



**TURUN
YLIOPISTO**

Kaikki tiet vievät huijarisyndroomaan

Yliopisto-opiskelijoiden huijarisyndrooma, opintojen eteneminen ja opintomenestys

Aikuiskasvatustieteen
pro gradu -tutkielma

Laatija:
Mira Kangas

9.4.2025
Turku

Turun yliopiston laatu järjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Pro gradu -tutkielma

Oppiaine: Aikuiskasvatustiede

Tekijä: Mira Kangas

Otsikko: Kaikki tiet vievät huijarisyndroomaan – Yliopisto-opiskelijoiden huijarisyndrooma, opintojen eteneminen ja opintomenestys

Ohjaaja: Yliopistotutkija Markku Vanttaja

Sivumäärä: 77 sivua + 9 liitesivua

Päivämäärä: 9.4.2025

Tässä tutkielmassa selvitettiin suomalaisten yliopisto-opiskelijoiden kokeman huijarisyndrooman yhteyttä opintojen etenemisen tahtiin sekä opintomenestykseen opintojen eri vaiheissa, ja analysoitiin opinnoissaan vähintään kiitettävästi menestyneiden opiskelijoiden tunnistamia tekijöitä kokemansa huijarisyndrooman taustalla. Tutkielman aineistona käytettiin valmista, keväällä 2022 Suomessa yliopistotutkintoa opiskelevilta kerättyä kyselyaineistoa (n = 4994). Aineistoa analysoitiin sekä kvantitatiivisin että kvalitatiivisin menetelmin.

Huijarisyndroomalla tarkoitetaan tilaa, jossa ihminen kokee, ettei hän ole itse ansainnut omia saavutuksiaan, vaan ne johtuvat esimerkiksi jonkinlaisesta virheestä tai sattumasta. Nimestään huolimatta kyseessä ei ole sairaus tai mielenterveyden häiriö, ja suurin osa ihmisistä kokeekin huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatuksia ainakin jossain kohtaa elämäänsä. Erityisen tyypillisiä tällaiset ajatukset ovat elämän erilaisissa siirtymävaiheissa, kuten opiskellessa ja työelämään siirtyessä.

Tutkielman tulosten perusteella huijarisyndroomaa kokevien opiskelijoiden opinnot etenevät hieman muita opiskelijoita hitaammin. Opintomenestyksen eri opintojen vaiheissa tai kummankaan tekijän erikseen ei todettu olevan yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen, eli huijarisyndroomaa esiintyy tasaisesti kaikissa opintojensa vaiheissa olevilla ja sekä matalia että korkeita arvosanoja saavilla yliopisto-opiskelijoilla. Opinnoissaan vähintään kiitettävästi menestyneiden opiskelijoiden tunnistamat syyt huijarisyndrooman kokemisen taustalla jaettiin analyysin myötä viiteen yläluokkaan: aiemmat kokemukset, arvioiduksi tuleminen, etäopiskelu, tulevaisuuden vaatimukset ja yksilön ominaisuudet. Eniten yksittäisiä mainintoja näistä keräsi vastauksissa arvioiduksi tuleminen. Vastauksissa kuitenkin ilmeni ristiriitoja, sillä esimerkiksi sekä sanallisen palautteen saaminen että sen puute mainittiin aineistossa huijarisyndroomaa aiheuttavana tekijänä.

Avainsanat: huijarisyndrooma, yliopisto-opiskelijat, opintomenestys, opintojen eteneminen

Sisällysluettelo

1	Johdanto	5
2	Mikä on huijarisyndrooma?	7
2.1	Huijarisyndroomalle tyypilliset piirteet	8
2.1.1	Tarve olla erityisen hyvä tai paras kaikessa	8
2.1.2	Supersankariajattelu	9
2.1.3	Epäonnistumisen pelko	9
2.1.4	Pelko kyvyttömyydestä toistaa aiempia onnistumisia	10
2.1.5	Oman osaamisen vähättely ja vaikeus ottaa vastaan kehuja.....	10
2.1.6	Huijariajattelun kehä.....	11
2.2	Huijarisyndrooman tunnistamista varten kehitetyt mittarit	13
2.2.1	Harvey Impostor Phenomenon Scale (HIPS).....	13
2.2.2	Clance IP Scale (CIPS).....	13
2.2.3	Perceived Fraudulence Scale (PFS).....	14
2.3	Huijarisyndrooma yliopisto-opiskelijoilla	14
2.3.1	Huijarisyndrooma ja opintojen eteneminen	15
2.3.2	Huijarisyndrooma ja opintomenestys	16
3	Yliopisto-opiskelijoiden hyvinvointi	18
3.1	Hyvinvoinnin osa-alueet	18
3.1.1	Fyysinen hyvinvointi	18
3.1.2	Henkinen hyvinvointi	19
3.1.3	Sosiaalinen hyvinvointi	20
3.2	Ajankohtaiset yliopisto-opiskelijoiden hyvinvointiin vaikuttavat tekijät	21
3.2.1	Koronapandemia ja etäopiskelu	21
3.2.2	Opintotukijärjestelmän uudistus ja huoli toimeentulosta	23
4	Tutkimusasetelma	26
4.1	Tutkimuskysymykset	26
4.2	Aineisto ja mittarit	26
4.3	Käytetyt analyysimenetelmät	30
5	Tulokset	35
5.1	Huijarisyndrooma ja opintojen eteneminen	35
5.2	Huijarisyndrooma ja opintomenestys opintojen eri vaiheissa	36
5.3	Opinnoissaan hyvin menestyvien opiskelijoiden tunnistamat tekijät huijarisyndroomansa taustalla	38
5.3.1	Aiemmat kokemukset.....	38
5.3.2	Arvioiduksi tuleminen	46
5.3.3	Etäopiskelu	51
5.3.4	Tulevaisuuden vaatimukset	54
5.3.5	Yksilön ominaisuudet	57
6	Tutkielman eettisyys ja luotettavuus	63
7	Yhteenvedo ja pohdinta	66
	Lähteet	70
	Liitteet	78
	Liite 1. Kyselylomake	78

