiikilliset onnistumiseni ovat johtuneet vain hyvästä tuurista.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

12. En ole tyytyväinen tämän hetkiseen musiikilliseen uraani ja ajattelen, että pitäisi saavuttaa paljon enemmän.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

13. Pelkään, että muut huomaavat, kuinka paljon puutteita musiikillisessa osaamisessani on.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

14. Olen epäroinyt musiikilliseen projektiin osallistumista epäonnistumisen pelon vuoksi, vaikka olen usein suoriutunut samanlaisista konserteista/keikoista/ tutkinnoista hyvin.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

15. Kun onnistun konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/ koesoitossa ja saan huomiota onnistumisestani pelkään, etten pysty onnistumaan jatkossa yhtä hyvin.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

16. Jos onnistun upeasti konsertissa, ja yhtyettäni/bändiäni/orkesteriani/kuoroani ylistetään, vähättelen oman osaamiseni merkitystä.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

17. Vertaan musiikillista osaamistani ja soittotaitoani ympärilläni oleviin ihmisiin ja ajattelen, että he ovat paljon taitavampia kuin minä.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

18. Pelkään usein, etten onnistu konsertissa/tutkinnossa/harjoituksissa/koesoitossa omasta mielestäni riittävän hyvin, vaikka muut ympärilläni kannustavat ja uskovat, että onnistun oikein hyvin.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

19. Jos olen saamassa upean tilaisuuden tai ylennyksen musiikillisella urallani, epäroin kertoa muille, kunnes se on varmasti virallinen fakta.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

20. Koen alemmuuden tunnetta/olevani huonompi soittaja, jos en koe olevani “paras” tai ainakin “hyvin erityinen” musiikillisten saavutusten suhteen – esimerkiksi jos toinen saman instrumentin soittaja/kollegani saa kutsun keikalle/kokoonpanoon/ musiikilliseen projektiin, johon minua ei edes kysytty.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

Merkintä. Alkuperäinen (englanniksi) Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS) julkaisijalta The Impostor Phenomenon: When Success Makes You Feel Like A Fake (s. 20-22), kirjoittanut P. R. Clance, 1985. Toronto: Bantam Books. Tekijänoikeudet © 1985, Pauline Rose Clance, Ph.D., ABPP. Älä kopioi/jaa ilman Pauline Rose Clancen lupaa, drpaulinrose@comcast.net, www.paulinroseclance.com. Suomalainen, musiikillisesti modifioitu CIPS, kääntänyt Sirja Kylmälä. Tekijänoikeus © Pauline Rose Clance.

21. Missä tilanteissa erityisesti koet edellä mainittuja huijariajatuksia? (Voit valita useamman)

- Soittotunneilla
- Ryhmäsoittotunneilla
- Konserteissa
- Tutkinnoissa
- Koesoitoissa
- Muissa tilanteissa, missä: _____

22. Koen, että edellä mainitut huijariajatuksset johtuvat omalla kohdallani...

... omista odotuksistani omaa tekemistäni kohtaan.

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

... muiden odotuksista omaa tekemistäni kohtaan, vaikka olen itse asiassa päätellyt muiden odotukset itse – he eivät ole kertoneet niitä ääneen?

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

... muiden ääneen kertomista odotuksista omaa tekemistäni kohtaan?

1 Täysin eri mieltä 2 Osittain eri mieltä 3 Osittain samaa mieltä 4 Täysin samaa mieltä 0 En osaa sanoa

Mikäli haluaisit lisätä tai täydentää jotain aiheeseen liittyvää tai kertoa kyselyn herättämiä ajatuksia tai muistoja, niitä voi laittaa tähän kohtaan:

Haluan sinun ymmärtävän, etten kerää suoria henkilötietoja. Vakuutan myös, että julkaistavasta tutkielmasta ei voi tunnistaa kyselyyn vastanneita yksittäisiä henkilöitä.

Annan luvan käyttää tässä lomakkeessa antamiani tietoja kyseisessä tutkimuksessa.

Kiitos vielä, että olit mukana!

Sirja Kylmälä
University of Jyväskylä