

Milla Tuomela

**”KOSKAAN EI VOI OLLA VARMA, ETTÄ
OSAANKO SITÄ OIKEASTI MITÄÄN VAI
KUVITTELEEKO VAIN.”**

Huijarisyndrooma kognitiivisena vinoumana työelämään
siirtyneillä yliopisto-opiskelijoilla

TIIVISTELMÄ

Milla Tuomela: "Koskaan ei voi olla varma, että osaako sitä oikeasti mitään vai kuvitteleeko vain."

Huijarisyndrooma kognitiivisena vinoumana työelämään siirtyneillä yliopisto-opiskelijoilla

Kandidaatintutkielma

Tampereen yliopisto

Yhteiskuntatutkimuksen tutkinto-ohjelma

Toukokuu 2021

Huijarisyndrooma käsitteellistettiin ensimmäisen kerran Yhdysvalloissa 1978 kuvaamaan ajatusvääristymää, jossa yksilö uskoo tahtomattaan huijanneensa olevansa osaavampi kuin hän todellisuudessa onkaan. Yksilö ei luota omaan osaamiseensa, vaan perustelee onnistumisiaan ulkoisilla tekijöillä, kuten esimerkiksi tuurilla tai sopivilla verkostoilla. Huijarisyndrooman kokemista varjostaa jatkuva pelko paljastumisesta. Nykyisin huijarisyndrooma puhututtaa paljon, ja sitä nostetaan esiin aika ajoin esimerkiksi aikakauslehdissä ja satunnaisissa uutisteksteissä. Suomenkielinen tieteellinen tieto aiheesta on edelleen kuitenkin vähäistä.

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan huijarisyndroomaa kognitiivisena vinoumana eli ajatusvääristymänä yliopisto-opiskelijoiden keskuudessa. Tutkimuksessa keskitytään työelämään siirtyneisiin yliopisto-opiskelijoihin ja selvitetään, millaisia tekijöitä huijarisyndrooman taustalla esiintyy, ja miten opiskelijoiden ammatillinen identiteetti suhteutuu huijarisyndroomaan. Tarkoituksena on tuoda huijarisyndroomasta suomenkieliselle tieteen kentälle lisää tietoa ja ennen kaikkea tuoda yliopisto-opiskelijoille tietoisuutta huijarisyndroomasta. Tutkielman aineisto koostuu anonymisti toteutetusta kyselystä saadusta 57 vastauksesta. Kyselyyn vastanneet ovat eri ikäisiä ja eri opiskelualoilta tulevia yliopisto-opiskelijoita, jotka ovat siirtyneet työelämään joko valmistumisensa jälkeen tai esimerkiksi korkeakouluharjoittelun myötä. Tutkimusmenetelmänä käytetään monimenetelmällistä tutkimusotetta, joka tässä yhteydessä koostuu aineistolähtöisestä sisällönanalyysistä ja sitä tukevasta määrällisestä analyysistä.

Aineistosta erottuu keskeisenä havaintona muiden ihmisten merkitys huijarisyndrooman kehittymisen taustalla. Muilta ihmisiltä tulevat arvioinnit, odotukset sekä vaatimukset korostuvat saaduissa vastauksissa, ja niiden saama painoarvo saattaa näkyä vielä useiden vuosien päästä heijastuen työelämään. Ammatillista identiteettiä tarkastellessa puolestaan huomataan, kuinka jo kehittynyt ammatillinen identiteetti ei tarkoita, etteikö yksilö voisi silti kokea huijarisyndroomaa. Samalla havaitaan myös, ettei huijarisyndrooman kokeminen kuitenkaan ole este ammatillisen identiteetin muodostumiselle. Tutkielmassa nostetaan esiin huijarisyndrooman tunnistamisen tärkeys niin opiskelijoilla kuin myös opetushenkilöstöllä. Aihe on tärkeä ja erittäin ajankohtainen etenkin työelämään siirryttäessä. Tietoisuus huijarisyndroomasta voi helpottaa sen kanssa toimimista.

Asiasanat: ammatillinen identiteetti, attribuutioteoria, huijarisyndrooma, kognitiivinen vinouma,

monimenetelmällinen tutkimus, aineistolähtöinen sisällönanalyysi, työelämä

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

Sisällysluettelo

1 Johdanto	1
2 Huijarisyndrooma ja ammatillinen identiteetti	3
2.1 Huijarisyndrooman käsite	3
2.2 Huijarisyndrooma kognitiivisena vinoumana	6
2.3 Ammatillisen identiteetin muodostuminen työelämään siirryttäessä	8
3 Tutkimuksen aineisto ja menetelmä	9
3.1 Aineisto	10
3.2 Tutkimusmenetelmä ja analyysiprosessi	12
4 Analyysi ja tulokset	13
4.1 Huijarisyndrooman taustatekijät	14
4.1.1 Haastavat kokemukset	15
4.1.2 Perhetausta	17
4.1.3 Minäpystyvyys	20
4.1.4 Käsitteet itsestä ja muista	21
4.2 Ammatillinen identiteetti	26
5 Johtopäätökset	31
Lähteet	34
Liitteet	37
Liite 1 Saatekirje	37
Liite 2 Kyselylomake	38
Liite 3 Kuvio koetusta ammatillisesta identiteetistä	43
Liite 4 Taulukko huijarisyndroomasta ja ammattiasemasta	43

Luettelo taulukoista ja kuvioista

Taulukko 1 Huijarisyndrooma työssä	14
Taulukko 2 Huijarisyndrooma ja ammatillinen identiteetti	27
Taulukko 3 Huijarisyndrooma ja ammattiasema	43
Kuvio 1 Vastaajien opiskelualat	12
Kuvio 2 Huijarisyndrooman koetut taustatekijät	15
Kuvio 3 Vastaajien ammatillinen identiteetti	43

1 Johdanto

"Huijarisyndrooma piinaa korkeasti koulutettuja –"On suunnaton häpeä, jos muut tajuavat, miten tyhmä olen" Vääristynyt ajattelutapa vie työstä ilon ja voi pahimmillaan johtaa työuupumukseen." kuuluu YLE:n verkkouutisen otsikko keväällä 2017 (YLE 2017). Huijarisyndrooma on puhututtanut viime vuosina mediassa, mutta mistä ilmiössä on oikeastaan kyse?

Huijarisyndrooma (*engl. Impostor syndrome, Impostor phenomenon*) on psykologinen ilmiö, jonka vaikutuksesta yksilö kyseenalaistaa omia saavutuksiaan ja taitojaan. Huijarisyndroomasta kärsivä ihminen pelkää alati paljastuvansa muiden silmissä huijariksi, eikä koe ansainneensa saavutuksiaan. Yksilö saattaa esimerkiksi uskotella itselleen hänen saavutuksiaan pelkällä hyvällä tuurilla omiin taitoihin uskomisen sijaan.

Huijarisyndroomasta kärsivä kokee oman osaamattomuutensa tosiasiana vääristyneen ajattelun sijaan. Tyypillinen ajatusmalli huijarisyndroomasta kärsivällä on, että hän on onnistunut huijaamaan muut uskomaan olevansa kyvykkäämpi kuin mitä hän todellisuudessa on (Clance & Imes 1978). Tämä saattaa heijastua esimerkiksi ylisuorittamisena ja uupumuksena. Huijarisyndrooma ei kuitenkaan ole suoranaisesti yhteydessä yksilön pätevyyteen ja kyvykkyyteen, ja useimmiten huijarisyndroomaa kokevat ovat täysin päteviä esimerkiksi työtehtäviinsä, saaden positiivista palautetta suorituksistaan (em. 1978).

Siirtymävaihe opiskelijaelämästä työelämään on monille merkittävä muutos, ja monilla kyseessä on ensimmäinen oman alan työpaikka. Kokemukset omasta riittämättömyydestä ja huijarina toimimisesta ovat tyypillisiä etenkin nuorille korkeakoulutetuille. Työelämässä huijarisyndrooman kokemuksia saattaa laukaista esimerkiksi tunne siitä, ettei oikeasti olisi ansainnut saamaansa työpaikkaa oman osaamisen kuvitellun puutteellisuuden vuoksi. Työelämän alkuvaiheessa käsitykset omasta osaamisesta ovat usein vasta muotoutumassa. Työelämää tutkittaessa on huomattu, että huijarisyndrooman kokeminen saattaa vaikuttaa negatiivisesti työelämän kannalta merkittäviin tekijöihin, kuten esimerkiksi työtyytyväisyyteen, työhön sitoutumiseen ja oman tehokkuuden arviointiin. Tiedetään myös, että huijarisyndrooman kokeminen vähentää halua urasuunnitteluun, uralla etenemiseen ja johtavassa asemassa toimimiseen. (Neureiter & Traut-Mattausch 2017.) Tämän tutkimustiedon pohjalta onkin kiinnostavaa tarkastella tässä tutkimuksessa työelämään siirtyneiden yliopisto-opiskelijoiden kokeman huijarisyndrooman suhteutumista heidän ammatilliseen identiteettiinsä.

Huijarisyndrooman tiedetään esiintyvän etenkin elämän siirtymävaiheissa, kuten esimerkiksi työelämässä, opinnoissa tai ihmissuhteissa. Siirtymävaiheilla tarkoitetaan yksilölliseen kehitykseen kuuluvia jatkumoina elämän aikana. Niitä ovat esimerkiksi kulku opintojen vaiheesta toiseen, perheen perustaminen tai tässä tutkielmassa tarkasteltava siirtymä opinnoista työelämään (Sekki & Autio 2020). Tutkielman kohderyhmäksi valikoituinkin tästä näkökulmasta yliopisto-opiskelijat, joille opintojen jälkeistä työelämään siirtymistä voidaan tarkastella merkittävänä ja uutena siirtymävaiheena elämässä.

Tutkimuskysymykset tässä tutkielmassa ovat: *1. Millaisia tekijöitä esiintyy työelämään siirtyneiden yliopisto-opiskelijoiden huijarisyndrooman taustalla?* sekä *2. Miten työelämään siirtyneiden yliopisto-opiskelijoiden ammatillinen identiteetti suhteutuu huijarisyndroomaan?* Tässä yhteydessä työelämään siirtyneillä yliopisto-opiskelijoilla tarkoitetaan jo työllistyneitä vastavalmistuneita ja opiskelijoita, joilla on jo kokemusta oman alan työelämästä esimerkiksi korkeakouluharjoittelun myötä. Tutkielmassa tarkastellaan huijarisyndroomaa kognitiivisena vinoumana eli tietynlaisena ajatusvääristymänä.

Tutkielman tavoitteena on luoda tieteellistä suomenkielistä tietoa aiheesta, ja samalla osaltaan tuoda huijarisyndroomaa tutummaksi etenkin korkeakouluopiskelijoiden keskuudessa. Huijarisyndrooman käsite on kuvattu ensimmäisen kerran jo vuonna 1978 (Clance & Imes 1978). Sittenkin aihetta on tutkittu enemmänkin (ks. esim. Parkman 2012; Vergauwe et al. 2014), mutta suomenkielistä tieteellistä tutkimusta aiheesta on vielä erittäin vähäisesti saatavilla. Tietoisuus huijarisyndroomasta on kuitenkin tärkeää, sillä vaikka monet kokevatkin huijarisyndrooman tuntemuksia, eivät he välttämättä osaa käsitteellistää sitä, ja sen myötä työstää ajatusmallejaan ammattilaisen kanssa tai löytää esimerkiksi vertaistukea.

Tutkielman teoriaosuudessa käsitellään huijarisyndrooman käsitettä, sekä syvennyttään sen tarkasteluun kognitiivisen vinouman käsitteen avulla. Kognitiivisella vinoumalla tarkoitetaan psykologista käsitettä, joka kuvastaa yksilön taipumuksia painottaa ja hahmottaa havaintojaan, saamaansa informaatiota sekä tulkintojaan vääristyneesti, aiheuttaen näin virhetulkintoja esimerkiksi omasta osaamisesta. Lisäksi tutkielmassa tarkastellaan ammatillisen identiteetin muotoutumista ja sen teoriataustaa. Teoriaosuuden käsittelyn jälkeen esitellään tarkemmin tutkimuksen tavoite ja kerätty aineisto, sekä aineiston analysoinnissa käytetty monimenetelmällinen tutkimusote (*engl. Mixed methods*). Lopuksi esitellään aineistosta saadut keskeiset tutkimustulokset huijarisyndrooman taustatekijöistä ja ammatillisen identiteetin kehittymisen suhteutumisesta huijarisyndroomaan. Lopussa pohditaan myös, millaisena opiskelijan jälkeinen työelämä näyttäytyy yliopisto-opiskelijoille. Lopuksi on esiteltyä myös mahdollisia jatkotutkimuksen aiheita.

2 Huijarisyndrooma ja ammatillinen identiteetti

Tässä luvussa keskitytään syventymään tutkielman kannalta keskeisiin käsitteisiin, joita ovat *huijarisyndrooma*, *kognitiivinen vinouma* sekä *ammattillinen identiteetti*. Näiden edellä mainittujen käsitteiden kattavaa tarkastelua voidaan pitää olennaisena osana tutkielmaa, etenkin kun aihetta ei ole aikaisemmin tutkittu tämän tutkielman näkökulmista. Käsitteiden tarkastelu alkaa huijarisyndrooman käsitteen esittelystä, keskittyen huijarisyndrooman taustatekijöihin, ja sen kokemiseen juuri työelämässä ja opinnoissa. Huijarisyndrooman käsitteen määrittelyssä hyödynnetään myös attribuutioteoriaa. Seuraavaksi siirrytään tarkastelemaan huijarisyndroomaa kognitiivisena vinoumana. Lopuksi tarkastellaan ammatillisen identiteetin muodostumista työelämään siirryttäessä, ja perustellaan huijarisyndrooman tarkastelun tärkeyttä ammatillisen identiteetin yhteydessä.

2.1 Huijarisyndrooman käsite

Psykologit ovat tutkineet huijarisyndroomaa 1970-luvun lopulta alkaen. Huijarisyndrooma on käsitteellistetty ensimmäisen kerran 1978 amerikkalaisten psykologien Pauline Clancen ja Suzanne Imesin toimesta. He havaitsivat huijarisyndroomaksi nimeämänsä ilmiön järjestämässään ryhmäterapiaistunnoissa, joihin osallistui joukko korkeasti koulutettuja ja työelämässään menestyneitä naisia. Yhteistä kaikille näille naisille oli heidän tapansa selittää saavuttamaansa menestystään ulkoisilla tekijöillä, kuten esimerkiksi oikealla ajoituksella tai tuurilla, oman osaamisen sijasta (Parkman 2012). Terapiaan osallistuneet naiset eivät kokeneet ansainneensa saavutuksiaan työelämässään omilla taidoillaan, ja tämän vuoksi he kokivat olevansa huijareita. Nykyisin tiedetään, että huijarisyndroomaa kokevilla on taipumusta kokea valtavia suorituspaineita oikeuttaakseen saavutuksiaan ja esimerkiksi asemaansa työelämässä. Tämä näyttäytyy monilla huijarisyndroomaa kokevilla täydellisyydentavoitteluna ja jopa työholismina. (Em. 2016.)

Huijarisyndroomaa kokevat ovat hyvinkin tietoisia siitä, millaisina muut heidät ja heidän saavutuksensa näkevät, mutta kokevat, että heidän saamansa ansiot ja huomionosoitukset ovat virheellisesti suotuja, koska he eivät mielestänsä ole oikeasti ansainneet niitä. Clancen ja Imesin tarkastellessa huijarisyndroomaa ensimmäisen kerran, olettivat he sen koskettavan ainoastaan korkeakoulutettuja naisia (Clance & Imes 1978). Myöhemmät tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet, että huijarisyndroomaa kokevat naisten lisäksi yhtä lailla myös miehet (Parkman 2012). Parkman (2012) kuvailee, kuinka huijarisyndroomaa kokevilla on taipumusta perustella omia saavutuksiaan

itselleen ulkoisilla tekijöillä, kuten esimerkiksi työtehtävään vaadituilla alhaisilla vaatimuksilla, oikeanlaisena verkostoitumisella tai hyvällä ajoituksella. Huijarisyndroomaa kokevat uskovat kyenneensä usein aivan tahattomasti esittämään esimerkiksi osaavampaa kuin he todellisuudessa ovatkaan. Huijarisyndroomaa kokeva ei siis tarkoituksella valehtele tai liioittele esimerkiksi omaa osaamistaan, vaan kyseenalaistaa omaa osaamistaan ja kuvittelee luoneensa muille valheellisen vaikutelman omasta osaamisestaan. Kyky arvioida omia suorituksiaan on hämärtynyt. (Em. 2016.) Huijarisyndrooma ei kuitenkaan ole nimestään huolimatta mielenterveydellinen häiriö, sillä sitä ei ole kirjattu DSM:n (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) tai ICD:n (*International Classification of Diseases*) luokituksiin. Huijarisyndrooma on kuitenkin mahdollista eritellä esimerkiksi huonosta itsetunnosta.

