

# *Merkityksellisyyden kokemus korona-aikana*



*Suvi-Maria Saarelainen*

*Yliopistonlehtori,*

*Teologian osasto,*

*Filosofinen tiedekunta,*

*Itä-Suomen yliopisto*

*suvi.saarelainen@uef.fi*

*Erityiskiitokset:*

*Hilla Inkilä, Tutkimusassistentti, UEF*

*Tutkijat:*

*Lluis Oviedo (Antonianum University, Italia),*

*Josefa Torralba Albaladejo (Theological Institute of Murcia, Espanja)*

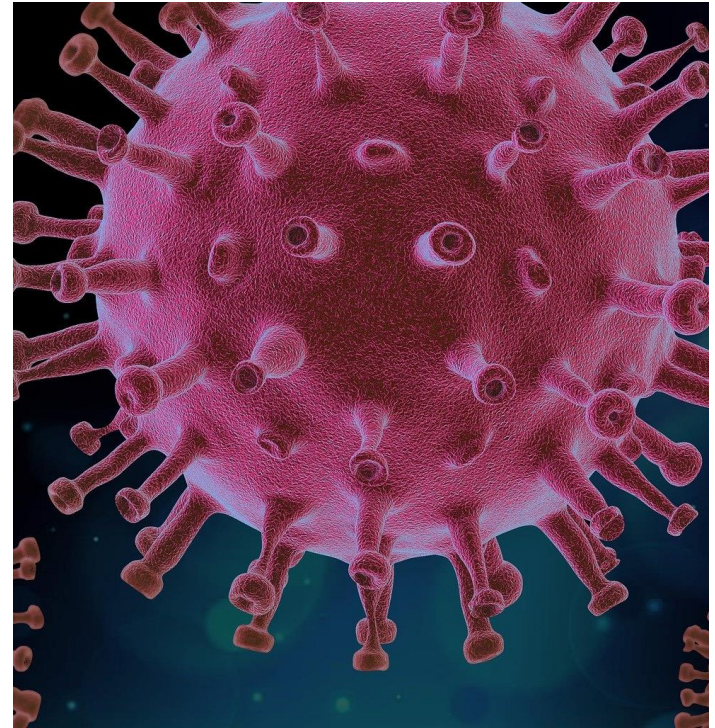
*Francis-Vincent Anthony (Università Pontificia Salesiana, Italia)*

*Piotr Roszak (Nicolaus Copernicus University, Toruń, Puola)*

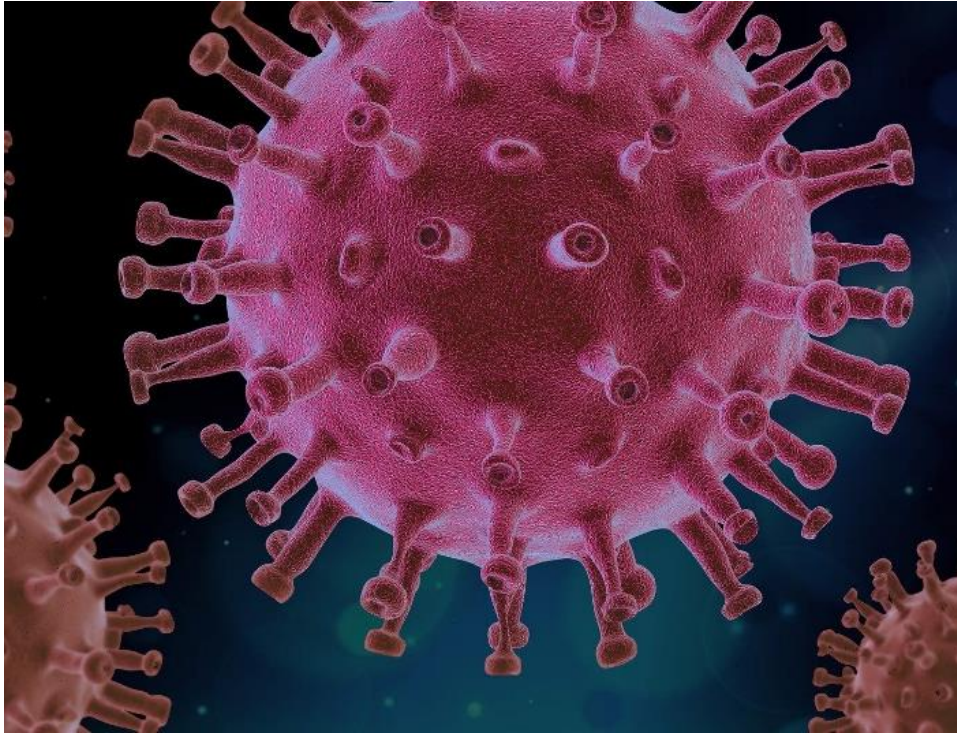
*Berenika Seryczynska (Nicolaus Copernicus University, Toruń, Puola)*