KUVIO 1 HUIJARIAJATTELUN KEHÄ (SAKULKU & ALEXANDER 2011 MUKAILLEN CLANCE 1985, SUOMENNOS EKMAN 2017)	12
KUVIO 2 CIPS-KYSELYSTÄ SAATUJEN PISTEIDEN KESKIARVOT OPINTOMENESTYKSEN JA OPINTOJEN VAIHEEN MUKAAN JAETUISSA RYHMISSÄ.....	37
KUVIO 3 VASTAAJIEN TUNNISTAMAT TEKIJÄT KOKEMANSA HUIJARISYNDROOMAN TAKANA (YLÄLUOKAT JA ALALUOKAT) SEKÄ NIIDEN ESIINTYMINEN AINEISTOSSA (YLÄLUOKAT)	38
TAULUKKO 1 VASTAAJIEN OPISKELUALAT JA NIIDEN OSUUDET AINEISTOSSA.....	27
TAULUKKO 2 VASTAAJIEN ILMOITTAMAT SUORITETTUJEN OPINTOJEN ARVOSANOJEN LÄHIMPÄÄN KOKONAISLUKUUN PYÖRISTETYT KESKIARVOT JA NIIDEN OSUUDET AINEISTOSSA	28
TAULUKKO 3 VASTAAJIEN CIPS-KYSELYSTÄ SAAMIEN PISTEMÄÄRIEN JAKAUTUMINEN CLANCEN (1985) MÄÄRITTELEMIIN, HUIJARISYNDROOMAN ESIINTYMISTÄ KUVAAVIIN LUOKKIIN	29
TAULUKKO 4 RYHMÄKOOT OPINTOMENESTYKSEN JA OPINTOJEN VAIHEEN MUKAAN SEKÄ CIPS-KYSELYSTÄ SAATUJEN PISTEIDEN RYHMÄKOHTAISET VINOUEDET JA HUIPUKUUDET	33
TAULUKKO 5 VASTAAJIEN OPINTOJEN ETENEMISEN TAHDIN KESKIARVOT JA KESKIHAJONNAT CLANCEN (1985) MÄÄRITTELEMISSÄ, HUIJARISYNDROOMAN ESIINTYMISTÄ KUVAAVISSA LUOKISSA.....	36
TAULUKKO 6 CIPS-KYSELYSTÄ SAATUJEN PISTEIDEN KESKIARVOT JA KESKIHAJONNAT OPINTOMENESTYKSEN JA OPINTOJEN VAIHEEN MUKAAN JAETUISSA RYHMISSÄ.....	37

1 Johdanto

Huijarisyndroomalla tarkoitetaan sellaisten ajatus- ja toimintamallien kokonaisuutta, jotka saavat ihmisen tuntemaan itsensä huijariksi. Onnistumisistaan huolimatta huijarisyndroomaa kokeva ihminen ei usko ansainneensa omia saavutuksiaan, ja pelkää myös muiden jossain vaiheessa tajuavan sen. Pelko huijariksi paljastumisesta voi aiheuttaa hänelle ahdistuksen tunteita niin työelämässä, arjessa kuin opinnoissakin, ja siihen liittyykin usein erilaisia jaksamisen ja mielenterveyden ongelmia. (Ekman 2017, 10–11.) Näin ollen huijarisyndrooman voidaan nähdä olevan uhka yliopisto-opiskelijoiden hyvinvoinnille, ja sen myötä myös opintojen etenemiselle ja niissä pärjäämiselle. Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkin suomalaisten yliopisto-opiskelijoiden kokemaa huijarisyndroomaa juuri opintojen etenemisen sekä opintomenestyksen näkökulmasta. Lisäksi tutkin sitä, minkälaisia tekijöitä yliopisto-opinnoistaan korkeita arvosanoja saaneet opiskelijat tunnistavat kokemansa huijarisyndrooman taustalta.

Opetus- ja kulttuuriministeriö (2023, 11) huomauttaa suomalaisten nuorten korkeakoulutusasteen (n. 40 %) jäävän kansainvälisissä vertailuissa muiden OECD-maiden varjoon, ja pelkääkin väestön koulutustason kasvun hidastuvan 2020-luvun aikana suurten ikäluokkien jäädessä eläkkeelle. Vaikka Suomessa olikin alkuvuodesta 2025 enemmän työttömiä korkeakoulutettuja kuin koskaan aiemmin 2000-luvulla (Hukkanen 2025), on opintojen venymistä pyritty viime vuosina estämään esimerkiksi rajoittamalla uusille opiskelijoille myönnettyä opintoaikaa sekä muokkaamalla opintotukijärjestelmää (Valtioneuvosto 2023). Suomen ylioppilaskuntien liitto (2021) pitää opintojen nopeaan valmistumiseen painostavien toimien kuitenkin olevan suuri riski opiskelijoiden hyvinvoinnille altistaen heidät erilaisille jaksamisen ja mielenterveyden ongelmille. Tehdyistä toimista huolimatta on myös edelleen hyvin tavallista, että yliopisto-opinnot venyvät tavoiteaikataulua pidemmiksi tai jäävät kokonaan kesken.

Huijarisyndrooman alkuperäisessä kuvauksessa korostui ristiriita osaamisensa epäilyn ja yksilön saavuttaman menestyksen välillä (Clance & Imes 1978). Myöhemmin (esim. Clance 1985) huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatus- ja toimintamalleja on kuitenkin todettu esiintyvän myös sellaisten ihmisen keskuudessa, joita ei pidetä urallaan tai opinnoissaan poikkeuksellisen hyvin menestyneinä. Käsitteen laajenemisen myötä sen eroavaisuuksia esimerkiksi oman suoriutumisen epäilylle voi olla haastava ymmärtää, ja mediassa

huijarisyndroomaa onkin jo ehditty kritisoimaan pelkäksi muotisanaksi terveelle itsekriitikille (Yle Areena 2024). Todellisuudessa huijarisyndrooma on kuitenkin paljon laajempi käsite kuin itsekritiikki. Omien epäonnistumistensa tiedostamisen lisäksi siihen liittyy usein esimerkiksi pelkoa arvioiduksi tulemisesta ja huijariksi paljastumisesta, vaikeutta myöntää omia onnistumisiaan sekä pelkoa kyvyttömyydestä toistaa niitä jatkossa. Nämä kaikki ovat sellaisia ajatuksia, joita voi esiintyä kaikenlaisilla opiskelijoilla riippumatta siitä, mikä heidän opintojen keskiarvonsa on. Toisaalta on myös mahdollista, että huijarisyndroomalle tyypilliset toimintamallit, kuten opiskelun aloittamisen viivyttely voivat opintojen edetessä vaikuttaa laskevasti niistä saatuihin arvosanoihin.

Terve itsekritiikki ja huijarisyndrooma eroavat toisistaan myös siten, ettei opiskelija luultavasti pääse huijarisyndroomastaan eroon vain nostamalla suoritustasoaan näkemällä enemmän vaivaa opintojensa eteen. Suomalainen psykoterapeutti Emilia Kujala (2025) näkee huijarisyndroomasta eroon pääsemisen olevan mahdollista harjoittamalla ”mielen medialukutaitoa” sekä suhtautumalla oman mielen tuotoksiin samanlaisella lähdekritiikillä kuin kaikkeen muuhunkin tietoon. *”Usko tai älä, huijariajatusten kanssa voi elää oikein hyvää elämää, kun oppii suhtautumaan niihin vähän samanlaisella suodattimella kuin Trumpin lausuntoihin”*, toteaa Kujala (2025) kolumnissaan. Jotta yksilö voi oppia kohdistamaan lähdekritiikkiä omaan mieleensä, tulee hänen ymmärtää minkälaisia tekijöitä mielessä pyörivien virheellisten käsitysten takana on. Niinpä huijarisyndrooman esiintyvyyden lisäksi on tärkeää tutkia myös sitä, minkälaiset tekijät sille voivat altistaa, ja miten nämä tekijät vaihtelevat yksilöiden välillä. Opinnoissaan korkeita arvosanoja saavilla tällaisten tekijöiden ymmärtäminen ja niihin puuttuminen voi olla erityisen haastavaa, sillä ulkopuolisin silmin katsottuna heillä ei ole mitään syytä epäillä omaa osaamistaan.