Huijarisyndroomassa yksilöllä on käsitys siitä, että hänen saavutuksensa eivät heijasta hänen todellisia kykyjään vaan ovat seurausta ulkoisista tai satunnaisista tekijöistä, minkä vuoksi ihminen pelkää todellisen osaamattomuutensa lopulta paljastuvan muille ja ihmettelee, kun näin ei kuitenkaan tapahdu. Huijarisyndroomaa voidaan tarkastella ikään kuin vastakkaisena attribuutioteorialle, jossa puolestaan yksilöllä on taipumusta selittää toimintaansa ja esimerkiksi saavutuksiaan sisäisillä tekijöillä, sivuuttaen ulkoiset tekijät. Attribuutioilla tarkoitetaan ihmisten luontaista tarvetta rakentaa syy-seuraussuhteita tapahtumien välille. Tämä pohjautuu turvallisuuden tunteen hakuisuuteen, sillä syy-seuraussuhteiden luominen auttaa luomaan loogisuutta tapahtumien merkityssuhteille, ja täten kontrolloimaan ja ennustamaan ympärillä tapahtuvia asioita. (Deci 1975, 241.) Yleisesti ajatellaan, että ihmiset tulkitsevat omaa ja muiden käyttäytymistä syiden pohjalta. Käyttäytymisen syiden tulkinnalla on keskeinen rooli käyttäytymisreaktioiden määrittelyssä. (Kelley & Michela 1980, 458.) Attribuutioteorian näkökulmasta yksilö saattaa esimerkiksi perustella omaa menestystään kokeessa omalla osaamisellaan tai kokeen eteen nähdyllä työmäärällä, siinä missä puolestaan huijarisyndroomaa kokeva saattaisi perustella menestystään kokeessa itselleen ja muille esimerkiksi hyvällä tuurilla sopivien koekysymysten suhteen.

Myös perhetaustalla voidaan nähdä olevan yhteyttä koettuun huijarisyndroomaan. Esimerkiksi Käyhkö (2014) on tutkinut työväenluokkaisesta taustasta tulevien naisten kokemuksia yliopisto-opinnoista. Tutkimuksissa on huomattu, että työväenluokkaisista taustoista tulevat naiset saattavat kokea alemmuuden ja ulkopuolisuuden tunteita sekä huolta omasta riittämättömydestään perhetaustansa vuoksi. Tämän on katsottu heijastelevan heidän epäröintiään omasta kuulumisesta ja oikeutuksestaan opiskella yliopistossa. (Käyhkö 2014.) Huoli omasta kuuluvuudesta yliopistoon näkyy paljastumisen pelkona, jota pyritään paikkaamaan esimerkiksi tiukalla työmoraalilla ja opinnoissa pärjäämisellä (em. 2014). Näiden kokemusten voidaan katsoa yhtyvän

huijarisyndrooman kokemuksiin ja sen kanssa toimimiseen. Käyhkön tutkimuksessaan haastattelemat naiset ovatkin kuvanneet, kuinka yliopisto-opinnoissaan he ovat koko ajan odottaneet, että milloin oman osaamisen ja älykkyyden raja tulee vastaan, osoittaen sen, etteivät he pärjääkään opinnoissaan ja kuulu yliopistoon (em. 2014).

Huijarisyndrooman kokeminen on näennäisesti vaaratonta, mutta se saattaa luoda vahingollisia toimintamalleja esimerkiksi työelämässä. Esimerkiksi Parkman (2012) on tuonut ilmi, kuinka huijarisyndroomaan tyypillisesti liittyvä heikko itseluottamus ja epäonnistumisen pelon hoitaminen täydellisyyden tavoittelulla luovat usein edellytykset voimakkaalle ahdistuneisuudelle ja pitkittyneelle stressille. Haitallinen kierre syntyy, kun huijarisyndroomaa kokevat pyrkivät usein minimoimaan ahdistustaan ja stressiään alkamalla suorittamaan työtään entistä pidemmällä ja tehokkaammilla työpäivillä. Tämä on heijastusta siitä, kuinka huijarisyndroomaa kokevat saattavat kuvitella, että vain äärimmäinen ja täydellisyyteen tavoitteleva työskentelyote on keino, jolla on mahdollista vastata työelämän asettamiin odotuksiin (Parkman 2012). Huijarisyndroomaa kokeville on myös melko yleistä yliarvioida toisten kykyjä, ja toisaalta aliarvioida toisten tekemää työn määrää menestyäkseen. Tämän seurauksena itse aiheutetut liialliset saavutusstandardit johtavat epärealististen tavoitteiden luomiseen, jotka ovat lopulta saavuttamattomia. Epärealistiset tavoitteet puolestaan korostavat koettuja huijariuden tunteita, ja vilpillisyyden kokemukset pahenevat. Kuvitellessaan toimivansa huijarina huijarisyndroomaa kokevat reagoivat usein kokemaansa jopa työnarkomaanisin käyttäytymismallein, jotka ajan saatossa johtavat uupumukseen ja lisäävät burnoutin riskiä. (Em. 2012.)

Tutkittaessa korkeakouluopiskelijoiden mielenterveyttä on huomattu, että huijarisyndrooman kokeminen korreloi positiivisesti ahdistuksen, masennuksen ja esimerkiksi vähemmistöopiskelijoiden kokeman stressin kanssa. On tutkittu, että huijarisyndrooman kokeminen voi osaltaan ennakoita korkeakouluopiskelijoiden mielenterveyden tilaa. Korkeakouluopiskelijoiden mielenterveystilanteen ennakoitavuus on kiinnittänyt etenkin Yhdysvalloissa paljon huomiota, sillä korkeakoulukampuksilla on oltu erittäin huolestuneita itsemurhien kasvaneesta määrästä. (Parkman 2012.) Korkeakouluissa opiskelijoiden mahdollisiin mielenterveydellisiin haasteisiin on pyritty reagoimaan kehittämällä erilaisia toimintamalleja ja -ohjelmia esimerkiksi huijarisyndroomasta kärsiville. California Technologyssa ja Massachusetts Institute of Technologyssa on käynnistetty toimintaohjelmia, jotka pyrkivät auttamaan korkeakouluopiskelijoita tunnistamaan huijarisyndroomaa, sekä auttamaan toimimista sen kanssa. Myöhemmin useissa korkeakouluissa Yhdysvalloissa tämänkaltaisista huijarisyndroomaa käsittelevistä tuetuista ohjelmista on tullut osa perustutkinto-opetusta. Ohjelmissa keskitytään huijarisyndrooman tietoisuuden lisäämiseksi

esimerkiksi tunnistamaan omia vahvuuksia, käsittelemään epäonnistumisia, ymmärtämään perfektionismia ja asettamaan itselleen kohtuullisempia odotuksia opinnoissa. (Parkman, 2012.) On myös esitetty, että esimerkiksi työpaikan tarjoama sosiaalinen tuki voi helpottaa huijarisyndrooman vaikutuksia (Vergauwe, Wille, Feys, DeFruyt & Anseel 2014). Täten jo pelkkä huijarisyndrooman tunnistaminen työ- tai opiskeluyhteisössä on merkityksellistä.

2.2 Huijarisyndrooma kognitiivisena vinoumana

Kognitiivinen vinouma (*engl. Cognitive bias*) on psykologian käsite, jonka avulla kuvataan ihmisen taipumusta tulkita ja havainnoida saamaansa informaatiota vääristyneesti. Kognitiivisessa vinoumassa henkilöllä on tietynlaisia vääristyneitä ajatusmalleja, jotka tuottavat virhearvioiteja ja virheellisiä päätelmiä hänen saamastaan informaatiosta. Kognitiivisia vinoumia on tarkasteltu vuodesta 1972 alkaen, jolloin psykologit Amos Tversky ja Daniel Kahneman kehittivät kognitiivisen vinouman käsitteen kuvaamaan ihmisten systemaattisia, mutta virheellisiä ajatusmalleja tiedon tulkinnassa ja päätösten teossa (Mata & Wilke 2012). Tversky ja Kahneman tutkivat, miten ihmiset tekevät päätöksiä saatavissa olevan rajallisen tiedon varassa.

Kognitiivisista vinoumista puhuttaessa voidaan puhua myös kognitiivisista harhoista tai ajatusvääristymistä. Kognitiiviset vinoumat toimivat alitajuntaisesti ihmisten ajatteluprosesseissa (Ehrlinger, Readinger & Kim 2016). Kahneman on kuvastanut, kuinka tehdessämme päätöksiä aivomme käyttävät kahta erillistä järjestelmää. Järjestelmät ovat nimetty systeemeiksi 1 ja 2. Ensimmäinen järjestelmä, eli systeemi 1, vastaa intuitiivisesta päätöksenteosta, ja sen toimintatapa on automaattinen, tiedostamaton, vaivaton sekä tunnepitoinen. Systeemi 1 on myös tyypillisesti systeemiä 2 nopeampi. Toinen järjestelmä puolestaan on ensimmäistä hitaampi ja päättelevämpi, ja sille on ominaista tiedostettu ja looginen päätöksenteko. (Bazerman & Moore 2013, 3.) Heuristiikoilla tarkoitetaan päätöksentekomenetelmiä, jotka ovat tyypillinen osa ihmisten ajattelutoimintaa. Heuristiikkojen tarkoitus on tarjota mahdollisuus löytää toisinaan hyvinkin monimutkaisiin ongelmiin riittäviä, mutta epätäydelliseksi jääviä vastauksia. Tyypillisesti tämä tarkoittaa monimutkaisten asioiden yksinkertaistamista korvaamalla kysymys jollakin toisella, yksinkertaisemmalla eli heuristisella kysymyksellä. (Pietiläinen 2012, 117-118.) Ajatusvääristymät muodostuvat täten kognitiivisten oikoteiden käyttämisestä (Mata & Wilke 2012). Oikoteiden käyttäminen esimerkiksi päätöksenteossa on erittäin hyödyllistä niiden mahdollistaessa mahdolliseen ongelmaan saatavan ratkaisun todella lyhyessä ajassa. Optimaalisimman ratkaisun saaminen voi

vaatia huomattavan paljon aikaa ja saatavilla olevan tiedon käsittelyä, jolloin oikoteitä käyttämällä saatu nopea ja riittävän hyvä ratkaisu on usein tehokkaampaa. Voidaankin todeta, että kognitiivisten oikoteiden käyttäminen säästää sekä kognitiivisia resursseja että aikaa. Ongelmallisuus oikoteiden käytössä piilee kuitenkin siinä, että toisinaan päätöksentekomekanismit eivät olekaan toimivia ja tilanteeseen sopivia, ja täten ne voivat johtaa päättelyvirheinä kognitiivisiin vinoumiin. (Ehrlinger et al. 2016.) Heuristiikkojen käytön ongelmallisuus päätöksenteossa piileekin siinä, että tiedostamattomasti hyödynnettynä niiden tiedetään altistavan kognitiivisten vinoumien muodostumiselle. Tietoisesti käytettyinä ne voivat kuitenkin olla toimiva keino haastavien ongelmien ratkaisussa. (Pietiläinen 2012, 117–118.)

Kognitiivisten vinoumien aiheuttajina voidaan pitää joko ulkoisia vaikutteita tai kyseiseen tilanteeseen sidotun muistin virheellistä palauttamista, joka perustuu aikaisempiin kokemuksiin tai käsityksiin. (Tagliabue, Squatrito & Presti 2019.) On myös esitetty, että kognitiivisia vinoumia voisi selittää yksilön käyttäytymistä motivoivat tekijät, kuten esimerkiksi halu positiivisen minäkuvan ylläpitämiseen, sekä erinäiset kognitiiviset rajoitteet ajattelukyvyssä ja muistissa (Mata & Wilke 2012).

Kognitiiviset vinoumat ovat verrattain yleisiä. Ehrlinger et al. (2016) korostaa, ettei kognitiivisten vinoumien kokeminen ole lainkaan epätavallista, vaan usein hyvin tyypillinen osa ihmisten kognitiivista ja sosiaalista toimintaa. Kognitiiviset vinoumat ovat usein väistämättömiä, automaattisia tapoja, joilla mieli käsittelee saatavilla olevaa tietoa, ja antaa ihmisille keinoja tehdä valintoja ja päätöksiä saatavilla olevan, rajallisen tiedon varassa. Kognitiivisesti tarkasteltuna ihminen perustaa havainnointinsa ja päätöksentekonsa nopeuteen ja tarkoituksenmukaisuuteen tietomäärän ollessa rajoitettua. (Ehrlinger et al. 2016.)

Kirjallisuudessa on dokumentoitu yli 100 kognitiivista, päätöksentekoon ja muistiin liittyvää harhaa, ja esimerkiksi sosiaalipsykologinen tutkimus jatkaa uusien harhojen tunnistamista ja rajaamista yhä edelleen (Ehrlinger et al. 2016). Vaikka kognitiiviset vinoumat ovat hyvin tyypillisiä, eivät ne ole aina täysin harmittomia. Nimensä mukaisesti kognitiiviset vinoumat eli ajatusvääristymät voivat johtaa havainnoimisen vääristymiseen tai virheellisiin tulkintoihin. Huijarisyndrooma voidaan nähdä yhtenä monista erilaisista kognitiivisista vinoumista, ja sen ongelmallisuus piileekin juuri oman osaamisen havainnoimisen vääristymisessä ja esimerkiksi omien saavutuksien oikeutuksen virheellisissä tulkinnoissa. Kuten edellisessä luvussa kuvattiin, huijarisyndrooman kokeminen saattaa ajan saatossa altistaa ajattelun vääristymisen myötä haitallisille käyttäytymismalleille, jotka voivat aiheuttaa esimerkiksi uupumusta tai mielenterveydellisiä haasteita.

2.3 Ammatillisen identiteetin muodostuminen työelämään siirryttäessä

Työelämään siirtyminen korkeakouluopinnoista on merkittävä siirtymävaihe, jolloin myös omaan minäkäsitykseen ja koettuun identiteettiin tulee muutosta (Sekki & Autio 2020). Identiteetti muodostuu useista osa-alueista, ja niiden saamat merkitykset painottuvat eri tavoin yksilöiden välillä. Eteläpelto ja Vähäsantanen (2010) ovat tutkineet työ- ja ammatti-identiteetin olevan keskeinen osa identiteetin rakentumista. Ammatillisella identiteetillä tarkoitetaan yksilön käsitystä itsestä ammatillisena toimijana, sekä sitä, miten yksilö toivoo kehittyvänsä työssään ja ammatissaan tulevaisuudessa. (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010.)

Käsityksemme identiteetistä ja sen myötä myös ammatillisesta identiteetistä on muuttunut ajan saatossa. Ajatus suhteellisen pysyvistä identiteetistä on haastettu, ja nykyisen käsityksemme mukaan identiteetti on ajasta riippuva sekä tilanteesta toiseen muuttuva. Nykyisin identiteetti ymmärretäänkin jatkuvasti uudelleen neuvoteltavaksi, dynaamiseksi minäkäsitykseksi. (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010.) Ammatillinen identiteetti rakentuu yksilön henkilökohtaisen ammatillisen kasvun lisäksi myös sosiaalisesti, sillä siihen kuuluu keskeisesti myös yksilön kokemukset omasta kuulumisesta ja samaistumisesta työyhteisöön. Yksilön ammatillinen identiteetti on identiteettityön tulosta. Ammatillinen identiteettityö alkaa jo opiskeluiden aikana, kun yksilön oma käsitys oman alan ammattilaisesta alkaa muodostua. Tähän prosessiin kuuluu oman ammatillisen tulevaisuuden pohdinta esimerkiksi omien toiveiden, soveltuvuuden sekä mielenkiinnonkohteiden tarkastelun avulla. (Em. 2010.)

Ammatillisen identiteetin muodostumista voidaan tarkastella henkilökohtaisena ammatillisena kasvuna, joka eroaa keskeisesti henkilökohtaisen identiteetin muodostumisesta sen ollessa yksilön, yhteiskunnan ja työelämän välisistä sosiaalisista suhteista muodostuva kokonaisuus. (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010.) Raja ”yksityisen minän” ja ”työminän” välillä ei kuitenkaan ole yksioikoinen, sillä työidentiteettiä tutkittaessa on havaittu, että ero henkilökohtaisen ja ammatillisen identiteetin välillä on helposti hälventynyt ja työstä saattaa tulla keskeinen identiteettiä määrittävä tekijä (Pääkkölä 2019). Joillekin työ onkin keskeinen persoonallisen identiteetin rakentaja (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010).