# Meaning in the times of pandemic -hanke

- Kansainvälinen tutkimushanke, joka käynnistyi helmikuussa 2020
- Tavoitteena selvittää elämän merkityksen kokemusta koronaepidemian aikana
- Tiimit: Italia, Espanja, Suomi ja Puola



# Korona tilanne hankkeen toteutus maissa elokuussa 2020



**Espanja:** 682 267  
sairastunutta ja 30 904  
kuollutta

**Italia:** 300 897 sairastunutta  
ja 35 738 kuollutta

**Puola:** 80 699 sairastunutta  
ja 2 316 kuollutta

**Suomi:** 9 195 sairastunutta  
ja 341 kuollutta

# Uskonnollisen konteksti eroavaisuudet

## Uskonto on tärkeää tai erittäin tärkeää elämässä

- 80% puolalaisista; 66 % italialaisista; 40 % espanjalaisista; 35 % suomalaisista

## Uskon Jumalaan

- 93 % puolalaisista, 84 % italialaisista; 70 % espanjalaisista; 61 % suomalaisista

## Olen uskonnollinen

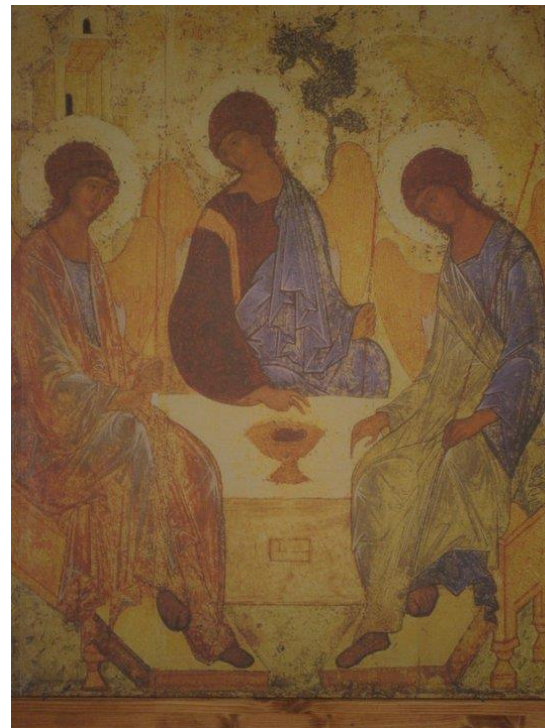
- 87 % puolalaisista, 77 % italialaisista; 54 % suomalaisista; 51 % espanjalaisista

## Rukoilen vähintään kerran viikossa

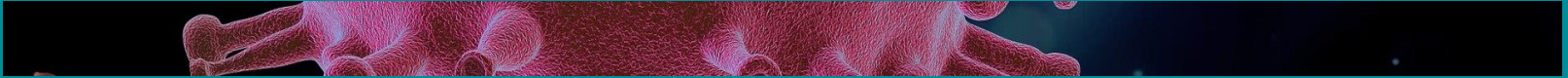
- 57 % puolalaisista, 41 % italialaisista; 29 % espanjalaisista; 26 % suomalaisista

## Osallistun viikoittain messuun tai vastaavaan toimitukseen

- 50 % puolalaisista; 28 % italialaisista; 18 % espanjalaisista; 5 % suomalaisista



# Kokemus elämän merkityksellisyydestä koronan aikana







# Elämän merkityksellisyys

Merkityksellisyyden kokemus  
(meaningfulness)

Merkityksellisyyden kriisi  
(crisis of meaning)

Merkityksen lähteet  
(Sources of Meaning)