2 Mikä on huijarisyndrooma?

Huijarisyndrooman käsitteen loivat yhdysvaltalaiset tutkijat ja psykologit Pauline Rose Clance ja Suzanne Imes (1978) tutkittuaan sellaisia urallaan korkeaan asemaan päätyneitä naisia, jotka uskoivat menestyksensä johtuvan lähinnä hyvästä tuurista tai olevan jostain muusta syystä virheellistä.

Vaikka Clance ja Imes pitivätkin ilmiötä alun perin juuri urallaan menestyneiden naisten ongelmana, tiedetään sen nykyään koskevan myös muita väestöryhmiä. Sukupuolen yhteydestä huijarisyndrooman esiintyvyyteen on tehty vuosien varrella useita tutkimuksia, ja niiden tulokset ovat osin ristiriidassa keskenään. Esimerkiksi Bravatan ja kumppaneiden (2020) huijarisyndroomaa käsittelevän katsausartikkelin aineistona toimivista 33 artikkelista 16:ssa todettiin huijarisyndrooman olevan yleisempää naisilla kuin miehillä, mutta 17:ssä yhteyttä sukupuolen ja huijarisyndrooman kokemisen välillä ei löydetty. Toppingin ja Kimmelin (1985) tutkimuksessa miesten taas todettiin kokevan huijarisyndroomaa naisia enemmän. Kyseisessä tutkimuksessa huijarisyndrooman mittarina käytettiin Harvey'n (1981) kehittämää HIPS-kyselyä, johon kohdistettua kritiikkiä käsitellään tämän tutkielman luvussa 2.2.1. Muunsukupuolisten huijarisyndroomakokemuksia on tutkittu vasta hyvin vähän, mutta Vanttajan, Norin ja Kinnarin (2024) suomalaisille yliopisto-opiskelijoille toteuttamassa tutkimuksessa huijarisyndroomalle tyypilliset ajatus- ja toimintamallit olivat heidän keskuudessaan nais- ja miespuolisia opiskelijoita yleisempiä. Vaikkei huijarisyndrooman esiintyvyydestä eri sukupuolilla ole vielä päästy täyteen selvyyteen, voidaan aiheesta tehtyjen tutkimusten perusteella sanoa kyseessä kuitenkin olevan hyvin yleinen ilmiö. Useissa lähteissä (esim. Ekman 2017; Sakulku & Alexander 2011) arvioidaan peräti 70 % ihmisistä kokevan huijarisyndroomaa ainakin jossain vaiheessa elämäänsä.

Sanana huijarisyndrooma (engl. Impostor syndrome; IS) on hiukan harhaanjohtava, sillä sairauden tai mielenterveyden häiriön sijaan sillä viitataan kokoelmaan sellaisia ajatus- ja toimintamalleja, jotka saavat ihmisen tuntemaan itsensä huijariksi. Clance ja Imes puhuvatkin itse huijarisyndrooman sijaan huijari-ilmiöstä (engl. Impostor phenomenon; IP), koska kokevat oireyhtymää lääketieteessä tarkoittavan syndrooma-sanan vääristävän käsitteen merkitystä ja johtavan helposti väärinkäsityksiin (Jamison 2023, 16). Feenstra ja kumppanit (2020, 2) perustelevat huijarisyndrooma-käsitteen ongelmallisuutta sillä, että se luo oletuksen siitä, että huijarisyndroomaa kokevat ovat hoitoa tarvitsevia potilaita, ja näin ilmiön

laajemmat, yhteiskunnalliset ja rakenteelliset ulottuvuudet jäävät helposti huomiotta. Ekman (2017, 10) taas huomauttaa, että myös huijari-sanankäyttöä voidaan pitää tässä yhteydessä harhaanjohtavana, sillä huijarisyndroomaa kokevat ihmiset eivät oikeasti ole huijanneet ketään: heistä itsestään ainoastaan tuntuu siltä. Huijarisyndrooma-sanaan liitetyt negatiiviset mielikuvat voivatkin lisätä sitä kokevien kokemusta siitä, että heissä on jotain vikaa. Koska huijarisyndrooma on kuitenkin ongelmallisuudestaan huolimatta suomalaisessa kirjallisuudessa ja etenkin mediassa jo hyvin vakiintunut termi, käytetään sitä selkeyden vuoksi myös tässä tutkielmassa.

2.1 Huijarisyndroomalle tyypilliset piirteet

Koska huijarisyndrooma ei ole sairaus, ei sille ole myöskään määritelty virallisia diagnostisia kriteereitä. Clancen (1985) mukaan huijarisyndroomasta voidaan kuitenkin puhua, jos henkilöllä esiintyy samanaikaisesti vähintään kahta näistä kuudesta piirteestä: tarve olla erityisen hyvä tai paras kaikessa, supersankariajattelu, epäonnistumisen pelko, pelko kyvyttömyydestä toistaa aiempia onnistumisia, oman osaamisen vähättely ja vaikeus ottaa vastaan kehuja, sekä huijariajattelun kehän mukainen toiminta. Se, kuinka montaa näistä kuudesta piirteestä henkilöllä samanaikaisesti esiintyy, ja kuinka vahvoja eri piirteet ovat, on hyvin yksilöllistä, ja voi myös ajan myötä vaihdella.

2.1.1 Tarve olla erityisen hyvä tai paras kaikessa

Tarve olla erityisen hyvä tai paras kaikessa juontaa usein juurensa henkilön lapsuuteen saakka. Monet huijarisyndroomaa kokevat ovat Clancen (1985) mukaan tottuneet lapsuudessaan olemaan luokkansa parhaimmista kaikissa oppiaineissa, ja tästä on tullut tärkeä osa heidän identiteettiään. Viimeistään korkeakouluasteelle tai työelämään siirtyessään he kuitenkin huomaavat, etteivät he voikaan olla parhaita tai edes erityisen hyviä aivan kaikessa. Huijarisyndroomasta kärsivä pitää tätä osoituksena omasta tyhmyydestään ja riittämättömyydestään, ja jättää näin antamatta arvoa osaamiselleen niissä asioissa, joissa hän edelleen pärjää erityisen hyvin. Itsensä ja oman osaamisensa vertailu muihin voi lopulta johtaa siihen, että henkilö alkaa vältellä sellaisia tilanteita, joissa hänen suoriutumistaan voitaisiin verrata muihin, sillä hän pelkää olevansa muita huonompi. (Sakulku & Alexander 2011, 77.)