Viime vuosina huijarisyndrooman merkitystä psykologisena tekijänä urakehityksen kannalta on alettu kasvavissa määrin tunnistamaan. Tutkimuksissa on havaittu, että huijarisyndrooman kokeminen työelämässä on yhteydessä kasvaneeseen epäonnistumisen ja toisaalta menestyksen pelkoon, huonoon itsetuntoon ja haluttomuuteen toimia johtavassa asemassa. (Traut-Mattausch &

Zanchetta 2016.) Tämä näyttäytyy ongelmallisena ammatillisen identiteetin kehittymisen kannalta sen rakentuessa työyhteisöjen sosiokulttuurisissa konteksteissa yksilön oman osallisuuden kautta (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010). Ammatillisen identiteetin tarkastelu huijarisyndrooman yhteydessä on tärkeää, sillä epäselvällä ammatillisella identiteetillä on yhteys huijarisyndrooman kokemiseen. Kun henkilökohtainen identiteetti kytkeytyy liialti ammatilliseen identiteettiin, koetaan kaikki työssä saatu negatiivinen palaute henkilökohtaisuutena. (Pääkkölä 2019.) Tämä voidaan usein tulkita virheellisesti esimerkiksi oman pätevyyden riittämättömyytenä, jolloin huijarisyndrooman oireet alkavat näkyä. Huolestuttavaa henkilökohtaisen identiteetin sekoittumisesta työelämään on etenkin se, että sen aikaansaamien huijarisyndrooman kokemusten vuoksi on havaittu loppuun palamista sekä työssä luovuttamista. (Em. 2019.)

Huolestuttava havainto on myös se, että huijarisyndrooman kokemisen voidaan katsoa olevan yhteydessä haluttomuuteen edetä uralla tai edes suunnitella omaa työuraa. Huijarisyndrooman aiheuttamia negatiivisia vaikutuksia on huomattu jo opiskelijoissa, jotka eivät ole vielä edes siirtyneet työelämään. (Traut-Mattausch & Zanchetta 2016.) Opiskelijoiden asenteita työelämään kohtaan varjostavat pelot epäonnistumisesta työelämässä sekä toisaalta myös pelko työyhteisön reagoinnista omalla uralla menestymiseen. Nämä yhdistettynä huonoon itsetuntoon ovat edellytyksiä, joiden takia työelämään siirtyvät opiskelijat ovat alttiita huijarisyndrooman kokemiselle. Nämä havainnot olisi erittäin tärkeää ottaa huomioon esimerkiksi organisaatioiden toiminnan kehittämisessä, sillä huijarisyndrooma on tutkitusti huomattava sisäinen este erityisesti työelämässä aloittavien urakehitykselle. (Em. 2016.) Ajankohtaisessa keskustelussa onkin näkynyt huoli siitä, millaisin toimenpitein voitaisiin käytännön tasolla vähentää huijarina toimimisen tuntemuksia työelämässä. Työympäristön merkitys ammatillisen identiteetin muodostumisessa on keskeinen, sillä se rakentuu pitkälti ammatillisen sosiaalistumisen kautta (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010). Esimerkiksi haluttomuus edetä uralla ja työyhteisöön kuulumattomuuden tunne huijarisyndrooman seurauksena voidaankin nähdä haitallisena ammatillisen identiteetin kehittymiselle. Keskustelu käytännön toimenpiteistä on erittäin tärkeää, sillä on arvioitu, että jopa 70 % työikäisistä kokisi jonkinasteista huijarisyndroomaa jossakin vaiheessa työuraansa (Traut-Mattausch & Zanchetta 2016).

3 Tutkimuksen aineisto ja menetelmä

Tässä luvussa esitellään tutkielman aineisto ja aineistonkeruu sekä tarkastellaan tutkielman eettisyyttä. Lopuksi esitellään käytetyt tutkimusmenetelmät.

3.1 Aineisto

Tutkielman aineisto koostuu Office 365 Microsoft Forms -ohjelman kautta toteutetun kyselyn vastauksista. Kyselyn kohderyhmää olivat kaikki yliopisto-opiskelijat tai jo yliopistosta valmistuneet korkeakoulutetut, joilla on kokemusta oman alan työstä, esimerkiksi työharjoittelusta. Kyselyn tarkoituksena oli kartuttaa sekä huijarisyndroomaa kokevien että sitä kokemattomien vastauksia. Kyselyn saatteessa korostettiin, että vastauksia kaivattiin sekä huijarisyndroomaa kokevilta että sitä kokemattomilta. Aineisto koostuu 57 vastauksesta. Kyselyyn tuli vastauksia 58, joista yksi jouduttiin jättämään tutkielman ulkopuolelle sen epäselvyyden vuoksi. Vastanneista naisia oli 45 ja miehiä 11. Yksi vastaaja ei tahtonut kertoa sukupuoltaan.

Kysely koostui kolmesta erillisestä osiosta. Ensimmäisessä osiossa kerättiin taustatietoja vastaajan iästä, sukupuolesta, koulutustaustasta sekä sosioekonomisesta asemasta. Seuraava osio koostui 20 likert-asteikollisesta kysymyksestä, joiden avulla pyydettiin tarkastelemaan vastaajan omia käsityksiä osaamisestaan ja pätevydestään oman opiskelualansa työtehtävässä. Tämän osion väittämät pohjautuivat Pauline Rose Clancen vuonna 1985 kehittämään kysymyspatteristoon *Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS)*, joka suomennettiin vapaamuotoisesti tutkielman kyselyä varten. Clancen kyselyn avulla on vastauksia pisteyttämällä mahdollista antaa suuntaa antavaa arviota vastaajaan taipumuksesta huijarisyndrooman kokemiseen.

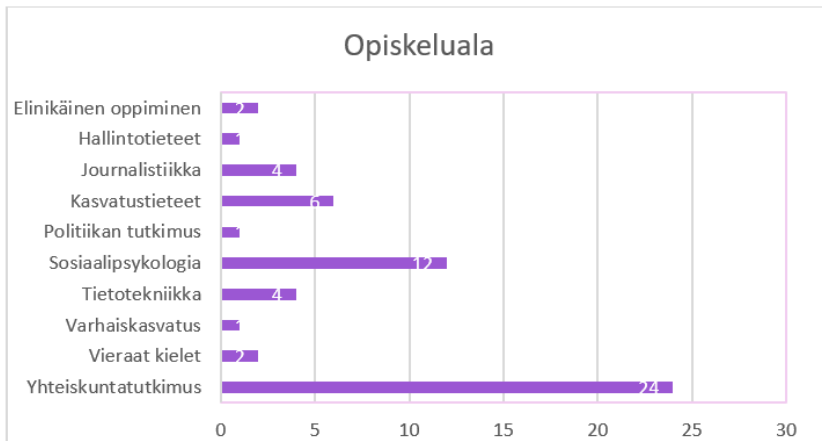
Kyselyn kolmas osio keskittyi huijarisyndrooman kokemusten keräämiseen sekä strukturoiduilla että avovastauksilla. Osiossa tarkasteltiin esimerkiksi vastaajien kokemia mahdollisia syitä huijarisyndrooman kokemuksille, selviytymiskeinoja huijarisyndrooman kanssa, ammatillista identiteettiä sekä yleisiä ajatuksia huijarisyndroomasta. Kysely ja siihen liittyvä saatekirje ovat löydettävissä tutkielman liitteistä.

Tutkielman kyselyä levitettiin sähköpostitse olemalla yhteydessä 26:een Tampereen yliopiston ainejärjestöön, ja pyytämällä niitä välittämään kyselyä eteenpäin sähköpostilistoilleen. Läheskään kaikki eivät kuitenkaan välittäneet kyselyä eteenpäin, ja vastauksia kertyi lopulta alle puolelta opiskelualoista, joihin oli oltu yhteydessä. Kysely välitettiin myös Suomen Sosiaalipsykologien yhdistykseen ajatuksena pyytää heitä välittämään kyselyä heidän mentorointiohjelmansa kautta. Heidän mentorointiohjelmansa ollessa kuitenkin sen verran pieni päättivät he jakaa kyselyn Facebook-sivuillensa. Yhteiskuntatutkimuksen ainejärjestö Interaktioon oltiin yhteydessä sekä Facebookin että sähköpostin välityksellä. Kysely oli avoinna 14 päivää, ja aineisto kerättiin tammikuussa 2021.

Vastaajien ikäjakauma oli syntymävuoden perusteella 1977-1999. Opiskeluiden keston osalta oli myös suurta vaihtelua vastaajien välillä. Suuri osa vastaajista oli jo valmistuneita, mutta vastauksia kertyi myös jopa ensimmäisen vuoden opiskelijoilta. Aiemman korkeakoulututkinnon suorittaneita oli 22 prosenttia vastaajista. Myös esimerkiksi ammattiaseman ja kuukausittaisten bruttotulojen välillä oli kiitettävästi vaihtelua vastaajien välillä.

Tutkielman aineiston keruuseen liittyi eettisiä pohdintoja kysymysten henkilökohtaisuudesta ja vastaajien tunnistettavuudesta lopullisesta tutkielmasta. Tutkielman aineiston hankinta toteutettiin anonyymilla kyselylomakkeella sen sisältämien henkilökohtaisten kysymysten vuoksi. Kyselyyn vastaaminen oli täysin vapaaehtoista, ja halutessaan vastaajilla oli mahdollisuus jättää vastaamatta kysymykseen. Tulosten raportoinnissa puolestaan on huolehdittu vastaajien tunnistamattomuudesta lopullisesta tutkielmasta, vaikka vastaukset annettiinkin anonyymeina. Avovastauksissa esiintyneet mahdolliset yksilöitävissä olleet tunnistuspiirteet ovat tätä tutkielmaa varten anonymisoitu, eikä valmiista tutkielmasta siten ole mahdollista yksilöidä vastaajaa. Myös tutkielmassa hyödynnetyistä suorista sitaateista on muokattu mahdolliset tunnistetiedot pois. Sitaattien kohteet ovat tutkielmassa yksilöity vain sukupuolen ja iän mukaan, esimerkiksi Nainen, 25 vuotta, jättäen opiskelualan tarkoituksella mainitsematta tunnistamisriskin vuoksi.

Alla on esitetty kuvio kyselyyn vastanneiden edustamista opiskelualoista. Kyselyyn vastasivat selvänä enemmistönä yhteiskuntatutkimuksen opiskelijat. Toiseksi eniten vastauksia kertyi sosiaalipsykologian edustajilta. Tutkielman kyselyssä Suomen Sosiaalipsykologit ry:n kautta vastaavia pyydettiin erittelemään omaksi opiskelualakseen sosiaalipsykologia. Täten sosiaalipsykologian vastanneet eivät ole samoja vastaajia, jotka ovat vastanneet opiskelualakseen yhteiskuntatutkimuksen, vaikka se onkin Tampereen yliopistossa yksi yhteiskuntatutkimuksen opintosuunnista. Yhteiskuntatutkimuksen ja sosiaalipsykologian jälkeen eniten vastauksia kertyi kasvatustieteistä, journalistiikasta ja tietotekniikasta. Alla esitetyssä kuviossa on nähtävissä vain ne alat, joilta saatiin vastauksia kyselyyn. Yhteensä vastauksia kuviossa on 57.



Kuvio 1 Vastaajien opiskelualat

3.2 Tutkimusmenetelmä ja analyysiprosessi

Alkuperäisen suunnitelman mukaisesti tutkielman aineiston analyysi olisi toteutettu määrällisin menetelmin. Aineiston koko jäi kuitenkin suhteellisen pieneksi 57 vastauksella, joten alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen analyysimetodiksi valikoitui monimenetelmällinen tutkimus (*eng. Mixed methods research*). Monimenetelmällisestä tutkimuksesta puhuttaessa käytettyjä käsitteitä ovat myös esimerkiksi *multimethod research* ja *mixed research* (Teddlie & Tashakkori 2010, 19). Monimenetelmällisen tutkimuksen etuna verrattuna määrälliseen menetelmään on mahdollisuus hyödyntää myös kyselyn avovastauksia, sillä monimenetelmätutkimuksessa hyödynnetään sekä määrällisiä että laadullisia analyysimenetelmiä. Tutkielmassa molempia tutkimuskysymyksiä on analysoitu laadullisin menetelmin, ja määrällistä analyysia on käytetty molemmissa tutkimuskysymyksissä laadullisen analyysin tukena.

Tutkielman laadullinen analyysi on toteutettu aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Tutkimuksessa päädyttiin hyödyntämään aineistolähtöistä sisällönanalyysia, sillä huijarisyndroomasta on yhä verrattain vähäisesti saatavilla sellaista tieteellistä tietoa, jonka avulla esimerkiksi teorialähtöinen sisällönanalyysi olisi ollut mahdollista toteuttaa. Tämän vuoksi aineistolähtöinen sisällönanalyysi sopii tähän tutkielmaan hyvin, sillä menetelmässä pyritään muodostamaan teorettinen kokonaisuus tutkimuksen aineistosta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 80). Sisällönanalyysi menetelmänä tarkoittaa aineistosta tehtävää tulkintaa ja päättelyä, joka etenee aineiston analysoinnista kohti tutkittavasta aiheesta tehtyä käsitteellistä näkemystä. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin käyttäminen tutkimusmenetelmänä jakautuu tyypillisesti kolmivaiheiseksi prosessiksi. Aineiston pelkistämisen

jälkeen se ryhmitellään, ja ryhmittelyjen pohjalta on mahdollista luoda tutkielmassa käytettävät teoreettiset käsitteet. (Em. 2009, 92–94.)

Tutkielman määrällisessä analyysissä hyödynnettiin ristiintaulukointia. Kontingenssitauluissa eli ristiintaulukoinnissa esitetään tyypillisesti kahden kategorisen muuttujan yhteisjakauma. Ristiintaulukointi on tulkinnallisesti yksinkertainen tapa ilmaista havaintoaineistossa esiintyviä jakaumia. (Nummenmaa 2010, 305.) Tilastollisessa päättelyssä pyritään tekemään otoksen perusteella populaatiota koskevia päätelmiä (em. 2010, 37), mutta tässä tapauksessa on tärkeää tuoda esiin ymmärrys siitä, ettei tämän kokoinen otos ole mitenkään laajemmin vielä yleistettävissä. Tutkielman ristiintaulukoinneissa ei ole raportoitu tilastollisen merkitsevyyden tunnuslukuja, sillä aineistona toimiva otos ei ole edustava otos perusjoukosta eli yliopisto-opiskelijoista sen pieneksi jääneen otoskoon vuoksi. Pienten solufrekvenssien vuoksi tilastollisen merkitsevyyden raportointia ei voida pitää tutkielman kannalta informatiivisena tai luotettavana. Määrällisten tulosten raportointia tuleekin tarkastella laadullista analyysia tukevana. Tutkielmassa on käytetty määrällisten menetelmien osalta SPSS-ohjelmistoa.

Tutkielman analyysiprosessi aloitettiin avovastauksien läpiluennalla, jonka jälkeen tutkielman kannalta olennaisia vastauksia alettiin luokitella aihepiirien mukaisesti mahdollisten yläluokkien muodostamiseksi. Yläluokkien muodouduttua luotiin vielä alaluokat, jotka kuvastivat avovastauksista saatuja merkityksenantoja. Tutkielman rajallisuuden vuoksi tutkimuskysymyksiä ei ole painotettu tasaisesti. Huijarisyndrooman yhteydessä esiintyvien taustatekijöiden tarkasteluun on hyödynnetty aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Muodostettujen kategorioiden tarkastelu vie sisällöllisesti runsaasti tilaa, joten ammatillista identiteettiä on tarkasteltu tutkielman analyysiosuudessa vähemmän. Tutkielman painotus kohdistuu täten enemmän ensimmäiseen tutkimuskysymykseen, ja ammatillista identiteettiä tarkastellessa aineistolähtöiselle sisällönanalyysille tyypillinen kategorisointi on jätetty pois. Kategorisoinnin sijaan ammatillista identiteettiä tarkastellessa on tutkielman kannalta keskeisiä havaintoja nostettu esiin laadulliseen analyysiin sellaisenaan.

4 Analyysi ja tulokset

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimuksen kannalta keskeisimpiä tuloksia. Aluksi aineistoa on esitelty ristiintaulukoinnin avulla. Ensimmäisessä alaluvussa tarkastellaan huijarisyndrooman taustatekijöitä aineistosta muodostettujen neljän yläluokan avulla. Toisessa alaluvussa puolestaan tarkastellaan

työelämään siirtyneiden opiskelijoiden kokemuksia ammatillisesta identiteetistä ja sen suhteutumisesta huijarisyndrooman kokemiseen.

Huijarisyndrooma oli 95 % vastaajista ennalta tuttu käsite. Korkeakouluopintojen aikana huijarisyndroomaa oli kokenut 69 % vastaajista ja 10 % ei osannut sanoa, olivatko he kokeneet huijarisyndroomaa opinnoissaan. Oman alan työtehtävissä huijarisyndrooman kokeminen oli lähes yhtä yleistä kuin korkeakouluopinnoissa koettaessa: 68 % vastasi kokeneensa huijarisyndroomaa oman alan työtehtävissä ja 9 % ei osannut sanoa. Vastaajista 22 % oli myös käsitellyt huijarisyndrooman kokemuksiaan ammattilaisen kanssa.