*Enemmän kuin  
positiivinen psykologia*

# Määrällisen kyselyn rakentaminen

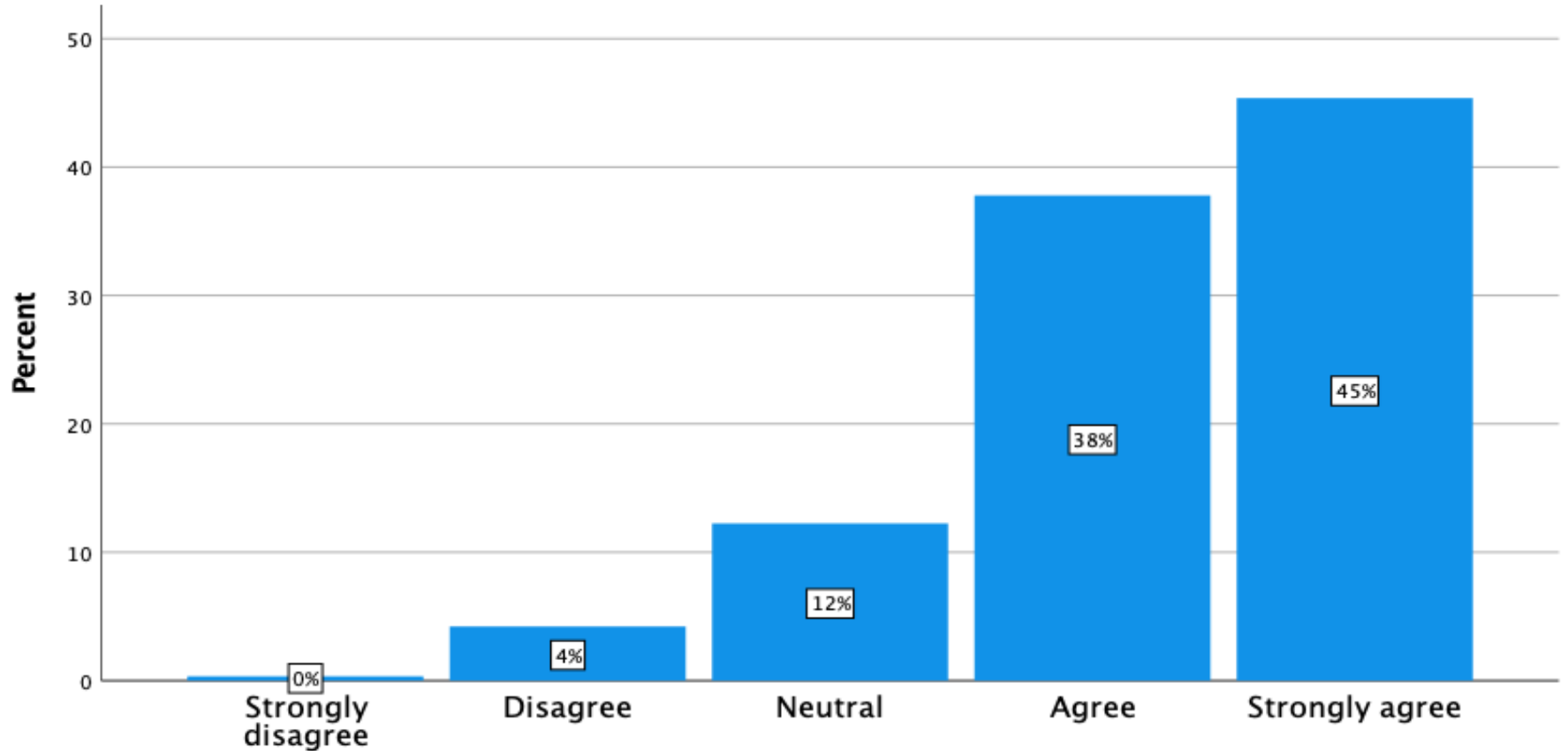
- Määrällinen kysely muodostui 68 väittämästä:
  - Scale on religious and spiritual sense (24 items, adapted from Religion's universal grammar, see Oviedo, 2019)
  - Scale on possible religious explanations about COVID-19 (17 items, build ad hoc);
  - Scale on empathy and compassion (4 items, based on Compassion and Theodizee question, Oviedo et al.);
  - Sources of Meaning and Meaning in Life (19 items, based on Schnell, 2009)
  - Brief RCOPE (4 items, based on Pargament et al.)
- Likert-asteikko 1-5 (1=täysin eri mieltä...5=täysin samaa mieltä), uskonnollisen osallistumisen kohdalla asteikko (en koskaan...aina)
- Kyselyn kielet: suomi, italia, espanja, puola ja englanti
- Kyselyä jaettiin sosiaalisessa mediassa ja verkostojen avulla