2.1.2 Supersankariajattelu

Supersankariajattelulla (engl. superman / superwoman aspects) viitataan tarpeeseen onnistua täydellisesti kaikessa mihin ryhtyy, eli se liittyy vahvasti myös tarpeeseen olla erityisen hyvä tai paras. Supersankariajattelua kokeva ihminen asettaa itselleen lähes mahdottomia tavoitteita ja odotuksia, ja pettyy sitten itseensä, kun ei pystykään saavuttamaan niitä. (Clance 1985.)

Kun tarpeessa olla erityisen hyvä tai paras kaikessa korostuu itsensä vertailu muihin, kilpailee supersankariajattelijat myös itseään vastaan. Hänen vaatimuksensa omalle pärjäämiselleen ovat niin korkeat, että vaikka hän pärjäisikin muita paremmin, ei hän silti olisi tyytyväinen itseensä, sillä hänen itselleen asettamat, epärealistiset tavoitteet jäisivät kuitenkin saavuttamatta. Supersankariajatuksia omaava ihminen saattaa yliopistossa opiskellessaan esimerkiksi pyrkiä täydelliseen keskiarvoon, ja kokee itsensä epäonnistuneeksi saadessaan poikkeuksellisen haastavasta opintojaksosta erinomaisen sijaan vain kiitettävän arvosanan. Sakulku ja Alexander (2011, 77) pitävät supersankariajattelua yhtenä perfektionismin esiintymismuotona, ja perfektionismin onkin todettu olevan yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen (esim. Dudău 2014; Pannhausen, Klug & Rohrmann 2022).

2.1.3 Epäonnistumisen pelko

Epäonnistuminen herättää monissa huijarisyndroomasta kärsivissä hyvin voimakkaita häpeän ja nöyryydyksen tunteita (Clance 1985). Epäonnistumisen pelko johtaakin useissa tapauksissa siihen, että toimeen tarttuminen tuntuu ylitsepääsemättömän vaikealta. Henkilöllä voi tosiasiallisesti olla erinomaiset valmiudet jonkin tehtävän tekemiseen, mutta pelko epäonnistumisesta saa hänet lykkäämään aloittamista kerta toisensa jälkeen, tai toisaalta tekemään esimerkiksi ylitöitä onnistumisen takaamiseksi.

Pienikin epäonnistuminen vastaa monen huijarisyndroomasta kärsivän mielessä huijariksi paljastumista. Vaikkei muiden ihmisten epäonnistumisten todistaminen muuttaisi huijarisyndroomasta kärsivän käsitystä heidän kyvykkyydestään, tuntuu hänestä kuitenkin siltä, että jos hän itse epäonnistuisi jossain, tajuaisivat muut heti hänen olevan huijari. Siksi harmittomatkin epäonnistumiset esimerkiksi töissä tai opinnoissa voivat jäädä kummittelemaan huijarisyndroomaa kokevan mieleen vielä pitkään sen jälkeen, kun kaikki muut ovat jo unohtaneet ne.

2.1.4 Pelko kyvyttömyydestä toistaa aiempia onnistumisia

Sen lisäksi, että monet huijarisyndroomaa kokevat pelkäävät epäonnistumista, eivät he myöskään tehtävässä onnistuttuaan pysty hengähtämään kovin pitkäksi aikaa.

Huijarisyndroomalle on nimittäin tyypillistä henkilön oma kokemus siitä, että kun hän onnistuu kerran jossain, odotetaan häneltä jatkossakin vastaavia onnistumisia. Ajatus siitä mitä tapahtuu, jos henkilö ei pystykään toistamaan onnistumistaan ja paljastuu näin muidenkin silmissä huijariksi voi tuntua hyvin ahdistavalta. (Ekman 2017, 54.)

Tällainen ajattelutapa voi saada ihmisen olemaan tavoittelematta menestystä sellaisissa asioissa, joissa heillä olisi eväät sen saavuttamiseen, ja näin ikään kuin sabotoimaan itseään. Aiempien onnistumisten toistamisen kyvyttömyyttä pelkäävä ihminen voi esimerkiksi työelämässä kieltäytyä hänelle tarjotusta ylennyksestä, koska pelkää ettei suoriudukaan uusista tehtävistään yhtä hyvin kuin vanhoista ja ajattelee näin paljastuvansa huijariksi kollegoidensa ja päälliköidensä silmissä. Opintojen aikana vastaavanlainen ajattelutapa voi näkyä esimerkiksi niin, että opintojaan kiitettävällä keskiarvolla aiemmin suorittanut opiskelija käy haastavan opintojakson mieluummin useaan kertaan ennen sen tenttimistä, kuin saa siitä keskinkertaisen arvosanan. Pahimmillaan tällainen toiminta voi johtaa opintojen turhaan venymiseen tai jopa keskeyttämiseen.

2.1.5 Oman osaamisen vähättely ja vaikeus ottaa vastaan kehuja

Huijarisyndroomasta kärsivä ei usein näe onnistumistensa olevan omaa ansiotaan, vaan ajattelee niiden johtuvan erilaisista ulkoisista tekijöistä (Clance & Imes 1978). Hän voi ajatella niiden takana olevan esimerkiksi hyvää tuuria, poikkeuksellisen kovaa ponnistelua tai arvioijan virhe, joten positiivisen palautteen saaminen ei tunnu hänestä oikeutetulta. Tämän vuoksi huijarisyndroomasta kärsivä saattaakin kehuja saadessaan kiittämisen sijaan alkaa vähätteleään itseään tuomalla ilmi, mitkä ulkoiset tekijät olivat juuri sillä kertaa myötävaikuttaneet hänen onnistumiseensa.