Huijarisyndrooman kokeminen työssä oman alan työkokemuksen mukaan, %

		Oman alan työkokemus vuosina				Yhteensä
		Alle vuosi	Vuosi	Kaksi vuotta	3 vuotta tai enemmän	
Huijarisyndrooman kokeminen työssä	Kyllä	73	71	77	86	76
	Ei	27	29	23	14	24
Yhteensä		100	100	100	100	100
		n = 15	n = 7	n = 22	n = 7	n = 51

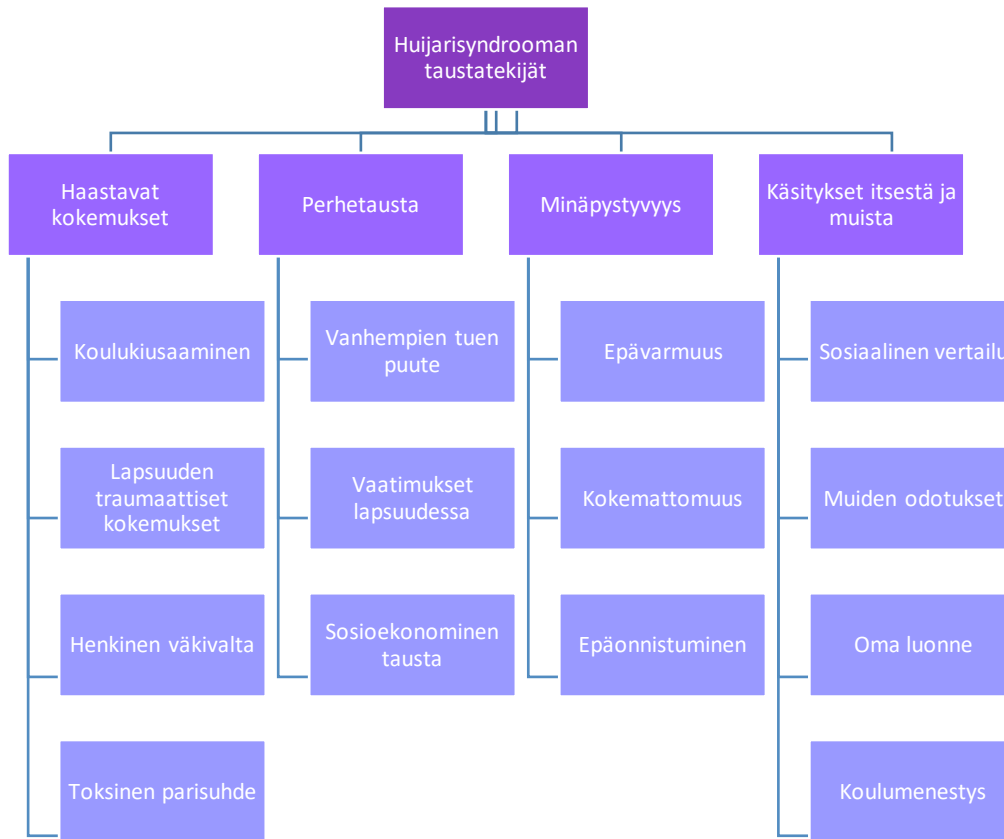
Taulukko 1 Huijarisyndrooma työssä

Ylempänä esitellyssä ristiintaulukoinnissa on nähtävissä työkokemuksen ja huijarisyndrooman yhteyttä kyselyyn vastanneilla. Taulukoinnissa on työkokemuksen muuttujaa luokiteltu uudelleen yhdistelemällä kaksi muuttujaa luokaksi ”3 vuotta tai enemmän”. Uudelleenluokittelulla pyrittiin välttämään frekvenssiltään liian pieniä luokkia (Valtari 2004, 41). Kiinnostavana havaintona taulukoinnista on huomattavissa se, ettei oman alan työkokemuksen kasvu ole suoranaيسssa yhteydessä huijarisyndrooman kokemisen vähenemiseen. Tämä osoittaa hyvin juuri sen, ettei huijarisyndrooman kokeminen ole todellisuudessa yhteydessä yksilön osaamattomuuteen tai kokemattomuuteen (Clance & Imes 1978; Parkman 2012). Kyselyn myötä selvisi myös, että huijarisyndroomaa koetaan ammattiasemasta riippumatta. Huomionarvoista oli etenkin se, ettei huijarisyndrooman kokeminen työelämässä näyttäisi vähenevän ammattiaseman nousun myötä. Tämä on esitettyinä ristiintaulukoinnissa, joka löytyy tutkielman liitteistä (ks. liite 4).

4.1 Huijarisyndrooman taustatekijät

Tutkielman ensimmäinen tutkimuskysymys tarkastelee, millaisia tekijöitä esiintyy työelämään siirtyneiden yliopisto-opiskelijoiden huijarisyndrooman taustalla. Vastauksista oli tulkittavissa useita

erilaisia vastaajien kokemia tekijöitä huijarisyndrooman taustalla. Taustatekijät ovat luokiteltu neljään eri yläluokkaan, jotka ovat *haastavat kokemukset*, *perhetausta*, *minäpystyvyys* sekä *käsitykset itsestä ja muista*. Seuraavaksi on esitetty taulukko kuvastamaan tehtyä luokittelua ja sen sisältöä.



Kuvio 2 Huijarisyndrooman koetut taustatekijät

4.1.1 Haastavat kokemukset

Ensimmäisenä yläluokkana on yksilön kokemat haastavat kokemukset. Kyselyyn tulleissa vastauksissa raportoitiin hyvin traumaattisiakin kokemuksia. Osa kokemuksista sijoittui aivan lähisuhteisiin, kuten parisuhteeseen tai ystävyysuhteeseen. Haastavien kokemusten ajankohdilla oli jonkin verran eroja, osan sijoittuessa lapsuuteen ja koulumaailmaan, ja osan ollessa tuoreempia kokemuksia. Yhteistä näille kaikille kokemuksille oli kuitenkin se, että vastaajat tunnistivat henkisesti raskaiden kokemusien vaikutukset yhä nykypäivänä, näkyen juuri huijarisyndroomana. Haastavien kokemusten alaluokiksi muodostuivat *koulukiusaaminen*, *lapsuuden traumaattiset kokemukset*, *henkinen väkivalta* ja *toksinen parisuhde*.

Koulukiusaaminen

Haastavat kokemukset etenkin nuorella iällä, mutta myöhemmälläkin, voivat vaikuttaa merkittävästi kasvuun ja kehitykseen. Kyselyn useammassa vastauksessa mainittiin koulukiusaaminen, joka on jättänyt jälkensä esimerkiksi itsetuntoon ja tapaan ajatella itsestään. Osa vastaajista mainitsi peruskouluikäisen kiusaamisen vaikutuksien näkyvän yhä omassa ajattelutavassaan.

Koulukiusaamistausta aiheutti sen, että keskityin suorittamaan ja olemaan paras ("voitaakseni" kiusaajat), mikä ruokkii huijarisyndroomaa ja armottomuutta itseä kohtaan...

Nainen, 31 vuotta

Huijarisyndroomassa keskiössä on oman osaamisen ja saavutusten kyseenalaistaminen. Esimerkiksi edellä esitellyssä siteerauksessa kuvataan, kuinka koulukiusaaminen voi osaltaan edesauttaa huijarisyndrooman kehittymistä. Vastaja kuvaa, kuinka koulukiusaaminen on näkynyt täydellisyyden tavoitteluna koulunkäynnissä, ja sitä myöten johtanut huijarisyndrooman kokemuksiin. Huijarisyndroomasta kärsivälle on tyypillistä sen heijastuminen itselleen asetettuihin tavoitteisiin ja vaatimuksiin, kuten esimerkiksi Parkman (2012) on edellä kuvannut.

Henkinen väkivalta

Läheisten ihmissuhteiden merkitys näkyi osaltaan tärkeänä tekijänä huijarisyndrooman syntymisen kannalta. Eräässä vastauksessa kuvattiin, kuinka vuosia kestänyt henkinen väkivalta ilmeni hänen entisessä ystävyysuhteessaan.

Lisäksi lukioaikoina entinen ystäväni käytti vuosia henkistä väkivaltaa minua kohtaan, jossa yhtenä isona aspektina oli älyllisen kyvykkyyteni murentaminen. Käytännössä haukkui minua jatkuvasti tyhmäksi ja etten osaa mitään, minulla ei ole omia mielipiteitä, etten ikinä tajua mitään ja miten voin olla niin tyhmä.

Nainen, 24 vuotta

Yllä esitetyssä siteerauksessa kyselyyn vastannut kuvastaa, kuinka hänen älyllinen kyvykkyytensä murennettiin alituisella haukkumisella ja mitätöinnillä. Henkistä väkivaltaa voi olla haasteellista tunnistaa, mutta esimerkiksi yllä olevassa siteerauksessa esitetyt haukkuminen, nöyryyttäminen ja leimaaminen huonoksi ovat sen ilmenemismuotoja (Nollalinja.fi). Etenkin nuoruudessa muiden ihmisten näkemykset ja sanomiset itsestä saattavat saada suuren painoarvon ja täten vaikuttaa merkittävästi käsityksiin omasta itsestä. Henkistä väkivaltaa kokevan minäkuva voi vääristyä, kun väkivaltaa kokevalle tarjotaan tekijän puolesta näkemystä, jonka mukaan väkivallan kohde on esimerkiksi avuton ja heikko (Nollalinja.fi). Yllä kuvatun kaltainen, vuosia kestänyt älyllisyyteen ja

osaamiseen keskittynyt mitätöinti voikin vaikuttaa herkästi oman osaamisen ja saavutusten arvioimiseen realistisesti. Oman osaamisen arvioinnin hämärtyminen, esimerkiksi juuri henkisen väkivallan vuoksi, on yksi huijarisyndrooman keskeisimpiä piirteitä (ks. esim. Clance & Imes 1978; Parkman 2012).

Koulukiusaamisen ja henkisen väkivallan lisäksi muita lähisuhteissa koettuja huijarisyndroomaa edesauttaneita tekijöitä olivat vastaajien mukaan lapsuudessa koetut traumaattiset kokemukset sekä toksinen parisuhde. Sekä lapsuuden traumaattisissa kokemuksissa että toksisessa parisuhteessa kyse on lähtöjään luottamuksellisesta ihmissuhteesta, jolloin kokemukset voivat olla erityisen haavoittavia. Henkisesti kuormittavilla kokemuksilla tiedetään olevan vaikutusta yksilön psyykkeeseen ja esimerkiksi huono itseluottamus on usein osatekijänä huijarisyndrooman synnyssä, kuten aiemmin kerrottiin (Parkman 2012).

4.1.2 Perhetausta

Toisena yläluokkana tarkastellaan perhetaustaa. Perhetaustan merkitys huijarisyndrooman kannalta oli aineistossa merkittävä ja toistui vastauksissa usein. Useammassa vastauksissa korostui, kuinka vanhempien asennoituminen ja esimerkiksi lapsuudessa esiintyneet vaatimukset vaikuttivat yhä varhaisaikuisuudessa ja aikuisuudessa vastaajien ajatteluun ja toimintaan. Perhetaustan alaluokiksi muodostuivat *vanhempien tuen puute, vaatimukset lapsuudessa ja sosioekonominen tausta*.

Vanhempien tuen puute

Vanhempien tuen puuttuminen näkyi useamassa vastauksessa merkittävänä tekijänä huijarisyndrooman taustalla. Monille esimerkiksi korkeakouluopintoihin hakeutuminen ja sen mukanaan tuoma itsenäistyminen ovat elämän suuria muutoksia, joissa vanhempien tuen merkitys saattaa korostua. Korkeakouluopintoihin hakeutuminen ja etenkin oman opiskelualan valinta edellyttävät usein itsenäisyyttä ja omia valintoja, joihin kaikki eivät saa vanhemmiltaan tukea. Seuraavissa sitaateissa kuvataan, miten vanhempien tuen puute opinnoissa ja työuralla saattaa näyttäytyä.

Vanhempani eivät ole tukeneet minua opinnoissani tai työurani alkuvaiheilla, oikeastaan päinvastoin. Esimerkiksi äitini mielestä on epäreilua, että tienaani näinkin "kevyessä" työssä enemmän kuin hän tehtyään suorittavaa työtä fyysisesti raskaalla alalla kymmeniä vuosia.

Nainen, 26 vuotta

... ettei perheessä ole juurikaan kannustettu koskaan mihinkään.

Nainen, 31 vuotta

Kannustuksen puute vanhemmilta tuli esiin muutamassa vastauksessa. Toisessa yllä esitetystä sitaatista vastaaja taustoitti vanhemmalta saadun tuen puutetta esimerkiksi palkkaeroin, jotka vanhempi koki epäreiluiksi. Esimerkiksi Clance & Langford (1993) ovat havainneet, kuinka vanhempien lapselleen tarjoaman aktiivisen tuen ja kannustuksen puute ovat yhteydessä huijarisyndrooman kehittymiseen. Tätä voidaan selittää sillä, että kotoa saatavaa vähäistä kannustusta pyritään kompensoimaan suorittamalla esimerkiksi opintoja aina vain kovemmin vanhempien miellyttämiseksi (Clance & Langford 1993).

Vaatimukset lapsuudessa

Edellä kuvattiin, kuinka osa vastaajista kertoi vanhempien tuen ja kannustuksen puutteesta esimerkiksi opinnoissa. Tälle hieman vastakkaisena näkemyksenä myös liian kovat vaatimukset etenkin lapsuudessa nähtiin huijarisyndroomaa ruokkivina tekijöinä. Useammassa vastauksessa kerrottiin vaativuuden näkyneen siten, että kannustuksen ja tuen saamiseksi vaadittiin paljon. Seuraavaksi on esitetty kolme siteerausta, jotka kuvaavat kolmen eri vastaajan kokemaa suorituskeskeistä ilmapiiriä.

...ehkä myös se, jos ei lapsena ole saanut tarpeeksi huomiota tai tunnustusta vanhemmiltaan vaan sen eteen on täytynyt nähdä joskus paljonkin vaivaa.

Nainen, 27 vuotta

En voi myöskään olla ajattelematta, etteikö peruskoulun kiusaamiskokemuksista jäänyt huono itsetunto sekä kasvatus, jossa kehut ja arvostus perustuivat suoritusten laatuun vaikuttaisi asiaan.

Nainen, 27 vuotta

Minulta ollaan lapsena vaadittu paljon täydellistä suoriutumista ja usein olen saanut moittia, kun en olekaan tehnyt asioita täydellisesti... Yleensä olen saanut moittia asioista joihin olin itse ylpeä, mikä johti siihen että kyseenalaistan omaa kyvykkyyttäni tunnistamaan mikä on hyvä suoritus ja mikä ei.

Nainen, 27 vuotta

Kuten haastavien kokemusten luokassa, näkyy myös tässä yhteydessä muiden ihmisten näkemysten ja puheiden painoarvo käsitykseen omasta itsestä. Kolmannessa siteerauksessa vastaaja kertoo, kuinka koki ristiriitaisuutta oman onnistumisentunteen ja muilta tulleiden moitteiden yhteydessä.

Vastaaja myös ilmaisi tiedostavansa itse, miten häneen kohdistuneet vaatimuksen ja ristiriitaisuuden kokemukset ovat hankaloittaneet hänen kykyään tunnistaa hyvää suoriutumista. Koulumenestyksen ja -innostuksen kehumisen puutteellisuutta on kuvattu kehumisvajeeksi, jonka on huomattu vaikuttavan oman kyvykkyyden epäilyyn (Käyhkö 2014). Vaivannäkö ja myös jopa täydellisydentavoittelu kuuluivat asioihin, joita vastaajat kuvasivat joutuneensa tekemään, jotta saivat kannustusta ja kehuja suorituksistaan. Yhtenäistä näille vastauksille on huijarisyndroomaa kokeville tyypillinen taipumus suorittamiseen (ks. esim. Clance & Imes 1978), jotta saadut kehut koetaan ansaituiksi.

Sosioekonominen tausta

Sosioekonomisen taustan epäiltiin kyselyn vastauksissa vaikuttaneen siihen, että vastaaja on kokenut huijarisyndroomaa. Sosioekonomisen aseman voidaan määritellä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan koostuvan hyvinvoinnin aineellisista ulottuvuuksista ja niiden edellytyksistä. Aineellisia ulottuvuuksia ovat esimerkiksi tulot, asumistaso ja kertynyt omaisuus, ja niiden edellytyksiä ovat koulutustaso, ammatti ja ammattiasema. (thl.fi.) Tämän tutkielman yhteydessä toteutetun kyselyn vastauksissa sosioekonomisen taustan osalta etenkin vanhempien koulutustaso nostettiin esille huijarisyndroomaa aiheuttavana tekijänä. Seuraavissa sitaateissa kaksi vastaajaa kiteyttää tämän seuraavasti:

Varmasti osittain omasta taustasta: olen kotoisin maatilalta ja kulttuurinen pääomani on - tai oletan sen olevan - erilainen kuin korkeammin koulutetusta taustasta tulevilla.