# Osallistujat (N=1162) tavoitettiin huhtikuussa 2020

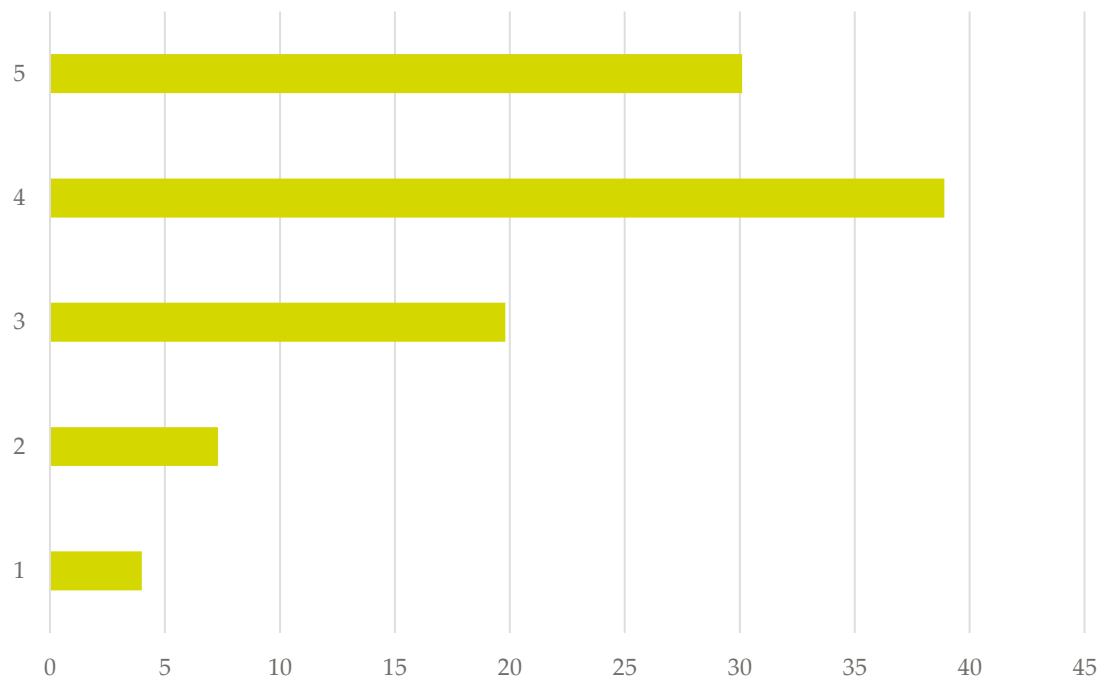
Sukupuoli	Mies	Nainen	Muu/ei vastausta			
	28	70	2			
Ikä	20 tai alle	21–30	31–45	46–65	66–	Ei vastausta
	11	20	23	33	9	2
Koulutustaso	Peruskoulu	2. asteen koulutus	Yliopisto tai korkeakoulu		Ei vastausta	
	2	22	75	1		
Maa	Suomi	Puola	Espanja	Italia	Muu/ei vastausta	
... nykyinen	33	18	21	17	11	
... syntynyt	33	18	20	14	15	
Uskonnollinen affiliaatio	Sanoitettu uskonnollisuus	Ei-uskonnollinen	Hengellinen mutta ei-uskonnollinen			
	78	15	6			
Uskonnollinen osallistuminen (v11)	Ei koskaan	Toisinaan	Joskus	Usein	Aina	Ei vastausta
	20	13	11	16	39	0

# Kokemus merkityksellisyydestä (meaningfulness) ensimmäisen korona-aallon aikana



# Elän täyttä elämää

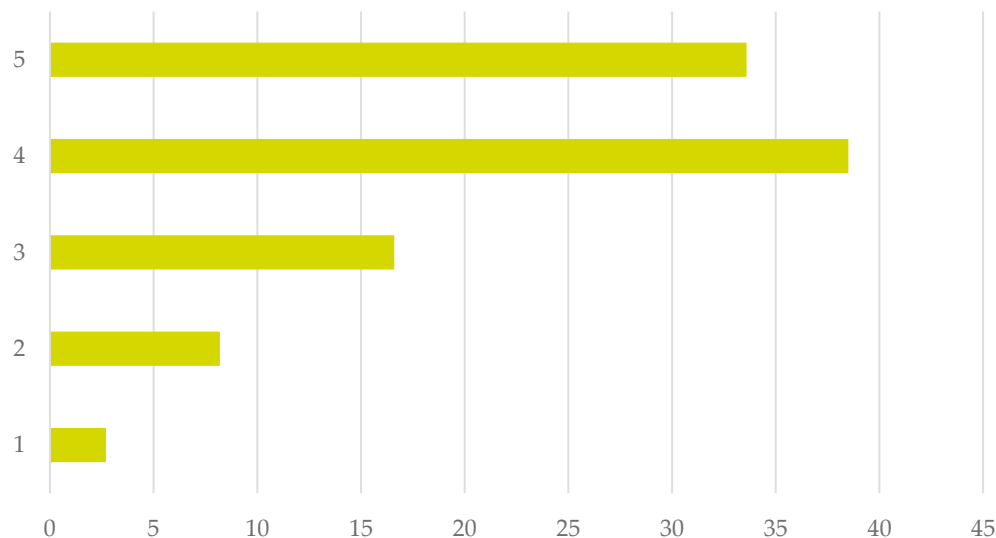
“I lead a fulfilled life”



- Valtaosa vastaajista koki elävänsä täyttä elämää vastaamishetkellä.
- Suomalaisten kokemus kautta linjan hieman positiivisempi kuin muissa maissa