Oman osaamisen vähättelyä ei kuitenkaan Sakulkun ja Alexanderin (2011, 77) mukaan tule sekoittaa huomionhakuiseen, valheelliseen vaatimattomuuteen. Huijarisyndroomaa kokevalla omien saavutustensa vähättelyn tarkoituksena ei suinkaan ole lisäkehujen kalasteleminen, vaan hän haluaa kehuja aidosti ymmärtävän, ettei saavutus ollut hänen omaa ansiotaan. Positiivisen palautteen vastaanottamisen vaikeus voi liittyä osittain myös pelkoon

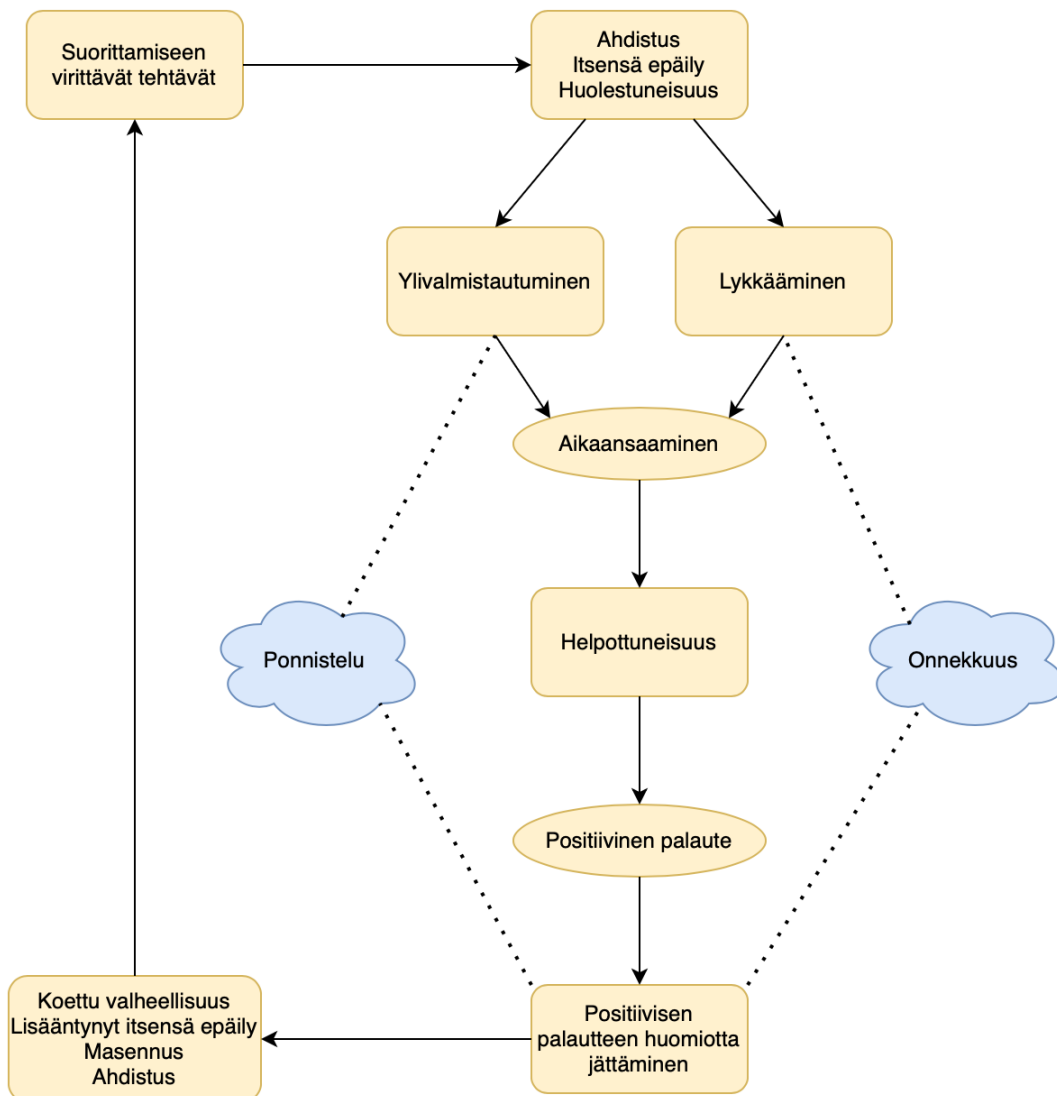
kyvyttömyydestä toistaa aiempia onnistumisia. Kehut tuovat huijarisyndroomasta kärsivälle entistä enemmän paineita onnistua jatkossakin, sillä hänestä tuntuu, että hän tuottaa kehujalle pettymyksen ja paljastuu huijariksi, jos hän joskus tulevaisuudessa epäonnistuu.

2.1.6 Huijariajattelun kehä

Huijariajattelun kehällä kuvataan huijarisyndroomasta kärsivälle tyypillistä toimintaa hänen suorittaessaan esimerkiksi opintoihinsa tai työhönsä liittyviä tehtäviä. Clancen (1985) mukaan huijariajattelun kehä on yksi huijarisyndrooman tärkeimmistä tunnuspiirteistä, ja se nitookin yhteen useita edellä mainittuja huijarisyndroomalle tyypillisiä piirteitä. Kehä alkaa, kun huijarisyndroomaa kokeva ihminen saa suoritettavakseen jonkinlaisen tehtävän. Lähes heti tehtävän saamisen jälkeen ihminen alkaa epäillä itseään ja kyvykkyyttään sen suorittamiseen. Pelko siitä, kykeneekö hän suorittamaan tehtävän tarpeeksi hyvin saa hänet joko lykkäämään sen suorittamista niin pitkälle kuin suinkin mahdollista tai vaihtoehtoisesti käyttämään siihen valmistautumiseen suhteettoman paljon aikaa ja energiaa. Jos tehtävä tulee lopulta suoritettua onnistuneesti, ei ihminen näe tätä osoituksena kyvykkyydestään, vaan sen sijaan ajattelee onnistumisen olevan joko hyvää tuuria tai johtuvan poikkeuksellisen suuresta työmäärästä. Näiden ajatusten myötä tehtävän valmistumista seurannut helpotus haihtuu nopeasti, ja positiivisen palautteen vastaanottaminen tuntuu mahdottomalta. (Ekman 2017, 38–39.)

Monet opiskelijat varmasti tunnistavat itsessään huijariajattelun kehän kaltaisia ajatus- ja toimintamalleja. On hyvin tavallista, että vaikka esimerkiksi esseen kirjoittamiseen annettaisiin monta viikkoa aikaa, opiskelijat aloittavat sen tekemisen vasta pari päivää ennen viimeistä palautushetkeä. Motiivit myöhäisen aloittamisen taustalla ovat varmasti moninaisia, mutta monilla huijarisyndroomaa kokevilla viivyttelyn syynä voi olla juuri pelko siitä, ettei oma osaaminen riitä tehtävän suorittamiseen. Tehtävän aloittamista viivyttelällä voi samalla vältellä omien epäonnistumisen pelkojensa kohtaamista: poissa silmistä, poissa mielestä. Kun essee sitten viimeisenä iltana lopulta saavuttaa tavoitemittansa ja tulee palautetuksi, täytyy hyväksytyin arvosanan johtua joko tuurista tai sen arvioineen opettajan kohteliaisuudesta. Olihan se tehty vain yhdessä illassa opiskelukaverin työstettyä omaansa useita tunteja päivässä monen viikon ajan. Tällaiselle opiskelijalle voisikin tulla valtavana yllätyksenä se, että myös esseensä kirjoittamiseen huomattavasti enemmän aikaa käyttänyt opiskelukaveri häpeilee omaa suoritustaan: hän oli käyttänyt valtavasti aikaa ja energiaa sellaiseen tehtävään, jonka toinen opiskelija oli onnistunut saamaan valmiiksi vain yhdessä illassa.