Nainen, 26 vuotta

...työväenluokkaisempi tausta ja ulkopuolisuuden kokemus esim. yliopistoyhteisössä.

Nainen, 27 vuotta

Ylemmässä sitaatissa vastaaja epäilee oman kulttuurisen pääomansa poikkeavan korkeamman koulutuksen taustasta tulevilta opiskelijoilta. Tässä huijarisyndroomaa taustoitetaan vertailemalla omaa taustaa muiden vastaavaan. Vastaavasti taas alemmassa sitaatissa vastaaja epäilee, että omat huijarisyndrooman kokemukset saattavat olla seurausta omasta työväenluokkaisesta taustasta ja sen aiheuttamasta ulkopuolisuuden kokemuksesta. Tämä näkyi myös aiemmin tutkielmassa esitellyssä Käyhkön (2014) tutkimuksessa, jossa työväenluokkaisia naisia tutkittaessa huomattiin, että monet kokivat joutuvansa oikeuttamaan opiskeluaan yliopistossa taustansa vuoksi. Käytännössä tämä näkyi esimerkiksi näkemällä huomattavan paljon vaivaa opintojen eteen.

4.1.3 Minäpystyvyys

Kolmas yläluokka on minäpystyvyys. Minäpystyvyys käsitteenä kuvastaa yksilön omia arvioita ja uskomuksia omista kyvyistään sekä mahdollisuuksista suorittaa erinäisiä tehtäviä (Bandura 1977). Osassa saaduista vastauksista oli nähtävissä haasteita oman minäpystyvyyden kanssa aiheuttaen haasteita etenkin oman alan työtehtävissä. Näiden työssä esiintyneiden haasteiden koettiin aiheuttavan huijarisyndrooman kokemista. Minäpystyvyyden alaluokiksi muodostuivat *epävarmuus*, *kokemattomuus* ja *epäonnistuminen*.

Epävarmuus

Epävarmuuden kokeminen uuteen työhön siirryttäessä on varsin yleistä ainakin tämän tutkielman aineiston mukaan. On kuitenkin tärkeää kyetä erottamaan uuden työn aloittamiseen kuuluvasta epävarmuudesta varsinainen huijarisyndrooma, joka saattaa aiheuttaa epävarmuuden tunteita vielä vuosien työurankin jälkeen. Alla olevassa sitaatissa pohdittiin huijarisyndroomaa ja epävarmuutta seuraavasti:

Epävarmuus juontuu siis siitä, että kyseiseen työhön liittyvät kompetenssit ovat nyt vähäiset, mutta olen optimistisella tuulella, että saavutan lisää varmuutta kokemuksen kautta ja epävarmuuteni/huijariolotilani hälvenee. Jää nähtäväksi, jääkö kyseiset tunteet todella pois ajan kuluessa.

Mies, 31 vuotta

Vastaaja kuvastaa suhtautuvansa toiveikkaasti oman epävarmuutensa ja *huijariolotilansa* hälventymiseen tulevaisuudessa, mutta sisällyttää vastaukseensa kuitenkin epäilystä siitä, jääkö edellä kuvatut tuntemukset todellisuudessa pois työkokemuksen karttuessa. Epävarmuus on omiaan ruokkimaan huijariuden tunnetta. Huijarisyndroomaan kuuluu, ettei epävarmuuden tunne hälvene, vaikka kokemus omasta työtehtävästä lisääntyy. Tutkittaessa huijarisyndroomaa on havaittu, että epävarmuus ja epäonnistumisen pelko eivät hälvene, vaikka huijarisyndroomaa kokeva henkilö olisi ansioitunut urallaan ja saanut siitä tunnustusta (ks. esim. Clance & Imes 1978).

Kokemattomuus

Epävarmuuden ohella myös kokemattomuus on hyvin yleinen tuntemus uuden työtehtävän edessä. Eräs vastaaja kuvasi kokemattomuuden ja huijarisyndrooman yhtälöä seuraavasti:

Olen kokenut huijarisyndroomaa lähinnä uusia työtehtäviä aloittaessa, joutuu jatkuvasti tekemään uusia asioita, joista ei ole kokemusta tai joita ei voi etukäteen opetella.

Mies, 30 vuotta

Siteerauksesta käy ilmi, että henkilö kykenee tunnistamaan taipumuksensa huijarisyndrooman kokemiseen tilannekohtaisesti. Etenkin työelämässä uuden eteen joutuminen on yleistä, eikä tarvittavaa kokemusta ole välttämättä voinut haalia etukäteen. Kokemattomuuden kohdalla on erittäin tärkeää ymmärtää, että myös muut kokevat vastaavissa tilanteissa kokemattomuutta. Huijarisyndroomaa kokeva saattaa kuitenkin ajatella, että kokemattomuuden tunne on jotenkin henkilökohtaista ja vain omasta osaamattomuudesta johtuvaa. Etenkin siirryttäessä opiskeluista ensimmäiseen oman alan työpaikkaan on kokemattomuus liki väistämätön tuntemus, ja se näkyi selkeästi kyselyn vastauksia analysoidessa. Osa vastaajista kuvasi tätä kokemattomuuden tunnetta osaksi kehitysvaihetta, josta tarkemmin luvussa 4.2.

Epäonnistuminen

Myös vastoinkäymiset ja epäonnistumiset jo työelämään siirryttyä näkyivät vastauksissa. Eräs vastaaja kuvasi seuraavalla tavalla, kuinka aiempi epäonnistuminen työelämässä vaikuttaa yhä huijarisyndrooman kokemuksilla:

Kokemukseni saattavat johtua nuorempana saaduista työkokemuksista, joissa epäonnistuin (ainakin mielestäni).

Mies, 25 vuotta

Epäonnistumisten merkitys huijarisyndrooman taustalla oli hieman yllättävä. Yleisesti huijarisyndroomaa kokevat pärjäävät työssään tai opinnoissaan varsin mallikkaasti, ja juuri sen vuoksi omien taitojen ja osaamisen epäily on usein perusteetonta (ks. esim. Parkman 2012). Yllä esitellyssä siteerauksessa vastaaja kuitenkin tiedostaa epäonnistuneensa työtehtävässään. Tässä tutkielmassa tämä tulkittiin niin, että vastaaja on pätevä nykyisin tekemäänsä työtehtävään, mutta aiemmassa työssä sattunut epäonnistuminen on ruokkinut oman osaamattomuuden ja muiden huijaamisen tuntemuksia. Epäonnistumisen pelko saattaa myös olla läsnä juuri työelämään siirryttäessä. Vastaajista reilut 15 % kertoi pelkäävänsä hyvin usein ja liki 33 % usein epäonnistuvansa uudessa tai haastavassa työtehtävässä.

4.1.4 Käsitteet itsestä ja muista

Viimeisenä yläluokkana käsittelyssä on käsitteet itsestä ja muista. Huijarisyndrooma vaikuttaa merkittävästi sitä kokevan käsitteeseen sekä omasta itsestään että myös muista. Tyypillistä omien

saavutusten ja osaamisten kyseenalaistamisen ja aliarvioinnin lisäksi on muiden saavutuksiensa eteen tekemän työmäärään arvioiminen huomattavasti todellisuutta vähäisemmäksi. Seuraavaksi tarkastellaan, millä tavoin muut ihmiset ja heidän saavutuksensa vaikuttavat huijarisyndrooman taustatekijöinä. Alaluokiksi kategoriaan muodostuivat *sosiaalinen vertailu, muiden odotukset, oma luonne ja koulumenestys*.

Sosiaalinen vertailu

Sosiaalinen vertailu korostui kyselyn vastauksissa merkittävästi. Valtaosa kyselyyn vastanneista oli nuoria aikuisia, ja moni myönsi vertailevansa itseään ja omaa osaamistaan muihin niin opintojen kuin työelämänsä osalta. Vastaajista jopa liki 28 % myönsi hyvin usein vertailevansa kyvykkyyttään työkollegoidensa taitoihin ja kykyihin, ja ajattelevan heidän olevan itseään kyvykkäämpiä. Vastaajista 24 % puolestaan kertoi tekevänsä tätä vertailua usein ja 31 % joskus. Kokonaisuutena jopa 95 % kyselyyn vastanneista on vertaillut omaa kyvykkyyttään työkollegoihin, ja kokenut heidät itseään kyvykkäämpinä. Tästä voidaan tulkita, että sosiaalinen vertailu etenkin työympäristössä on yleistä työelämään siirtyvillä opiskelijoilla.

Pohjalla tietysti jatkuva sosiaalinen vertailu muihin.

Mies, 30 vuotta

Työskentelen ns. uudessa työtehtävässä, eikä ole oikein ketään kehen voin suorituksiani verrata paitsi eri työtehtävissä työskentelevien kokeneiden kollegoiden taitoihin, joten on helppo ajatella olevansa keskinkertainen tai huono vähän kaikessa.

Nainen, 33 vuotta

Uskoisin itselläni vahvan ylisuorittamisen/perfektionismin vaikuttavan kokemaani huija[r]isyndroomaan, sillä ainahan voisin tehdä paremmin/enemmän/laadukkaammin kuten muut ”tekevät”.

Nainen, 24 vuotta

Heti nyt ensimmäisessä oman alan työpaikassa olen saanut kuulla kommentointia nuoresta iästäni kollegoilta. Siitä minulle on jäänyt olo, että he eivät pidä minua pätevänä. Minulla on myös usein sellainen olo, että muut tietävät ja osaavat minua paremmin. Minun on myös ollut vaikea sanoittaa omaa osaamistani ja kertoa siitä muille.

Nainen, 25 vuotta

Etenkin siteerauksista viimeisin kuvastaa huijarisyndroomaan kuuluvan muihin vertailemisen keskeisimmän ongelman, eli omien mielikuvien luomisen muiden osaamisesta ja kyvykkyydestä. Sosiaalinen vertailu on ihmismielelle ominaista. Ihmisillä on luontainen halu arvioida omia kykyjään, ja objektiivisen arvioinnin kohteen puuttuessa arviointia toteutetaan vertaamalla omia kykyjään

muiden ihmisten kykyihin. (Festinger 1954.) Kun sosiaalinen vertailu tapahtuu omien luulojen ja mielikuvien pohjalta, saattaa se kuitenkin osoittautua virheelliseksi. Virheellisten olettamien pohjalta tehty vertailu saattaa luoda kohtuuttoman suuria suorituspaineita, jotta voisi suoriutua yhtä hyvin kuin muut vaikuttavat suoriutuvan. Huijarisyndroomaa kokevilla on osittain juuri sosiaalisen vertailun vuoksi taipumusta suorittamiseen ja saavuttamattomiin tavoitteisiin, kuten tutkielmassa aiemmin kerrottiin (Parkman 2012).

Työ- ja opiskelupaikoilla tapahtuva vertailu on nykyisellään mahdollista myös vapaa-ajalla. Myös sosiaalinen media koettiin vertailulle toimivana alustana, ja muiden saavutusten ja onnistumisien seuraaminen somessa tiedostettiin huijarisyndrooman kannalta vahingollisena.

...sekä osaltaan some (jota itse käytän mahdollisimman vähän), jossa jokainen julistaa onnistumistaan ja kasvuaan.

Nainen, 31 vuotta

Itsensä vertailu muihin tai oikeammin heidän kiittäviin linkedin-profiileihinsa.

Nainen, 28 vuotta

Sosiaalisessa mediassa vertailu muihin on tehty huomattavan helpoksi, ja sinne valikoidaan julkaistavaksi usein vain onnistumiset ja muut positiivista julkikuvaa ylläpitävät yksityiskohdat. Sosiaalisessa mediassa esiintyvät kiittävät LinkedIn-profiilit saattavat luoda kuitenkin otolliselta tuntuvaa vertailuasemaa, jossa realismi saattaa hämärtyä. Pelkästään sosiaalisen median perusteella on kuitenkin usein mahdotonta nähdä saavutusten takana olleita tekijöitä, kuten esimerkiksi vaadittua työmäärää tai oikeaa ajoitusta.

Muiden odotukset

Muiden ihmisten odotukset saattavat luoda suorituspaineita jo ilman huijarisyndroomaa. Kartutettaessa kyselyssä vastauksia nimenomaisesti koettuihin huijarisyndroomaan vaikuttaneisiin taustatekijöihin, korostui useassa vastauksessa muiden itseen kohdistamat odotukset.

Vaikka olen aina tehnyt paljon töitä ja tavoitellut hyviä tuloksia, on minun vaikea uskoa saavuttavani niitä sillä tadolla, jota työelämässä vaaditaan. Samalla kun työkavereiden ja esihenkilöiden usko ja luotto minuun on kannustavaa, luo se myös paineita etten vain "petä heidän luottamustaan".

Nainen, 25 vuotta

Tunnen, etten ole ollut työnhauissa kaikista pätevin vaihtoehto, vaikka valinta onkin lopussa kohdistunut minuun. Työnantajan motiiveja on vaikea tulkita: miksei kokeneinta palkattu? Tai eniten opiskellutta? Mitä minulta siis toivotaan tai odotetaan? Paineita lisää se, jos ajatuksena on

ollut palkata juuri minut esimerkiksi luovuuden takia tai siksi, että minulla uskotaan olevan potentiaalia. Mitä, jos en lunasta lupauksiani tai luovuuteni kuihtuu? Huijariajatukset syntyvätkin siis helposti, kun tulee valituksi työpaikkaan, vaikka varmasti ole kokeneine ja kouluttautunein vaihtoehto.

Mies, 26 vuotta

Välillä työelämässä tuntuu siltä, että ihmiset olettavat minun tietävän ja osaavan asioita, joita en itse koe hallitsevani.

Nainen, 24 vuotta

Vastauksissa näkyi työelämän osalta huoli, jota kuvattiin muiden antaman luottamuksen pettämiseksi. Tätä huolta korosti esimerkiksi tunne siitä, ettei koe olleensa työnhaussa kokenein hakija, tai ettei koe itse hallitsevansa työssään sellaisia asioita, joita muut työpaikalla olettavat osaavan. Työpaikan saadessa koettiin puolestaan ikään kuin luvanneensa asioita, kuten esimerkiksi luovuutta, ja lupauksien lunastamisen koettiin aiheuttavan osaltaan lisää suorituspainetta työyhteisössä. Työelämään kohdistuvista suorituspaineteista kertoo osaltaan se, että vastaajista 19 % kertoi kokevansa usein antaneensa itsestään pätevämmän vaikutelman kuin mitä he todellisuudessa ovat, ja reilut 20 % puolestaan pelkää usein, ettei pysty täyttämään heihin kohdistuvia odotuksia tulevaisuudessa. Työssä suoriutumiseen kohdistuneiden odotusten lisäksi vastauksissa mainittiin seuraavilla tavoin myös muita odotuksia, jotka ilmenevät työelämässä:

Taustasta, jossa minut identifioitiin vain käytännön ihmiseksi. Luulin, etten ole "tietoihminen".

Nainen, 44 vuotta

...koen, että "uutena, nuorena tuulahduksena" työpaikassa minua pidetään jotenkin taitavana tekniikan kanssa, vaikka tosiasiallisesti joudun selvittämään teknisiä ongelmia googlen avulla.

Nainen, 33 vuotta

Myös yhteiskunnan asettamat yleiset odotukset koettiin kuormittavina:

Yhteiskuntamme myös ehkä olettaa ihmisiltä nykyään aika paljon, joten tuntuu, että pitäisi koko ajan todistaa olevansa enemmän kuin on.

Nainen, 26 vuotta

Uskon, että työelämän ja yhteiskunnan asettamat valtavat paineet ovat ainakin vaikuttaneet huijarisyndrooman muodostumiseen.

Nainen, 26 vuotta

Yllä esitetyistä siteerauksista on tulkittavissa yhteiskunnan asettamiksi paineiksi suorituskeskeisyys ja sen aiheuttama vaatavuus. Vastaajista jopa reilu 27 % pelkää usein ja 19 % hyvin usein työpaikalla huomattavan, ettei hän olekaan yhtä pätevä kuin mitä hänen on odotettu olevan. Saaduista

vastauksista on mahdollista tehdä päätelmää siitä, että monet työelämään siirtyvät yliopisto-opiskelijat näkevät työelämän todella vaativana, jossa epävarmuudelle ei ole sijaa. Tästä lisää luvussa 5.

Oma luonne

Oman luonteen analysointi toistui selvästi kyselyn vastauksissa. Vastajat kuvasivat omia luonteenpiirteitään esimerkiksi seuraavasti:

Ajatukset ovat varmaan peräisin täydellisyyden tavoittelusta, joka kalvaa jatkuvasti. Täydellisyyttähän ei voi saavuttaa, joten sen tavoittelu ruokkii itseään jatkuvasti lisää.