# Vahva mielenrauhan säilyminen

I have been able to maintain my  
peace of mind

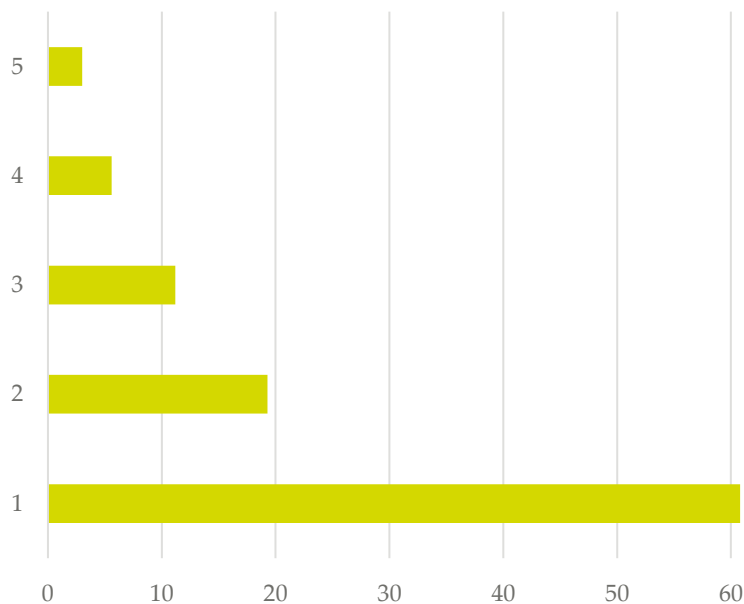


- Yli 70% vastaajista kokee säilyttäneensä mielenrauhan 1. korona-aallon aikana

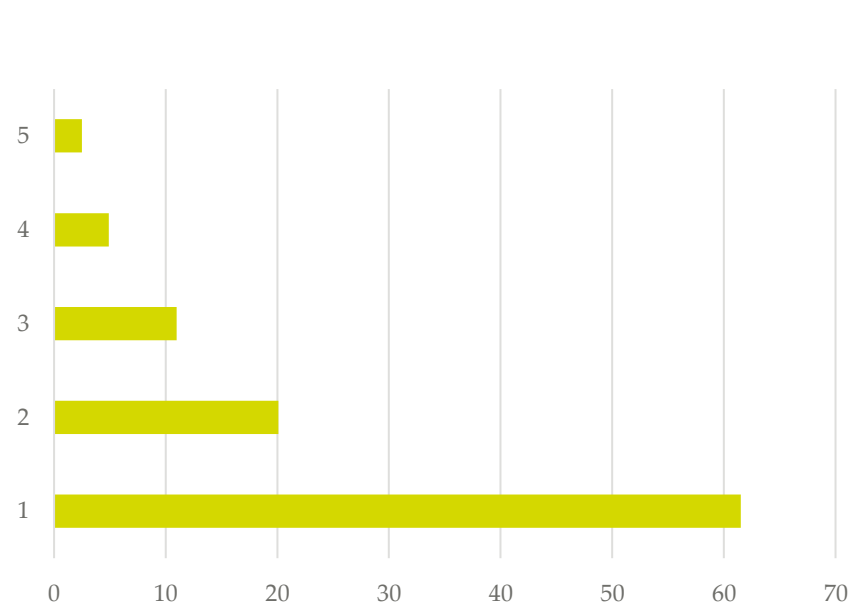


# Merkityksen kriisin vähäinen ilmeneminen

My life seems meaningless



When I think about the meaning of my life I find only emptiness.