Huijariajattelun kehässä oleva henkilö saattaa itsekin tajuta toimintansa haitallisuuden omalle hyvinvoinnilleen, mutta siitä irrottautuminen on hyvin vaikeaa, sillä henkilö pelkää toimintamallinsa muuttamisen johtavan epäonnistumiseen (Sakulku & Alexander 2011, 79). Mitä pidempään ihminen on kiertänyt huijariajattelun kehää ympäri, sitä suuremmaksi kokemus oman menestyksen valheellisuudesta on ehtinyt kasvaa. Näin ollen ihminen tuntee olevansa pakotettu jatkamaan kehän kiertämistä, sillä hän ei usko muilla tavoin pystyvänsä pitämään yllä saavuttamaansa menestystä. Huijariajattelun kehä on kuvattu kuviossa 1. Kuvion lukeminen aloitetaan sen vasemmasta yläkulmasta.



Kuvio 1 Huijariajattelun kehä (Sakulku & Alexander 2011 mukailen Clance 1985, suomennos Ekman 2017)

2.2 Huijarisyndrooman tunnistamista varten kehitetyt mittarit

Huijarisyndrooman esiintyvyyteen liittyvien tutkimuksien keskinäistä vertailua vaikeuttaa se, että huijarisyndrooman tunnistamiseksi on vuosien varrella kehitetty useita, toisistaan eroavia mittareita. Näistä tunnetuimmat ovat Joan Harveyn (1981) kehittämä Harvey Impostor Phenomenon Scale, Pauline Rose Clancen (1985) kehittämä Clance IP Scale, sekä John Kolligian Jr:n ja Robert J. Sternbergin (1991) kehittämä Perceived Fraudulence Scale.

2.2.1 Harvey Impostor Phenomenon Scale (HIPS)

Ensimmäinen laajaan tietoisuuteen levinnyt huijarisyndrooman tunnistamista varten kehitetty mittari oli Joan Harveyn (1981) 14 väittämästä muodostuva Harvey Impostor Phenomenon Scale, johon viitataan kirjallisuudessa usein lyhenteellä HIPS.

Harveyn (1981) omassa tutkimuksessa mittarin reliabiliteetin todettiin olevan riittävällä tasolla ($\alpha = 0,75$), mutta muutamaa vuotta myöhemmin julkaistussa Edwardsin ja kumppaneiden (1987) tutkimuksessa sille saatu matala Cronbachin alfan arvo (0,35) herätti epäilykset mittarin yhtenäisyyden tasosta. Lisäksi kysely on saanut kritiikkiä muun muassa tavastaan lähestyä huijarisyndroomaa ihmisen pysyvänä ominaisuutena (Edwards, ym. 1987) sekä sen herättämistä negatiivisista mielikuvista, jotka voivat mahdollisesti ohjata huijarisyndroomasta kärsivää ihmistä sosiaalisen paineen vuoksi vastaamaan väittämiin valheellisesti (Chrisman, ym. 1995, 457). HIPS-kysely ei olekaan enää viime vuosikymmeninä ollut tutkijoiden suosiossa huijarisyndrooman mittaamisessa.

2.2.2 Clance IP Scale (CIPS)

Vuonna 1985 huijarisyndrooman käsitettä mukana luomassa ollut Pauline Rose Clance kehitti Harveyn kyselyä hieman laajemman, 20 väittämää sisältävän Clance IP Scalen (CIPS). Väittämiin vastataan viisiportaista Likert-asteikkoa käyttäen, ja lopullinen pistemäärä (20–100) saadaan laskemalla vastauksien arvojen summa. Clance paitsi laajensi kyselyn sisältöä Harveyn kyselyyn nähden väittämillä, joiden avulla voidaan arvioida vastaajan arvioiduksi tulemiseen, aiempien onnistumisten toistamisen kyvyttömyyteen sekä muita pienempään yleiseen kyvykkyyteen liittyviä pelkoja, myös pyrki muotoilemaan kaikki väittämät sellaisella tavalla, ettei sosiaalista painetta tietyllä tavalla vastaamiseen tulisi. (Chrisman, ym. 1995, 457.) Clancen kyselyn onkin todettu olevan Harveyn kyselyä herkempi tunnistamaan huijarisyndroomaa (Holmes, ym. 1993).

Chrismanin ja kumppaneiden (1995) toteuttamassa faktorianalyysissä CIPS-mittarista erotettiin kolme komponenttia: *fake* eli tunne siitä, että ihminen huijaa muita, *discount* eli onnistumisten ja niistä saadun hyvän palautteen huomiotta jättäminen, sekä *luck* eli ajatus siitä, että yksilön saavutukset johtuvat sattumasta. Tuoreemmissa, yliopisto-opiskelijoille (Erekson, ym. 2024) ja tohtorikoulutettaville (Simon & Choi 2018) suunnatuissa tutkimuksissa yhden komponentin mallin on kuitenkin todettu olevan CIPS-mittaria käytettäessä luotettavampi kuvaamaan huijarisyndrooman esiintymistä.

2.2.3 Perceived Fraudulence Scale (PFS)

Kolmas laajalti tunnettu huijarisyndrooman tunnistamiseksi laadittu mittari on John Kolligian Jr:n ja Robert J. Sternbergin (1991) kehittämä, peräti 51 väittämää sisältävä Perceived Fraudulence Scale (PFS). Kolligian ja Sternberg (1991, 309) käyttävät tutkittavasta ilmiöstä huijarisyndrooman sijaan nimitystä *perceived fraudulence* (suomeksi esim. mielletty huijarius) korostaakseen kokemuksen yksilölähtöisyyttä ja erottaakseen sitä kokevat oikeista huijareista.

Vaikka Chrisman ja kumppanit (1995, 462) totesivatkin PFS:n olevan Clancen kyselyä hieman herkempi tunnistamaan joitain huijarisyndrooman osa-alueita, tekee sen pituus siitä sekä vastaajan että tutkijan näkökulmasta CIPS-kyselyä epäkäytännöllisemmän. Tästä syystä Clancen CIPS-kyselyä käytetään edelleen huomattavasti PFS-kyselyä aktiivisemmin. Myös tämän tutkimuksen aineistossa huijarisyndrooman esiintymistä on selvitetty CIPS-kyselyn avulla.

2.3 Huijarisyndrooma yliopisto-opiskelijoilla

Yliopistossa opiskelu voi merkitä eri elämäntilanteissa oleville ihmisille siirtymää esimerkiksi nuoruudesta aikuisuuteen, lapsuuden perheen luota itsenäiseen elämään, yhteiskuntaluokasta toiseen, koulusta työelämään tai uralta toiselle. Huijarisyndroomalle tyypilliset ajatusmallit korostuvat usein juuri elämän erilaisissa siirtymävaiheissa (LaDonna, Ginsburg & Watling 2018), ja erittäin moni opiskelija kokeekin ainakin jonkinasteista huijarisyndroomaa opintojensa aikana.