Mies, 30 vuotta

Uskoisin itselläni vahvan ylisuorittamisen/perfektionismin vaikuttavan kokemaani huija[ri]syndroomaan.

Nainen, 24 vuotta

Olen myös ollut lapsesta asti suorittaja.

Nainen, 25 vuotta

Luonteenpiirteistä juuri suorittamiseen keskittyvät piirteet korostuivat huijarisyndrooman taustatekijöinä. Tämä ei ole lainkaan yllättävää, sillä huijarisyndroomaan kuuluu keskeisesti pyrkimys suoriutua mahdollisimman hyvin, toisinaan jopa täydellisyyttä tavoitellen. Tämä näkyi myös vastauksissa, sillä kyselyyn vastanneista reilut 34 % on usein ja reilut 15 % on hyvin usein pettynyt suoriutumiseensa, ja kokee, että tulisi suoriutua paremmin tai osata enemmän. Muita huijarisyndrooman taustalla tiedettyjä piirteitä ovat introversio, taipumus ahdistuneisuuteen ja häpeään sekä korostunut tarve vaikuttaa älykkäältä muiden silmissä (Clance & Langford 1993).

Koulumenestys

Aiemmalla koulumenestyksellä nähtiin merkittävä rooli oman huijarisyndrooman synnyssä. Eräs vastaaja kuvaili, kuinka yleisenä älykkyyden mittarina pidetyt taidot eivät olleet hänen vahvuuksiaan, ja tämä ruokki hänen huijariajatteluaan. Tässä siteerauksessa näkyy selvästi yleiseksi tulkitun älykkyyden määrittelyn merkitys yksilölle:

Peruskoulussa ja lukiossa en koskaan ollut hyvä matemaattis-luonnontieteellisissä aineissa (paitsi maantieteessä), joita yleisesti pidetään älykkyyden mittarina.

Nainen, 24 vuotta

Myös oman suoriutumisen epäileminen, ja esimerkiksi saadun koulupaikan oikeuttaminen näkyi erään vastaajan kokemuksena:

Välillä olen miettinyt yliopiston sisäänpääsypisteitäni, sillä pääsin sisään toiseksi alimmilla pisteillä. Se on saanut aikaan ajatuksia, että en ole tarpeeksi hyvä ja että haluan näyttää, että olen saamani luottamuksen arvoinen, oli se sitten saatu opiskelupaikka tai työpaikka.

Nainen, 32 vuotta

Yllä olevassa siteerauksessa vastaaja kuvailee kokemaansa riittämättömyyttä, joka on aiheutunut pääsykoepisteiden perusteella. Tässä yhteydessä oman suoriutumisen arviointi on ollut taustatekijänä huijarisyndrooman kokemiselle. Pääsykokeiden pisteyttäminen on myös mahdollistanut sosiaalisen vertailun (Festinger 1954), jonka merkitystä huijarisyndrooman taustalla tarkasteltiin aiemmin tutkielmassa. Myös muut vastaajat kuvasivat ristiriitaista suhtautumistansa suoriutumisesta saatavaan numeeriseen arviointiin.

Olen ollut peruskoulussa ja lukiossa aina luokan parhaita oppilaita, ja olenkin ajatellut olevani jotenkin luonnostaan taitava tai älykäs. Yliopistossa kurssit ovat kuitenkin huomattavasti vaativempia, ja olen huomannut, että asioiden oppiminen kestää kauemmin. Yliopistoon on toki lyös valikoitunut joukko suhteellisen älykkäitä/tietäviä ihmisiä, joten heihin itseäni verratessa en tunne enää olevani parhaimmistoa.

Nainen, 26 vuotta

Opiskeluissa huijarisyndrooma oli hallinnassa, sillä hyvät arvosanat toivat itseluottamusta. Työssä palaute on vähäistä, ja työkaverit kokeneempia, minkä vuoksi huijarisyndrooma on noussut esiin.

Nainen, 25 vuotta

Ylempi siteeraus sanoittaa hyvin myös muiden vastaajien tuntemuksia. Kyselyyn vastanneista reilut 20 % kokee usein kurjaa ja lannistunutta oloa, mikäli he eivät ole olleet parhaita kyseisessä tilanteessa. Jälkimmäisessä siteerauksessa kiteytyy myös hyvin, kuinka opiskeluissa saadaan palautetta numeerisessa muodossa, toisin kuin työelämässä. Numeerinen arvostelu koettiin myös kahtiajakoisena, sillä hyvien arvosanojen koettiin tuovan itseluottamusta ja huonoiksi koetut arvosanat puolestaan mahdollistivat epäsuotuisan sosiaalisen vertailun.

4.2 Ammatillinen identiteetti

Tutkielman toinen tutkimuskysymys käsittelee, miten työelämään siirtyneiden yliopisto-opiskelijoiden ammatillinen identiteetti suhteutuu huijarisyndrooman kokemuksiin. Aluksi on esiteltynä vastaajien näkemyksiä omasta ammatillisesta identiteetistä. Seuraavaksi on esitetty ristiintaulukoinnin muodossa työssä koetun huijarisyndrooman suhteutumista ammatillisen identiteetin muodostumiseen. Lopuksi on koottu keskeisimpiä aineistosta esiin nousseita havaintoja ammatillisen identiteetin kehittymisestä ja sen suhteutumisesta huijarisyndroomaan.

Tutkielman kyselyssä kartoitettiin vastaajien näkemyksiä ammatillisesta identiteetistä. Vastaajista selkeä enemmistö eli lähes 65 % kokee oman ammatillisen identiteettinsä olevan vasta muotoutumassa. Tämä myötäilee Eteläpellon ja Vähäsantasen (2010) kuvaamaa ammatillista identiteettityötä, jossa oma ammatillinen identiteetti muotoutuu työuran aikana. Melko selkeäksi oman ammatillisen identiteettinsä koki lähes 30 % vastaajista. Myös ääripäitä esiintyi, sillä yksi vastaaja kuvasi ammatillisen identiteettinsä olevan vielä täysin hukassa, ja toisaalta oman ammatillisen identiteettinsä koki täysin selkeäksi kaksi vastaajaa. Tutkielman liitteistä löytyy kuvio, jossa on esitetty prosentuaalisesti kyselyyn vastanneiden näkemyksien jakaumat (ks. liite 3).

Vastaajista 68 % on kokenut huijarisyndroomaa oman alan työharjoittelussa tai työpaikassa. 21 % vastaajista puolestaan ei ole kokenut huijarisyndroomaa oman alan työtehtävässä. Kiinnostavana voidaan pitää myös havaintoa siitä, että jopa 9 % vastaajista ei osannut sanoa, ovatko he kokeneet huijarisyndroomaa oman alan työtehtävässä. Kuten aiemmin todettiin, tutkielman aineisto ei ole yleistettävissä sen koon vuoksi. Se antaa kuitenkin suuntaa antavia tuloksia siitä, että huijarisyndrooman kokeminen ensimmäiseen oman opiskelualan työtehtävään siirryttyä on melko tyypillistä.

Seuraavaksi on esiteltynä ristiintaulukointi ammatillisesta identiteetistä ja huijarisyndrooman kokemisesta oman alan työtehtävässä. Alla esitellyssä ristiintaulukoinnissa vastaajien lukumäärä on 50, joka poikkeaa koko kyselyyn vastanneiden 57 lukumäärästä. Ristiintaulukoinnissa puuttuvia arvoja on täten seitsemän. Tämä johtuu siitä, etteivät kaikki vastaajat osanneet tai halunneet kuvata joko ammatillista identiteettiään tai huijarisyndrooman kokemista työssään.

Huijarisyndrooman kokeminen työssä ammatillisen identiteetin mukaan, %

		Huijarisyndrooman kokeminen työssä		Yhteensä
		Kyllä	En	
Ammatillinen identiteetti	Vasta muotoutumassa	71	42	64
	Melko selkeä	24	58	32
	Täysin selkeä	5	0	4
Yhteensä		100	100	100
		n = 38	n = 12	n = 50

Taulukko 2 Huijarisyndrooma ja ammatillinen identiteetti

Kuten aiemmin selvisi, kertoi 68 % kyselyyn vastanneista kokeneensa huijarisyndroomaa oman alan työtehtävässään. Huijarisyndroomaa oman alan työtehtävässä kokevista 71 % koki ammatillisen identiteettinsä olevan vasta muotoutumassa. Oman alan työtehtävässä huijarisyndroomaa

kokemattomien enemmistö muutaman prosenttiyksikön erotuksella koki ammatillisen identiteettinsä olevan jo melko selkeä. Taulukosta on tehtävissä keskeisenä havainto siitä, että oman ammatillisen identiteettinsä täysin selkeäksi kokevat ovat myös vastanneet kokevansa oman alan työtehtävässään huijarisyndroomaa. Tämän perusteella voidaan tulkita, ettei huijarisyndrooman kokeminen ole kuitenkaan este oman ammatillisen identiteetin muodostumiselle. Vastaavasti taulukosta voidaan myös tulkita, että jo muodostunut ammatti-identiteetti ei kuitenkaan tarkoita, etteikö henkilö voisi kokea työelämässä huijarisyndroomaa.

Seuraavaksi syvennyttään hieman tarkemmin vastaajien omiin tulkintoihin ammatillisesta identiteetistä. Tutkielman kyselyssä oli myös mahdollisuus pohtia omaa ammatillista identiteettiä vapaamuotoisesti. Alla on esitelty muutamia keskeisimpiä havaintoja aineistosta.

Kyselyyn vastanneista monet olivat vasta oman työuransa alussa ja tunnistivat ammatillisen identiteettityön olevan vielä kesken. Eräs vastaaja kuvasi huoltaan siitä, ettei koe olevansa vielä opiskelualansa ammattilainen tai valmis työelämään, vaikka onkin jo lähes valmistunut opinnoistaan.

Olen vasta urani alussa, ja opinnot ovat vielä kesken. Oma ammatillinen identiteetti vasta muotoutumassa ja etsin omia ratkaisuja ja toimintatapoja. Opittavaa on paljon, riittämättömyyden tunnetta esiintyy ja toivoisin osaavani joitain asioita paremmin, mutta olen vasta kehitysvaiheessa ja tiedostan sen etten kaikkea vielä tiedä/osaa. Suurimmaksi osaksi sujut tämän kanssa, välillä on hetkiä jolloin se turhauttaa.

Nainen, 25 vuotta

Monet kyselyyn vastanneet jakoivat huolen siitä, ettei työelämään siirryttäessä koeta omaavansa vielä kaikkia valmiuksia, joita työelämässä koetaan tarvittavan. Vastaajat kuitenkin tunnistivat melko poikkeuksetta olevansa vasta *kehitysvaiheessa*, kuten yllä olevassa siteerauksessa kuvattiin. Kehitysvaihe on tulkittavissa vaiheeksi, jolloin opiskelija siirtyy työelämän tarjoamaan uuteen toimintaympäristöön mukanaan opinnoissa hyväksi todetut toimintamallit. Siirtymä uuteen toimintaympäristöön ja uusien tehtävien pariin asettaakin monet tilanteeseen, jossa omia toimintatapoja joutuu tarkastelemaan uudelleen ja mukauttamaan uuteen toimintaympäristöön. Tämä toimintatapojen tarkastelu saattaa viedä aikaa, jolloin seurauksena saattaa olla esimerkiksi yllä esitellyn vastaajan kokema turhautuneisuutta. Omien toimintamallien kehittämisen onnistuminen saattaa olla yksi edellytys oman ammatillisen identiteetin muodostamiselle.

Tutkimuksen vastauksissa korostuivat yhteiskunnallisten alojen opiskelijoiden vastaukset. Tyypillistä tämän kaltaisille opiskelualoille ovat esimerkiksi laajat osaamisalueet, omien

kiinnostuksenkohteiden määrittelemä asiantuntijuus sekä laajat ja hajautuneet työllistymisnimikkeet. Edellä kuvatun kaltaisista opiskelualoista puhuttaessa käytetään toisinaan nimitystä *generalistiala*. Yksinkertaistettuna generalistialalla voidaan tarkoittaa sellaisia aloja yliopistoissa, joista ei saa suoraa pätevyyttä tiettyyn ammattiin. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että generalistisuus olisi haitallinen asia. Generalistien vahvuuksiksi luetellaan esimerkiksi kyky laajojen kokonaisuuksien hallintaan, syy-seuraussuhteiden analysointi ja ymmärrys ihmisten välisestä toiminnasta (Teikari & Reinimäki 2017). Generalistisen osaamisen tunnistaminen ja ymmärtäminen vaatii kuitenkin yksilöltä oman osaamisen pohdintaa sekä kykyä sanoittaa osaamisensa. Oman osaamisen sanoittamisen lisäksi generalistisuus näyttäisi haastavan ammatillisen identiteetin luomista, kun ikään kuin valmis ammatillinen rooli ja pätevyys tiettyyn, ennalta määriteltyyn ammattiin puuttuu. Tämä haasteellisuus näkyi tutkimuksen vastauksissa selkeästi.

Generalistien osaaminen on sen verran epämääräistä, joten oma osaaminen ei ole selkeää tai käsin kosketeltavaa, vaan jotain epämääräistä...Tämä epämääräisyys varmasti lisää osaamattomuuden kokemuksia, kun vertaa itseään muihin, jotka ovat opiskelleet jotain konkreettisempaa ja jolloin myös lopputulokset ovat selkeämmin hahmotettavissa. Oman osaamisen sanoittaminen voi olla hyvin vaikeaa, varsinkin generalistialoilla. Tämä voi luoda tunteen siitä, ettei osaisi mitään, taidot eivät riittäisi tai ei olisi ansainnut saavutuksia...

Mies, 30 vuotta

Tuntuu, että generalistialalla huijarisyndrooma on todella yleistä, kun opinnoista ei oikein jää käteen mitään konkreettista. Olen esim. työni puolesta törmännyt omaan alaani liittyviin asioihin / aiheisiin, joista ei ole opinnoissa sanallaakaan mainittu. Sivuaineopinnot ovat pelastaneet paljon.

Nainen, 33 vuotta

Alussa generalistin rooli haastoi ja meinasi lisätä huijarisyndroomaa. Nykyisin tiedän olevani taitava moniosaaja, johon yliopisto-opinnot antoi loistavan pohjan.

Nainen, 44 vuotta

Generalistisuus saattaa aiheuttaa monille työelämään siirtyville opiskelijoille päänvaivaa, sillä se koetaan vaikeana identiteetille. On tärkeää kuitenkin muistaa, että generalistisuus etenkin nykypäivän muuttuvassa työelämässä ei ole taakka, vaan voimavara. Yllä viimeisimpänä esiin nostettu siteeraus kuvastaa, kuinka generalismin voi nähdä vahvuutena työelämässä. Yleisesti generalistien vahvuuksina voidaan pitää esimerkiksi monitieteellisyyttä, kykyä asioiden kriittiseen tarkasteluun sekä muiden alojen kanssa toteutettavaan yhteistyöhön (Jokelainen 2020).

Opiskeluista työelämään siirryttäessä työuran alun haasteena saattaa olla määräaikaiset työsuhteet. Tutkimuksessa muutamat vastaajat kokivat määräaikaiset työsuhteet haasteellisena ammatillisen identiteetin muodostamisen kannalta.

Koen yhteiskuntatieteilijän ammatillisen identiteetin olevan aina muutoksessa nykyajan työmarkkinoilla. Mukaudumme siihen mitä halutaan ja voimme pärjätä mainiosti hyvinkin erilaisissa vesissä, mutta identiteetin ankkuroituminen tuntuu vaikealta tilanteessa, jossa luovin päätöstyöstä päättyöhön.

Nainen, 27 vuotta

Olen huomannut rakentaneeni identiteettiäni liiankin paljon oman ammattini ja työnantajani brändin varaan. Ajattelen usein, että ei pitäisi, sillä ei ole mitään takeita siitä, palkkaako työnantajani minua enää töihin nykyisen työpätkän jälkeen.

Nainen, 26 vuotta

Yllä esitellyistä siteerauksista on nähtävissä, että ammatillinen identiteetti tuntuu rakentuvan myös ainakin osittain työnantajakohtaisesti. Vakiintunut työnantaja saattaa näin ollen luoda ikään kuin suuntaviivoja, joiden pohjalta omaa henkilökohtaista ammatillista identiteettiä rakennetaan. Kun pysyvää työpaikkaa, ja sen myötä työnantajaa ei ole, saattaa identiteetin *ankkuroituminen* eli ikään kuin vakiinnuttaminen hankaloitua. Toisaalta myös liian vakiintunut ja työnantajan mukaisesti luotu ammatillinen identiteetti koetaan ongelmallisena, mikäli edessä olisi työnantajan muutos siirryttäessä toiseen työsuhteeseen.

Enemmistö vastaajista koki, että aloittelijana ammatillinen identiteetti ei voikaan olla kuin vasta aivan alussa muotoutumisen suhteen. Vastakkaisiakin näkemyksiä kuitenkin esiintyi, sillä osa vastaajista koki esimerkiksi opintojen aikana tehtyjen tutkielmien tai lyhyiden työtuurauksien alkaneen vahvistamaan omaa ammatillista identiteettiä jo ennen varsinaista työelämään siirtymistä.