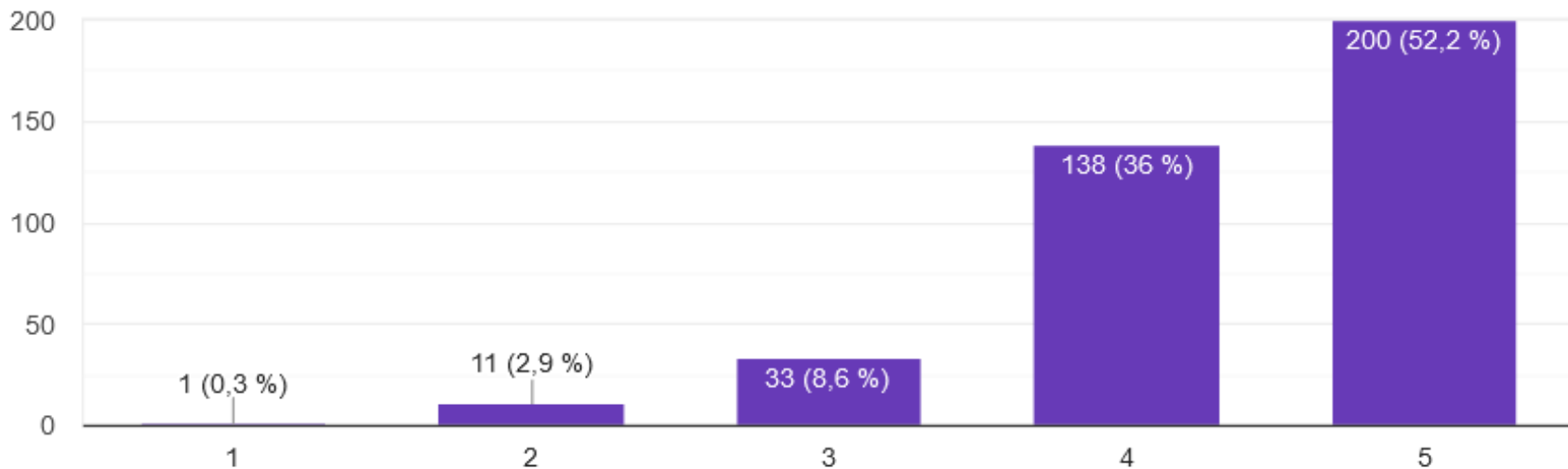
# Uskonnollisuus ja merkityksellisyys

- Positiivinen korrelaatio uskonnollisen sitoutumisen ja merkityksellisyyden kokemuksen välillä löytyi.
- Merkityksen kriisiä ilmeni aineistossa vähän. Kriisin elementit olivat linkittyneitä kokemukseen Jumalan hylättynä olemisesta (Puola)
- Ihmiset, jotka määrittelivät itsensä uskonnolliseksi koksivat elämän merkityksellisemmäksi kuin “hengelliset mutta ei uskonnolliset”. Merkityksellisyyden kokemus heikoin niiden joukossa, jotka “ei-uskonnollinen”