2.3.1 Huijarisyndrooma ja opintojen eteneminen

Huijariajattelun kehässä itsensä epäily saa ihmisen joko viivyttämään saamansa tehtävän tekemistä tai näkemään sen eteen kohtuuttoman paljon vaivaa (Clance 1985), ja nämä molemmat keinot ovat ongelmallisia etenkin opintojen etenemisen näkökulmasta.

Huijarisyndrooman kokemisen ja opintojen etenemisen tahdin välistä mahdollista yhteyttä ei ole kuitenkaan vielä juurikaan tutkittu.

Opiskelija, joka viivyttää jatkuvasti opintosuorituksiin vaadittavien tehtävien aloittamista, joutuu luultavasti lopulta tilanteeseen, jossa aloittamattomia tehtäviä on niin paljon, että ne tuntuvat suorastaan vyöryvän päälle. Tällaisessa tilanteessa houkutus yksittäisten opintojaksojen tai jopa koko opintojen keskeyttämiseen voi kasvaa suureksi. Jos huijarisyndroomasta kärsivä opiskelija taas onnistuu palauttamaan tehtävän viime hetkellä, voi hänestä tuntua siltä, ettei hän olisi oikeasti ansainnut päästä opintojaksosta läpi. Näin kynns seuraavan tehtävän aloittamiseen kasvaa entistäkin suuremmaksi.

Toinen tavallinen toimintamalli huijarisyndroomasta kärsivien keskuudessa on kohtuuttoman suuren vaivan näkeminen tehtävien tekemiseksi. Mount ja Tardanico (2014, 6) totesivat huijarisyndroomasta kärsivien työntekijöiden paikkaavan riittämättömyyden tunnettaan tekemällä runsaasti ylityötä, ja sama ilmiö heijastunee myös opiskelijoihin. Tarve suoriutua opinnoistaan erinomaisesti saakin jotkut huijarisyndroomasta kärsivät opiskelijat käyttämään opintoihin liittyviin tehtäviin niin paljon aikaa, etteivät he ehdi palautumaan tarpeeksi. Tämä voi ajan myötä johtaa esimerkiksi loppuun palamiseen, jonka taas on todettu olevan yhteydessä opintojen keskeyttämiseen (Bask & Salmela-Aro 2013, 520).

Opiskelijoiden kokeman huijarisyndrooman on todettu olevan yhteydessä myös urasuunnitelmien tekemisen vaikeuteen (Neureiter & Traut-Mattausch 2016).

Huijarisyndroomasta toisen asteen koulutuksessa kärsinyt nuori ei välttämättä uskalla hakea korkeakouluopintoihin, koska ei usko soveltuvansa millekään alalle. Vielä opiskelemaan päästyäänkin tällainen henkilö saattaa pelätä, ettei hän tule valmistumisen jälkeen pärjäämään oman alansa työtehtävissä, ja näin kynns suorittaa opintoja ja siirtyä työelämään voi tuntua korkealta. Pelko omasta pärjäämisestä voi saada opiskelijan harkitsemaan alanvaihtoa jopa sellaisessa tilanteessa, jossa nykyinen opiskeluala olisi hänestä hyvin mielenkiintoinen, ja hän olisi menestynyt opinnoissaan hyvin.

2.3.2 Huijarisyndrooma ja opintomenestys

Opiskelijat ovat jatkuvan arvioinnin kohteena. Etenkin sellaiset henkilöt, jotka ovat aina pärjänneet hyvin koulussa, ja saaneet kuulla paljon kehuja älykkyydestään niin ystäväpiiriltään kuin perheeltäänkin, voivat kokea velvollisuudekseen pärjätä opinnoissaan hyvin (Clance & Imes 1978, 243). Yliopistossa opiskeltavat sisällöt ovat kuitenkin hyvin haastavia, eikä hyvien arvosanojen saaminen ole helppoa lahjakkuudesta huolimatta. Keskinäkertaisen arvosanojen saaminen tai se, että hyvien arvosanojen saaminen vaatii aiempaa enemmän töitä, voi saada opiskelijan kyseenalaistamaan oman kyvykkyytensä ja nostaa pintaan huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja. Lee ja kumppanit (2021) huomasivatkin yhdysvaltalaisen yliopistojen akateemisesti poikkeuksellisen lahjakkaille opiskelijoille tarkoitetuissa opinto-ohjelmissa (engl. honors programs) opiskelevien olevan muita alttiimpia huijarisyndrooman kokemiselle. Toisaalta myös sellainen henkilö, joka ei ole lapsena pärjännyt koulussa kovin hyvin tai on esimerkiksi kasvanut erityisen älykkään sisaruksen varjossa voi kokea huijarisyndroomaa, vaikka hänen nykyiset opintonsa sujuisivatkin hyvin, sillä vanhempien lapsen kohdistamien suorituspainoiden (Dudău 2014) lisäksi myös heiltä saadun rohkaisun puutteen on todettu olevan yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen (Nori & Vanttaja 2022). Harvey (1981) totesi nykyisissä opinnoissaan hyvin menestyvien, huijarisyndroomaa kokevien opiskelijoiden usein uskovan hyvien arvosanojensa johtuvan lahjakkuuden ja kovan työskentelyn sijaan ainakin osin heidän hyvistä ihmissuhdetaidoistaan.

Julie King ja Eileen Cooley (1995) totesivat naispuolisten opiskelijoiden kokeman huijarisyndrooman olevan yhteydessä korkeaan keskiarvoon ja runsaaseen opintoihin käytettyyn aikaan, mutta miespuolisten opiskelijoiden kohdalla samanlaista yhteyttä ei löydetty. Myös Kevin Cokley ja kumppanit (2015) totesivat huijarisyndrooman kokemisen olevan yhteydessä opintojen korkeampaan keskiarvoon vain naispuolisilla opiskelijoilla. Samassa tutkimuksessa löydettiin yhteys etenkin naispuolisilla opiskelijoilla esiintyvän sukupuoleen liittyvän leimautumisen tiedostamisen (engl. Gender stigma consciousness) sekä huijarisyndrooman kokemisen välillä, ja huijarisyndroomaa kokevien akateemisen itsetunnon (engl. Academic self-consciousness) todettiin olevan muita opiskelijoita heikompi. Tämän tutkimuksen perusteella naispuolisilla opiskelijoilla esiintyvän huijarisyndrooman ja korkeamman keskiarvon välisen yhteyden takana saattaa siis ainakin osittain olla erityisesti tyttöihin kohdistuvat paineet hyvästä koulumenestyksestä, jotka huijarisyndrooman myötä

saavat naispuoliset opiskelijat kompensoimaan heikkoa akateemista itsetuntoaan tekemällä runsaasti töitä opintojensa eteen. (Cokley, ym. 2015.) Cozzarelli ja Major (1990) eivät löytäneet yhteyttä opintomenestyksen ja huijarisyndrooman väliltä, mutta totesivat huijarisyndroomaa kokevien suhtautuvan pärjäämiseensä etukäteen muita pessimistisemmin, ja luntaavan ja plagioivan muita opiskelijoita harvemmin.