Omien kiinnostuksenkohteiden katsottiin ohjaavan ammatillisen identiteetin muodostumista merkittävästi. Vastauksissa korostui, kuinka omat kiinnostuksenkohteet sekä opinnoissa että opintojen ulkopuolella olivat keskeinen tekijä juuri oman henkilökohtaisen ammatillisen identiteetin takana. Kääntöpuolena tälle kuitenkin koettiin, että toisinaan liika painotus kiinnostuksenkohteiden seuraamiseen saattaa luoda tunnetta omasta epäpätevydestä ja oman osaamisen huijaamisesta. Osa vastaajista esimerkiksi kuvaili, kuinka he ovat miettineet omien kiinnostuksenkohteidensa hankaloittavan työssä menestyvän henkilöbrändin luomista. Osa vastaajista myös koki, etteivät he ole jo olemassa olevan tiedon ja taitonsa varassa osaavia työntekijöitä ja ovat esimerkiksi yrittäneet opetella työelämässä yleisesti hyödyllisinä nähtäviä taitoja, kuten esimerkiksi koodaamista, peittääkseen tätä.

5 Johtopäätökset

Tässä tutkimuksessa selvitettiin taustatekijöitä työelämään siirtyneiden yliopisto-opiskelijoiden kokemalle huijarisyndroomalle, sekä sitä, miten työelämään siirtyneiden yliopisto-opiskelijoiden ammatillinen identiteetti suhteutuu huijarisyndroomaan. Saaduista tutkimustuloksista oli löydettävissä moninaisia taustatekijöitä. Muodostettujen yläluokkien alle muodostui useita taustasyitä, jotka ovat saattaneet olla kehittämässä huijarisyndroomaa kognitiivisena vinoumana kokijalleen. Seuraavaksi tarkastellaan vielä taustasyitä ja ammatillista identiteettiä, pohditaan tutkimuksen rajoitteita ja esitetään mahdollisia jatkotutkimusaiheita.

Ensimmäisenä yläluokkana tarkasteltiin haastavia kokemuksia. Haastavien kokemusten tarkastelussa korostuivat muiden ihmisten teot ja niiden vaikutukset myöhemmin ilmenneen huijarisyndrooman taustalla. Tämä tukee aiemmin esiteltyä taustoitusta siitä, että huijarisyndrooman keskeisimpiä piirteitä on oman osaamisen arvioinnin hämärtyminen (Parkman 2012; Clance & Imes 1978), jonka voitaisiin katsoa johtuvan esimerkiksi aineistossa esiintyneistä haastavista kokemuksista.

Toisena yläluokkana tarkasteltiin perhetaustan merkitystä huijarisyndrooman taustalla. Perhetaustan merkitys tunnistettiin aineistossa laajalti. Kiinnostavana havaintona huomattiin, että perhetaustan merkitys huijarisyndrooman taustalla tunnistettiin jo lapsuudesta vanhempien vaatimusten ja tuen puutteen muodossa, kuten Clance & Langford (1993) ovat havainneet. Perhetaustan alaluokkana olleen sosioekonomisen aseman tarkastelu puolestaan linjasi selkeästi aiemmin esitettyjä havaintoja siitä, kuinka perhetausta voi näkyä huijarisyndrooman taustalla riittämättömyyden tunteena tai oman kuulumisen kyseenalaistamisena (Käyhkö 2014). Aineistossa tämä näyttäytyi koettuna erilaisuuden tunteena muihin yliopisto-opiskelijoihin verrattuna.

Kolmantena yläluokkana esitettiin minäpystyvyys eli yksilön arviot ja kyvyt omasta osaamisesta (Bandura 1977). Huijarisyndrooman koettiin aineistossa aiheuttavan haasteita minäpystyvyyden arviointiin, mikä puolestaan nähtiin ongelmallisena työelämän kannalta. Esiin nousi epävarmuuden, kokemattomuuden ja epäonnistumisen aiheuttamat huolet, jotka eivät huijarisyndrooman vuoksi todellisuudessa ole yhteydessä yksilön osaamiseen (Clance & Imes 1978; Parkman 2012).

Viimeinen yläluokka tarkasteli käsityksiä itsestä ja muista. Tutkielmassa kävi ilmi, että lähes jokainen kyselyyn vastannut kertoi verranneensa omaa osaamistaan muihin. Tämän kaltainen sosiaalinen vertailu (Festinger 1954) niin opintomenestyksestä kuin työsuorituksistakin vaikuttaisi aineiston

perusteella olevan huijarisyndrooman kannalta vahingollista. Aineistosta kävi myös ilmi, että sosiaalinen vertailu ei ole sosiaalisen median myötä rajoittunut vain opiskelu- tai työympäristöön. Vertailun lisäksi myös muiden koetut odotukset näyttäytyivät vastaajien työelämässä suorituspaineineina, joihin ei välttämättä koeta pystyvän vastaamaan oman osaamisen kuvitellun huijaamisen vuoksi. Tätä tukevat Neureiterin ja Traut-Mattauschin (2017) havainnot siitä, että kokemukset huijaamisesta ja riittämättömyydestä ovat tyypillisiä nuorille korkeakoulutetuille.

Yleisenä huomiona aineistosta tehtiin se, että usein huijarisyndrooman taustalla voidaan havaita muiden ihmisten antamat merkitykset yksilölle. Esimerkiksi muiden antamat arvioinnit, odotukset sekä vaatimukset näkyivät monissa saaduissa vastauksissa huijarisyndrooman taustoittajina. Ammatillista identiteettiä tarkasteltaessa keskeisin havainto puolestaan oli se, kuinka ammatillisen identiteetin kehittyminen ei välttämättä poista huijarisyndrooman kokemista. Tämän nähtiin toimivan myös päinvastoin, eli siten, että huijarisyndrooman kokeminen ei kuitenkaan välttämättä ole este ammatillisen identiteetin vahvistumiselle. Huijarisyndrooman kokeminen työelämässä on todella yleistä (Traut-Mattausch & Zanchetta 2016), ja tämä näkyi myös aineistossa. Vastaajilla huijarisyndrooman kokeminen suhteutui ammatilliseen identiteettiin etenkin generalistisen osaamisen (Teikari & Reininmäki 2017; Jokelainen 2020) tunnistamisen haasteellisuutena sekä oman osaamisen kokemisena riittämättömänä. Ammatillisen identiteetin oleminen tyypillisesti vasta muotoutumassa työelämäänsä siirryttäessä myötäili Eteläpellon ja Vähäsantasen (2010) kuvaamaa ammatillista identiteettityötä.

Tutkimuksen myötä selvisi, että siirtymä työelämäänsä aiheuttaa yliopisto-opiskelijoille epävarmuutta sekä omasta osaamisesta että itseen kohdistuvista odotuksista. Työelämä nähdään usein vaativana, ja monilla vastaajilla oli käsitys siitä, että työelämäänsä tulisi siirtyä ikään kuin valmiina ja osaavana tekijänä. Osa vastaajista oli kertonut, kuinka heidän on haasteellista hahmottaa opintojensa hyödyntäminen työelämässä. Opintojen työelämäpainotteisuus koettiin erittäin tärkeänä. Osa vastaajista oli kiitollisia siitä, kuinka jo heidän opiskeluaikansa opinnoissa on korostettu työelämäpainotteisuutta, mutta osa vastaajista puolestaan kritisoi, ettei työelämässä tarvittavia asioita ole käyty tutkinto-ohjelmassa lainkaan läpi, eikä tutkinto ole antanut käytännönläheisiä esimerkkejä työelämästä. Vaikuttaisikin siltä, että etenkin generalistisemmilla aloilla työelämäpainotteisuus opinnoissa voisi helpottaa osaamisen sanoittamisen haasteellisuutta. Huolestuttavana havaintona aineistosta huomattiin myös se, etteivät yliopisto-opiskelijat ole kokeneet opetushenkilökunnan osaavan reagoida opiskelijoiden huijarisyndrooman kokemuksiin.

Tutkielman rajoitteet liittyivät keskeisimmin sen yleistettävyyteen. Kuten tutkielman aineistoa esitellessä jo todettiin, jäi otoskoko tutkielmassa merkittävän pieneksi. Tämän vuoksi tutkielman

tulokset eivät ole laajemmin yleistettävissä. Myöskään aineiston analyysia tukenut määrällinen analyysi ei ole otoksen koon vuoksi edustavaa, eivätkä ristiintaulukoinnit ole pienten solufrekvenssien vuoksi tilastollisesti merkitseviä. On myös tärkeää ottaa huomioon, että tutkimukseen vastanneiden opiskelualajakauma tai sukupuolijakauma eivät olleet tasaisia, eikä useilta kontaktoiduilta aloilta saatu lainkaan vastauksia. Tutkielman tuloksia tarkastellessa on myös aiheellista pohtia, tavoitettiinko tutkimuksella enemmän huijarisyndroomaa kokevia vastaajia kuin kokemattomia. Tämä pyrittiin huomioimaan tutkimuskyselyä laadittaessa kohdistamalla se sekä huijarisyndroomaa kokeville että sitä kokemattomille. Aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä saatujen tulosten arvioinnissa on myös tärkeää muistaa tutkijan positio aineistosta tehtyjen tulkintojen sisällöstä, sillä analyysimenetelmänä se sisältää aina tutkijan omaa tulkintaa aineistosta.

Huijarisyndrooman tarkasteluun olisi ollut mielenkiintoista sisällyttää yhteiskunnallisia ulottuvuuksia, jotka kuitenkin jäivät tutkielman rajallisuuden vuoksi tässä tarkastelematta. Huijarisyndrooman tarkastelu tarjoaa kuitenkin ehdottomasti aihetta myös jatkotutkimuksen tarpeelle. Kuten tuloksissa kävi ilmi, vaikuttaa huijarisyndrooman muodostumisen taustalla usein muiden ihmisten arviot, sekä koetut odotukset muiden ihmisten toimesta. Kiinnostavaa olisikin tämän tiedon valossa tutkia, missä määrin huijarisyndroomaa voidaan pitää sisäisenä tai ulkoisena haasteena. Tässä yhteydessä voitaisiin myös tarkastella, mikä on yhteiskunnan rooli ja mitkä yhteiskunnalliset tekijät saattavat ruokkia huijarisyndroomaa. Huijarisyndrooman käsitteen mahdollinen medikalisoivuus voisi olla myös kiinnostava tutkimusnäkökulma, vaikka kyseessä ei olekaan mielenterveydellinen häiriö kuten aiemmin todettiin.

Tutkielman tavoitteena oli luoda huijarisyndroomasta suomenkieliselle tieteen kentälle lisää tietoa, sekä lisätä yliopisto-opiskelijoille tietoisuutta huijarisyndroomasta. Suurimalla osalle vastaajista huijarisyndrooma oli käsitteenä jo ennalta tuttu. Huijarisyndrooman tunnistamisen vaikeus näkyi kuitenkin siitä huolimatta vastauksissa, ja aiheen tutkiminen koettiin tärkeänä. Tutkielman teon myötä on käynyt ilmi, että huijarisyndrooma on aiheena tärkeä ja erittäin ajankohtainen sekä opiskeluissa että työelämään siirryttäessä, ja on tarpeellista, että se tiedostetaan ja tunnistetaan sekä opiskelijoiden että myös opetushenkilöstön puolella. Tätä perusteltiin tutkielmassa jo aiemmin huijarisyndrooman ja mielenterveysongelmien yhteydellä (Parkman 2012) sekä sosiaalisen tuen merkityksellä (Vergauwe, Wille, Feys, DeFruyt & Anseel 2014). Voitaisiinkin todeta, että vaikka tutkielmassa tunnistettiin muiden ihmisten merkitys huijarisyndrooman kehittymisen taustalla, on muilta saatava tuki kuitenkin myös olennainen osa huijarisyndroomakokemusten helpottamista.

Lähteet

- Bandura, Albert (1977) Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bazerman, Max & Moore, Don (2013) Judgment in managerial decision making. 8th ed. New York: Wiley.
- Clance, Pauline & Imes, Suzanne (1978) The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247.
- Clance, Pauline & Langford, Joe (1993) The Impostor Phenomenon: Recent Research Findings Regarding Dynamics, Personality and Family Patterns and Their Implications For Treatment. *Psychotherapy*, 30(3), 495-501.
- Deci, Edward (1975) Intrinsic motivation. New York: Plenum Press.
- Ehrlinger, Joyce & Readinger, W.O. & Kim, Bora (2016) Decision-making and Cognitive Biases. *Encyclopedia of Mental Health*, 12(3), 83–87.
- Eteläpelto, Anneli & Vähäsantanen, Katja (2010) Ammatillinen identiteetti persoonallisena ja sosiaalisena konstruktiona. Teoksessa Asunmaa, Tuuli & Räihä, Pekka (toim.) *Samalta viivalta 4: Valtakunnallisen kasvatusalan valintayhteistyöverkoston (VAKAVA) kirjallisen kokeen aineisto 2012*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Festinger, Leon (1954) A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7, 117–140.
- Kelley, Harold, Michela, John (1980) Attribution theory and research. *Annual Review of Psychology*, 31, 457–501.
- Käyhkö, Mari (2014) Kelpaanko? Riitänkö? Kuulunko? Työläistäustaiset naiset, yliopisto-opiskelu ja luokan kokemukset. *Sociologia*, 51(1), 4–20.
- Mata, Rui & Wilke, Anders (2012) Cognitive Bias. *Encyclopedia of Human Behavior*, 1(12), 531–535.
- Neureiter, Mirjam & Traut-Mattausch, Eva (2016) An Inner Barrier to Career Development: Preconditions of the Impostor Phenomenon and Consequences for Career Development. *Frontiers in Psychology*, 7(48), doi: 10.3389/fpsyg.2016.00048.

- Neureiter, Mirjam & Traut-Mattausch, Eva (2017) Two Sides of the Career Resources Coin: Career Adaptability Resources and the Impostor Phenomenon. *Journal of Vocational Behavior*, 98(1), 56–69.
- Nummenmaa, Lauri (2010) *Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät*. Uudistettu laitos. Hämeenlinna: Tammi.
- Parkman, Anna (2012) The Imposter Phenomenon in Higher Education: Incidence and Impact. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 16(1), 51–60.
- Pietiläinen, Kimmo (2012) *Daniel Kahneman: Ajattelu, nopeasti ja hitaasti*. Helsinki: Terra Cognita.
- Pääkkölä, Anna-Elena (2019) Akateeminen kiusaaminen ja toksinen akateeminen kulttuuri. *Tieteessä tapahtuu*, 37(4), 18–24.
- Sekki, Sanna & Autio, Minna (2020) Arkilähtöinen kotitalousneuvonta ja -kasvatus nuorten siirtymävaiheiden tukena. *Sosiaalipedagoginen Aikakauskirja*, 21(1), 9-38.
- Tagliabue, Marco & Squatrito, Valeria & Presti, Giovanbattista (2019) Models of Cognition and Their Applications in Behavioral Economics: A Conceptual Framework for Nudging Derived From Behavior Analysis and Relational Frame Theory. *Frontiers in Psychology*, 10, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02418>
- Teddle, Charles & Tashakkori, Abbas (2016) Overview of contemporary issues in mixed methods research. Teoksessa Charles, Teddle & Abbas, Tashakkori (toim.) *Sage Handbook of Mixed Methods in Social & Behavioral Research*, Thousand Oaks CA: Sage, 1–44.
- Traut-Mattausch, Eva & Zanchetta, Mirjam (2016) Inspecting the Dangers of Feeling like a Fake: An Empirical Investigation of the Impostor Phenomenon in the World of Work. *Frontiers in Psychology*, 7(1), 1–12.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2009) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.
- Valtari, Maarit (2004) *SPSS-opas – Perusteet*. Helsinki: Valtiotieteellinen tiedekunnan TVT.
- Vergauwe, Jasmine & Wille, Bart & Feys, Marjolein & DeFruyt, Filip & Anseel, Frederik (2014) Fear of being exposed: The trait-relatedness of the Impostor Phenomenon and its relevance in the work context. *Journal of Business Psychology*, 30(3), 565–581.

Digitaaliset lähteet

Jokelainen, Piritta: Kuka on generalisti – ja miksi häntä juuri nyt tarvitaan? *Ura*, 8.4.2020. Yhteiskunta-alan korkeakoulutetut ry. <https://uralehti.fi/blogit/kuka-on-generalisti-ja-miksi-hanta-juuri-nyt-tarvitaan/> Viitattu 15.4.2021

Nollalinja.fi: Henkinen väkivalta. <https://www.nollalinja.fi/mika-on-vakivaltaa/henkinen-vakivalta/> Viitattu 5.5.2021.