# Perimmäiset arvot – vahvat arvot merkityksellisyyden taustalla

2. On olemassa arvoja ja ihanteita, joita pidän kiistattoman varmoina

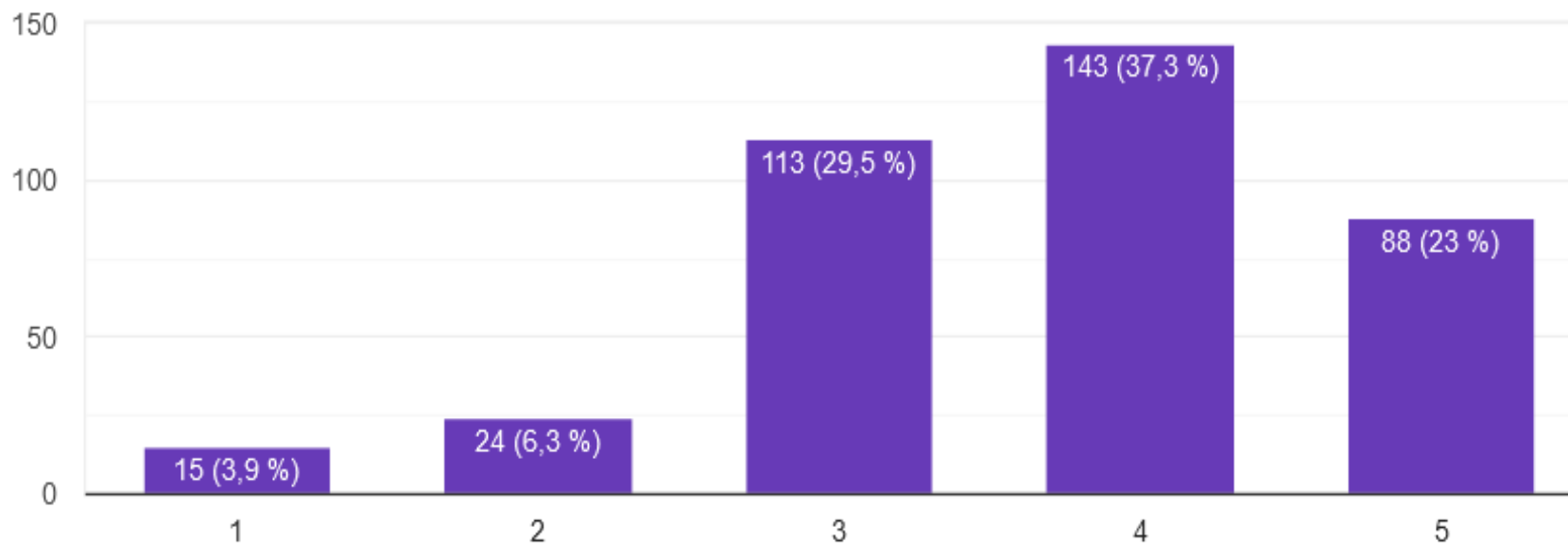
383 vastausta



# Perimmäiset arvot – arvojen lujittuminen

## 13. Tunnen uudenlaista innostusta rakastaa ja pitää huolta perheestäni

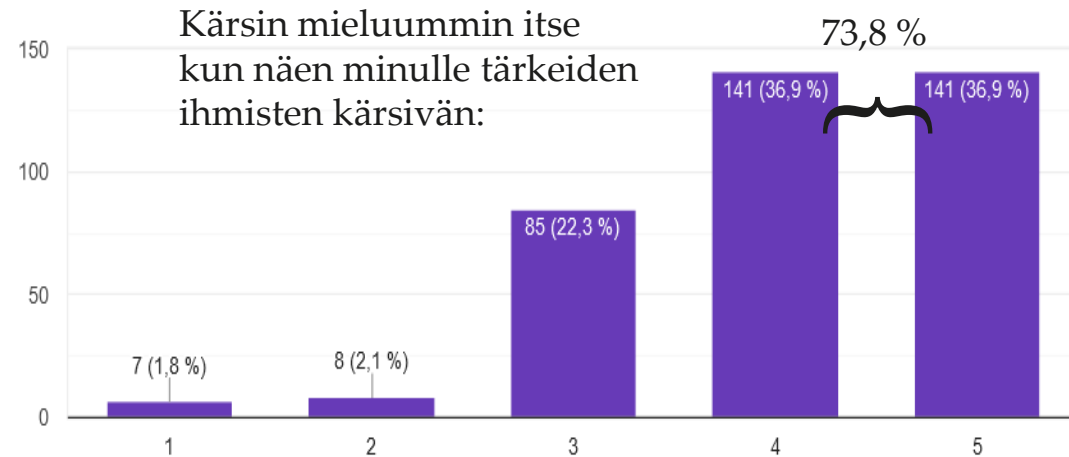
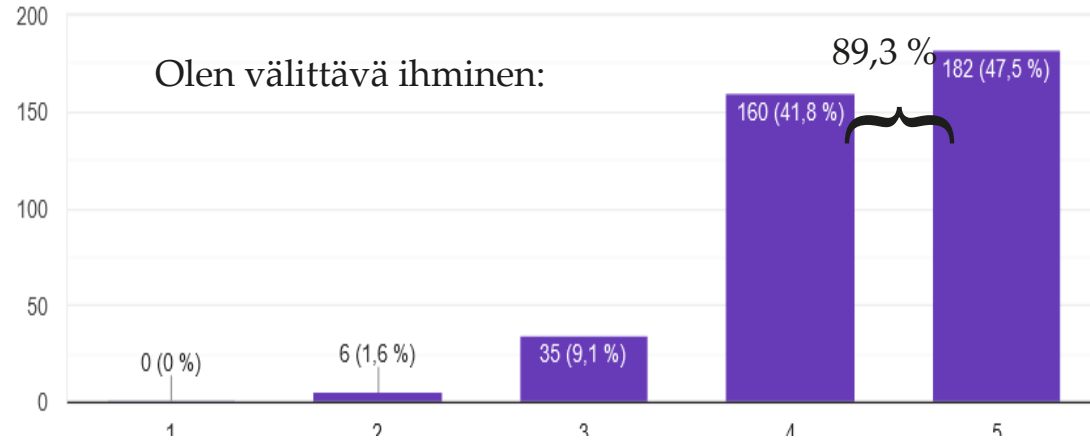
383 vastausta





# Empatia

- Tarkasteltiin 5 väittämän kautta
- Naiset aavistuksen miehiä empaattisempia
- Selkeä yhteys merkityksellisyyden kokemukseen: ihmissuhteiden ja niiden ylläpidon keskeisyys

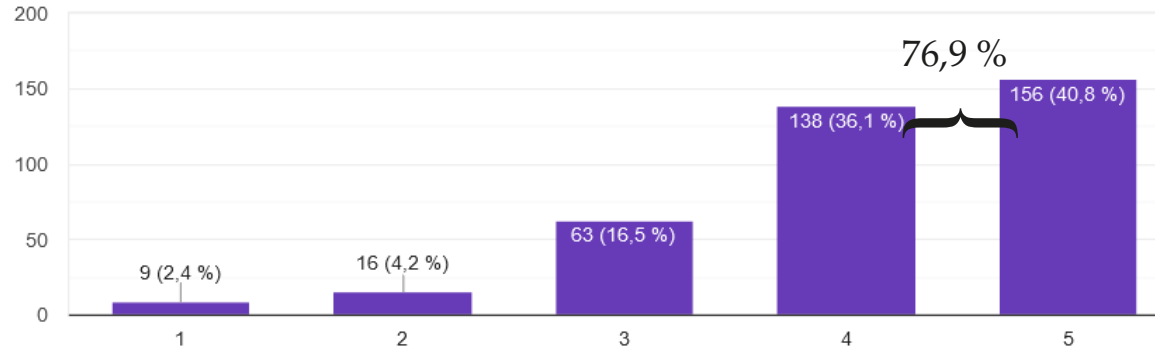


# Psykofyysinen terveys

Neljä muuttujaa, joiden kautta tarkasteltiin mielen tasapainoa sekä liikkumisen tärkeyttä

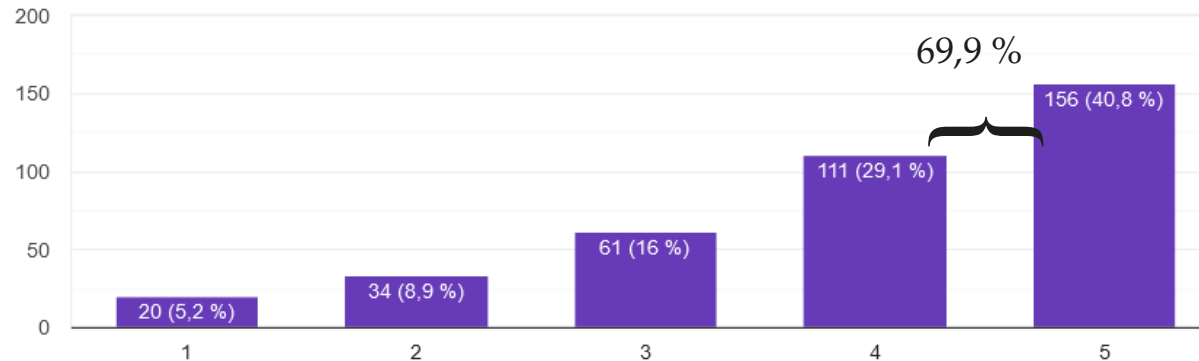
19. Ajatusteni jakaminen muiden kanssa liennyttää ahdistustani

382 vastausta



22. Harrastan liikuntaa säännöllisesti, jotta mieleni ja kehoni pysyvät tasapainossa pandemian aikana

382 vastausta



# Jooga ja meditaatio?

- Kansainvälisesti vertailtuna suomalaiset ilmaisivat olevansa melko aktiivisia meditoinnin suhteen: yli 20 % vastaajista kertoi meditoinnin auttaneen mielenrauhan säilyttämisessä pandemian aikana.
- Joogaajien osuus aineistossa oli pieni.
- Varovaisesti voidaan kuitenkin tulkita, että jooga ja meditaatio ovat vaikuttaneet niitä harrastavien kokemukseen elämän merkityksellisyydestä positiivisesti.

# Ikä & merkityksellisyyden kokemus

- Ikä korreloi positiivisesti merkityksellisyyden kokemukseen: **Mitä vanhempi vastaaja, sen vahvempi kokemus merkityksellisyydestä.** Tätä kausaalisuutta tuki myös korrelaatioanalyysin tulokset, jotka vahvistivat, että ikä liittyi merkityksellisyyden kokemukseen.
- Keväällä vahva huoli yli 70-v eristyneisyydestä, yksinäisyydestä
- Nuorten eristyneisyys ikätovereista, haavoittuvaisuuden ja kuolevaisuuden ymmärtäminen



# Koulutus & merkityksellisyyden kokemus

- **Koulutustaustalla** on vahvistava (vaikka ei täysin ennustava) vaikutus merkityksellisyyden kokemukseen. Tämän vahvasti positiivinen korrelaatio koulutuksen ja merkityksellisyyden välillä sekä tilastollisesti merkittävä keskijakaumien ero eri koulutuskehokorttien välillä.
- Korkea koulutus luo mahdollisuuksia merkityksellisen työn löytämiselle
- Matalamman koulutuksen työt joissakin tilanteissa lähempänä koronan arjen uhkaa (esim. kauppa, siivous, julkinen liikenne)

# Maa & merkityksellisyyden kokemus

- Eroja merkityksellisyyden kokemuksessa ilmeni myös osallistujien synninmaan ja asuinmaan mukaan. Suomessa syntyneet sekä Suomessa asuvat kokivat vahvempaa merkityksellisyyden kokemusta kun Espanjassa ja Puolassa syntyneet ja asuvat henkilöt.
  - Italialaisten kokemukset eivät eronneet tilastollisesti joukosta, joten heidän kokemuksiaan ei voida luotettavasti vertailla joukossa.

→ Koronan leviämisen vaikutus näkyy selkeästi tässä

# Tulokset diakonian ja kasvatuksen valossa

- Uskonnollisuus voi muodostaa vahvan merkityksellisyyden lähteen -> tässä aineistossa uskonto-keskeisyys on korostunut
- Koronan vaikutus erityisesti nuoriin ihmisiin ja heidän elämän merkityksellisyyden kokemukseen on korostunut: esim. Ymmärrys omasta kuolevaisuudesta on kasvanut.
- Koulutus elämän merkityksellisyyttä vahvistavana -> tarkoittaako sitä, että korona moukaroit eniten niitä, jotka ovat muutoinkin jo ahtaammalla?
- Diakonian, keskusteluavun ja kasvatuksen rooli arjen tukena vielä pitkään: koronan jälkivaikutukset ovat pitkäkestoisia.

*Kiitos!*

*suvi.saarelainen@uef.fi*



UNIVERSITY OF  
EASTERN FINLAND

*uef.fi*