Teikari, Maria & Reinimäki, Aki: Generalistit vahvoilla tulevaisuuden työssä. *Ura*, 1.6.2017. Yhteiskunta-alan korkeakoulutetut ry. <https://uralehti.fi/ilmiot/generalistit-vahvoilla-tulevaisuuden-tyossa/> Viitattu 15.2.2021

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos: Eriarvoisuus. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus> Viitattu 6.5.2021

Tiessalo, Paula: Huijarisyndrooma piinaa korkeasti koulutettuja –"On suunnaton häpeä, jos muut tajuavat, miten tyhmä olen" *YLE*, 12.2.2017. <https://yle.fi/uutiset/3-9451811> Viitattu 8.3.2021

Liitteet

Liite 1 Saatekirje

Olen yhteiskuntatutkimuksen opiskelija Tampereen yliopistosta sosiaalipsykologian opintosuunnasta. Teen kandidaatintutkielmaa, jossa tarkastelen työelämään siirtyneiden korkeakouluopiskelijoiden kokemuksia oman alan työstä ja käsityksiä omasta pätevyydestään.

Tähän kyselyyn voivat vastata kaikki korkeakouluopiskelijat tai jo valmistuneet korkeakoulutetut, joilla on kokemusta oman alan työstä, esimerkiksi työharjoittelusta. Kysely koostuu kolmesta osiosta, jotka sisältävät kysymyksiä vastaajan taustatiedoista, kokemuksista työelämästä ja oman pätevyyden arvioinnista. Kysely koostuu monivalintakysymyksistä sekä muutamasta avovastauksesta. Aikaa vastaamiseen menee noin 10- 15 minuuttia.

Kyselyni pääpainona on työelämään siirtyneiden korkeakouluopiskelijoiden oman osaamisen arviointi ja tulkinta. Saamieni vastausten perusteella tarkoitukseni on kartoittaa huijarisyndrooman kokemusten yleisyyttä työelämään siirtyneiden korkeakouluopiskelijoiden keskuudessa. Tutkimuksessani huijarisyndroomalla tarkoitetaan psykologista ilmiötä, jonka vaikutuksesta yksilö kyseenalaistaa omia saavutuksiaan ja taitojaan. Huijarisyndroomaa kokeva yksilö saattaa esimerkiksi pelätä paljastuvansa muiden silmissä huijariksi, eikä koe ansainneensa saavutuksiaan esimerkiksi työelämässä omalla osaamisellaan, vaan hyvällä tuurilla. Huijarisyndrooma ei ole mielenterveydellinen häiriö. Tarkoitukseni on kartuttaa sekä huijarisyndroomaa kokevien että sitä kokemattomien vastauksia. Tutkielmani myötä toivon voivani tuoda osaltani huijarisyndroomaa tutummaksi etenkin korkeakouluopiskelijoiden keskuuteen.

Tutkielmani aineisto koostuu tällä lomakkeella keräämistäni työelämässä olevien korkeakouluopiskelijoiden ja valmistuneiden korkeakoulutettujen vastauksista. Tutkielmassa noudatetaan tieteellisen tutkimuksen eettisiä ohjeistuksia. Kyselyyn vastataan nimettömästi, eikä yksittäistä vastaajaa ole mahdollista tunnistaa lopullisesta tutkielmasta. Tietosuojailmoitus löytyy tämän linkin takaa: [linkki poistettu]

Mikäli sinulla on kysyttävää tutkielmaani tai tähän kyselyyn vastaamiseen liittyen, voit olla minuun yhteydessä sähköpostitse milla.tuomela@tuni.fi. Tutkielmani ohjaajana toimii yliopisto-opettaja Anu Sirola (anu.sirola@tuni.fi).

Kyselyyn on mahdollista vastata 25.1.2021 saakka.

Jokainen vastaus on arvokas, kiitos siis vastauksestasi!

Ystävällisin terveisin,

Milla Tuomela

Liite 2 Kyselylomake

Ensimmäinen osio

Ensimmäisessä osiossa kysytään taustatietoja vastaajasta.

1. Syntymävuotesi? _____

2. Sukupuolesi? _____

Nainen / Mies / Muu / En halua vastata

3. Opiskelualasi? _____

4. Monennettako vuotta opiskelet nykyistä tutkintoasi?

1. / 2. / 3. / 4. / 5. / 6. tai enemmän / Jo valmistunut / En halua vastata

5. Onko sinulla aiempaa korkeakoulututkintoa?

Kyllä / Ei / En halua vastata

6. Mikä on äitisi korkein koulutusaste?

Ei koulutusta / Kansakoulu / Peruskoulu / Lukio / Ammatillinen koulutus /
Ammattikorkeakoulututkinto / Alempi korkeakoulututkinto / Ylempi korkeakoulututkinto /
Tutkijakoulutus tai vastaava / En osaa sanoa / En halua vastata

7. Mikä on isäsi korkein koulutusaste?

Ei koulutusta / Kansakoulu / Peruskoulu / Lukio / Ammatillinen koulutus /
Ammattikorkeakoulututkinto / Alempi korkeakoulututkinto / Ylempi korkeakoulututkinto /
Tutkijakoulutus tai vastaava / En osaa sanoa / En halua vastata

8. Onko äitisi tällä hetkellä..?

Kokopäivätyössä / Osa-aikatyössä / Työtön / Eläkkeellä iän puolesta / Eläkkeellä muusta syystä /
Opiskelija / En osaa sanoa / En halua vastata

9. Mikäli äitisi on työelämässä, mikä on hänen ammattiasemansa työpaikalla?

Palkansaaaja / Alempi toimihenkilö / Ylempi toimihenkilö / Yrittäjä / Muu / Ei työelämässä / En osaa sanoa / En halua vastata

10. Onko isäsi tällä hetkellä..?

Kokopäivätyössä / Osa-aikatyössä / Työtön / Eläkkeellä iän puolesta / Eläkkeellä muusta syystä / Opiskelija / En osaa sanoa / En halua vastata

11. Mikäli isäsi on työelämässä, mikä on hänen ammattiasemansa työpaikalla?

Palkansaaaja / Alempi toimihenkilö / Ylempi toimihenkilö / Yrittäjä / Muu / Ei työelämässä / En osaa sanoa / En halua vastata

12. Mikä on oma ammattiasemasi nykyisessä/viimeisimmässä oman alan työpaikassasi?

Harjoittelija / Palkansaaaja / Alempi toimihenkilö / Ylempi toimihenkilö / Yrittäjä / Muu / En halua vastata

13. Kuinka paljon kuukausittaiset bruttotulosi (ennen veroja) ovat arviiosi mukaan kuukaudessa nykyisessä/viimeisimmässä oman alan työtehtävässasi?

Palkaton työtehtävä,

alle 500 euroa,

500-999 euroa,

1000-1499 euroa,

1500-1999 euroa,

2000-2499 euroa,

2500-2999 euroa,

3000-4999 euroa,

5000-7499 euroa,

7500-10000 euroa,

yli 10 000 euroa,

En halua vastata

14. Onko sinulla sisaruksia tai sisaruspuolia?

1 / 2 / 3 / 4 / 5 tai enemmän / Ei sisaruksia / En halua vastata

Toinen osio

Kyselyn toisessa osiossa kartoitetaan vastaajan kokemusta omasta osaamisesta ja pätevyydestä oman alan työssä. Osio koostuu väittämistä, joihin on annettu valmiit vastausvaihtoehdot. Vastaa seuraaviin väittämiin oman alan työkokemustesi pohjalta. Mikäli et ole kohdannut jotakin seuraavista tilanteista, voit kuvitella miten vastaisit kyseisessä tilanteessa.

Vastausvaihtoehdot ovat 5-portainen likert-asteikko, jossa vastausvaihtoehdot ovat muotoa:

En koskaan / Harvoin / Joskus / Usein / Hyvin usein

Olen usein onnistunut testissä tai tehtävässä, vaikka etukäteen pelkäsin, etten onnistuisi

Saatan antaa vaikutelman, että olen pätevämpi kuin todellisuudessa olen

Välttelen arviointeja parhaani mukaan ja pelkään, kun muut arvioivat minua

Kun minua kehutaan aikaansaannoksestani tai saavutuksestani, pelkään, etten pysty täyttämään heidän odotuksiaan tulevaisuudessa

Ajattelen joskus, että olen saavuttanut nykyisen asemani tai menestykseni vain, koska satuin olemaan oikeassa paikassa oikealla hetkellä tai koska satuin tuntemaan oikeat henkilöt

Pelkään työpaikallani huomattavan, etten olekaan niin pätevä kuin mitä minun on luultu olevan

Muistan paremmin ne tilanteet, joissa en ole suoriutunut parhaalla mahdollisella tavalla, kuin ne, joissa suoriudun hyvin

Suoriudun harvoin tehtävistäni tai projekteistani niin hyvin kuin haluaisin

Joskus ajattelen, että menestykseni opinnoissa tai työssä johtuu jonkinlaisesta erehdyksestä

Minun on vaikea vastaanottaa kehuja tai kiitosta saavutuksistani työelämässä

Ajoittain ajattelen, että menestykseni on pelkästään hyvää tuuria

Olen ajoittain hyvin pettynyt suoriutumiseeni ja ajattelen, että minun tulisi suoriutua paremmin tai osata enemmän

Pelkään välillä muiden saavan selville, kuinka vähän oikeastaan tiedän tai osaan

Pelkään usein epäonnistuvani uudessa tai haastavassa työtehtävässä, vaikka yleisesti ottaen suoriudun hyvin työtehtävistäni

Kun olen onnistunut tehtävässäni tai saanut tunnustusta suoriutumisesstäni, epäilen, etten pysty samaan enää uudelleen

Jos saan paljon kiitosta tai tunnustusta aikaansaannoksistani, vähättelen herkästi sitä, mitä olen tehnyt

Vertaan kyvykkyyttäni työkollegoideni taitoihin ja kykyihin, ja ajattelen heidän olevan taitavampia kuin minä

Epäilen ja murehdin, etten saa projektia tai työtehtävää onnistumaan, vaikka muut ympärilläni ovat vakuuttuneita onnistumisestani

Jos olen saamassa ylennyksen tai jonkin tunnustuksen, epäröin kertoa siitä muille ennen kuin se on varmistunut virallisesti

Minulla on kurja ja lannistunut olo, jos en ole paras tilanteissa, joissa on tullut hyviä tuloksia

Kolmas osio

Tämä on kyselyn viimeinen osio. Tässä osiossa paneudutaan syvemmin korkeakouluopiskelijoiden ja valmistuneiden kokemuksiin työelämästä avovastausten avulla. Edellisessä osiossa sinulle esitettiin erilaisia väittämiä, joilla on mahdollista mitata huijarisyndrooman kokemuksia, ja tässä osiossa sinun on mahdollista kertoa kokemuksistasi omin sanoin. Voit vastata avovastauksiin oman alan työkokemustesi pohjalta ja halutessasi hyödyntää edellisen osion väittämiä apunasi.

Tarkoituksenani on kartoittaa sekä huijarisyndroomaa kokeneiden että sitä kokemattomien vastauksia. Voit vastata avovastauksiin niin pitkästi tai lyhyesti kuin haluat, eikä oikeita tai väärä vastauksia ole.

16. Kuinka paljon sinulle on kertynyt oman alan työkokemusta?

Alle vuosi / Vuosi / Kaksi vuotta / 3-4 vuotta / 5 vuotta tai enemmän

17. Huijarisyndroomalla tarkoitetaan psykologista ilmiötä, jonka vaikutuksesta yksilö kyseenalaistaa omia saavutuksiaan ja taitojaan. Huijarisyndroomaa kokeva yksilö saattaa esimerkiksi pelätä paljastuvansa muiden silmissä huijariksi, eikä koe ansainneensa saavutuksiaan esimerkiksi työelämässä omalla osaamisellaan, vaan hyvällä tuurilla. Onko huijarisyndrooma sinulle aiheena entuudestaan tuttu?

Kyllä / Ei / En halua vastata

18. Oletko kokenut huijarisyndroomaa korkeakouluopintojesi aikana?

Kyllä / En / En osaa sanoa / En halua vastata

19. Oletko kokenut huijarisyndroomaa oman alan työharjoittelussa tai työpaikassa työskennellessäsi?

Kyllä / En / En osaa sanoa / En halua vastata

20. Mikäli olet tiedostanut kokeneesi huijarisyndroomaa, oletko käsitellyt sitä ammattilaisen (esim. lääkäri, psykologi, terapeutti) kanssa?

Kyllä, olen käsitellyt ammattilaisen kanssa / Ei, en ole käsitellyt ammattilaisen kanssa / En ole kokenut huijarisyndroomaa / En halua vastata

21. Mikäli arvioit kokevasi/kokeneesi huijarisyndroomaa työelämässä, osaatko sanoittaa, mistä omat ajatuksesi voisivat olla peräisin? Voit kertoa vapaamuotoisesti omin sanoin, oikeita tai vääriä vastauksia ei ole.

22. Oletko kehittänyt keinoja, joiden avulla selviydyt huijariajattusten kanssa tai voit hillitä niitä?

Kyllä / En / En ole kokenut huijarisyndroomaa / En halua vastata

23. Mikäli olet kehittänyt keinoja huijariajattelun kanssa toimimiseen, voit kuvailla niitä vapaasti omin sanoin.

24. Millaiseksi koet ammatillisen identiteettisi omalla alallasi?

Täysin hukassa / Vasta muotoutumassa / Melko selkeä / Täysin selkeä / En osaa sanoa / En halua vastata

25. Voit kuvata alle vapaamuotoisesti omin sanoin ajatuksiasi ammatillisesta identiteetistäsi.

26. Tämä on kyselyn viimeinen kohta. Voit halutessasi avata ajatuksiasi mahdollisista huijarisyndrooman kokemuksistasi tai yleisemmin korkeakouluopiskelijoiden kokemasta huijarisyndroomasta.

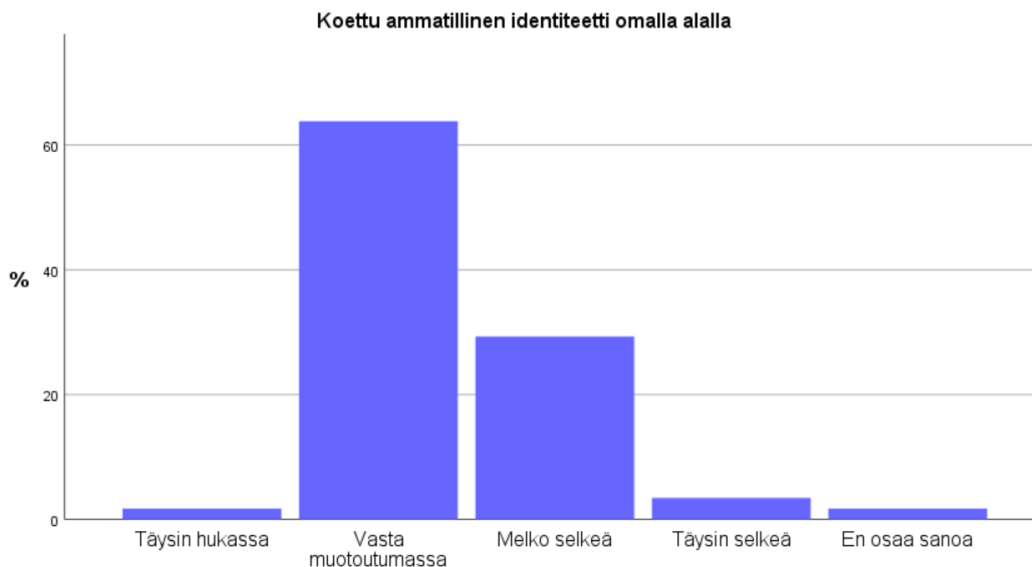
Vastaus on lähetetty. Kiitos vastauksestasi!

Milla Tuomela

milla.tuomela@tuni.fi

Mikäli koet tarpeelliseksi puhua huijarisyndrooman kokemuksistasi tai ajatuksistasi ammattilaisen kanssa, voit kääntyä esimerkiksi Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön puoleen osoitteessa <https://www.yths.fi/> tai ottaa yhteyttä omaan terveyskeskukseesi.

Liite 3 Kuvio koetusta ammatillisesta identiteetistä



Kuvio 3 Vastaajien ammatillinen identiteetti

Liite 4 Taulukko huijarisyndroomasta ja ammattiasemasta

Huijarisyndrooman kokeminen työssä ammattiaseman mukaan, %

		Ammattiasema oman alan työssä					Yhteensä
		Harjoittelija	Työntekijä	Alempi toimihenkilö	Ylempi toimihenkilö	Muu	
Huijarisyndrooman kokeminen työssä	Kyllä	78	68	75	85	100	76
	Ei	22	32	25	15	0	24
Yhteensä		100	100	100	100	100	100
		n = 9	n = 19	n = 8	n = 13	n = 2	n = 51

Taulukko 3 Huijarisyndrooma ja ammattiasema