3 Yliopisto-opiskelijoiden hyvinvointi

Huijarisyndroomaa tutkittaessa on tärkeää myös puhua yleisesti hyvinvoinnista ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Sen lisäksi että huijarisyndrooma itsessään voi vaikuttaa negatiivisesti ihmisen hyvinvointiin, on se yhteydessä myös moniin muihin ihmisen fyysiseen, henkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin negatiivisesti vaikuttaviin tekijöihin.

3.1 Hyvinvoinnin osa-alueet

Hyvinvointi on hyvin laaja, monimutkaisesti selitettävissä oleva käsite. Maailman terveysjärjestö WHO (2024) määrittelee terveyden täydellisenä fyysisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilana. Usein hyvinvoinnin käsitettä lähestytäänkin erottamalla toisistaan nämä kolme osa-aluetta. Tärkeää on huomioida, että vaikka fyysisestä, henkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista puhutaan omina käsitteinään, ovat ne kaikki kuitenkin yhteydessä toisiinsa (esim. Metsäniemi 2024a; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023; Työterveyslaitos 2025). Vaikka esimerkiksi mielenterveyden ongelmat mielletään yleensä henkistä hyvinvointia heikentäväksi tekijäksi, on niillä välillisiä vaikutuksia myös yksilön fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Esimerkiksi masentunut ihminen ei välttämättä jaksa panostaa monipuoliseen ruokavalioon tai tavata ystäviään yhtä paljon kuin aiemmin, ja näin ollen myös hänen fyysinen ja sosiaalinen hyvinvointinsa kärsivät.

3.1.1 Fyysinen hyvinvointi

Fyysisestä hyvinvoinnista ja terveydestä tulee kenties monille ensimmäisenä mieleen sairauksien puute, mutta kyseessä on tosiasiaassa huomattavasti laajempi käsite. Vakavatkaan sairaudet eivät automaattisesti tarkoita sitä, että ihminen kokisi fyysisen terveytensä olevan huonolla tasolla, ja toisaalta sen voi kokea olevan huonoa myös, vaikkei ihmisellä olisikaan mitään varsinaista sairautta (Metsäniemi 2024b). Fyysisen hyvinvoinnin ylläpitämisen kannalta tärkeitä tekijöitä ovat esimerkiksi elintavat, kuten ruokailutottumukset, liikunnan ja unen määrä sekä päihteiden käytön kohtuullisuus.

Vuonna 2021 toteutettuun suomalaisten korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimukseen (KOTT) vastanneista yliopisto-opiskelijoista 56,3 % kertoi syövänsä aamupalan ja lounaan joka arkipäivä ja 48,7 % liikkuvansa terveysliikuntasuosittelusten mukaisesti. 23,8 % tutkimukseen osallistuneista yliopisto-opiskelijoista koki päiväaikaista

väsymystä 6–7 päivänä viikossa, ja 27,3 % käytti liikaa alkoholia. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2021.)

Huijarisyndrooman kokemisen on yhdysvaltalaisilla lääketieteen opiskelijoilla todettu olevan yhteydessä voimakkaaseen henkiseen ja fyysiseen väsymykseen, kyynisyyteen sekä depersonalisaation tunteisiin, jotka ovat kaikki burn outin eli uupumuksen oireita (Villwock, ym. 2016). Campos ja kumppanit (2022) totesivat brasilialaisia lääketieteen opiskelijoita tutkiessaan vaikeaa huijarisyndroomaa kokevien opiskelijoiden liikkuvan muita opiskelijoita vähemmän. Huijarisyndrooman kokemisen on todettu työssäkäyvillä olevan yhteydessä myös tarpeeseen tehdä ylitöitä (Mount & Tardanico 2014, 6). Voikin hyvin olla, että myös monet sitä kokevat opiskelijat käyttävät opintoihinsa niin paljon aikaa, ettei esimerkiksi omasta fyysisestä aktiivisuudesta tai ravitsevasta ruokavaliosta huolehtimiselle jää tarpeeksi aikaa tai energiaa. Pitkittyessään tällainen tilanne johtaa helposti opiskelijan uupumiseen. Uupumuksen taas on todettu olevan yhteydessä muun muassa opiskelijoiden liialliseen alkoholinkäyttöön (Jackson, ym. 2016). Alkoholi on usein suuressa roolissa opiskelijoiden sosiaalisessa kanssakäymisessä, mutta uupumuksen ja ahdistuneisuuden myötä sen käyttämisestä voi helposti tulla myös tapa paeta todellisuutta ja ikään kuin nollata aivot raskaan viikon jäljiltä.

3.1.2 Henkinen hyvinvointi

Henkinen hyvinvointi eli mielen hyvinvointi rakentuu muun muassa yksilön psyykkisistä voimavaroista, omaan elämään kohdistuvista vaikutusmahdollisuuksista, elämänhallinnan ja toiveikkuuden tunteista sekä siitä, miten yksilö suhtautuu itseensä ja mahdollisuuksiinsa itsensä kehittämiseen (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023). Huijarisyndrooman kokeminen voi näistä tekijöistä vaikuttaa negatiivisesti etenkin siihen, minkälainen käsitys yksilöllä on itsestään, ja sen kokemisen onkin todettu olevan yhteydessä huonoon itsetuntoon (esim. El-Setouhy, ym. 2024; Naser, ym. 2022; Neureiter & Traut-Mattausch 2016). Lisäksi huijarisyndrooman kokemisen on todettu olevan yhteydessä myös useiden eri mielenterveyden häiriöiden, kuten esimerkiksi masennuksen ja ahdistuneisuushäiriöiden esiintymiseen (esim. Campos, ym. 2022; Rosenstein, Raghu & Porter 2020).

Myös opiskelumotivaatio ja -into ovat opiskelijoiden henkisen hyvinvoinnin kannalta tärkeitä tekijöitä, sillä edetäkseen opinnoissaan tavoitetahtissa tulee heidän käyttää niihin runsaasti aikaa ja energiaa. KOTT-tutkimukseen vuonna 2021 vastanneista yliopisto-opiskelijoista vain 57,4 % kertoi kokeneensa opiskeluintoa vastaushetkeä edeltäneen kuukauden aikana

(Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021). Opiskeluinnon tai vaihtoehtoisesti sen puutteen takaa voi löytyä useita erilaisia tekijöitä, kuten esimerkiksi alan soveltuvuus opiskelijalle, työelämän tulevaisuudennäkymät, opiskelijan elämäntilanne sekä opintojen ulkopuoliset mielenkiinnon kohteet. Myös huijarisyndroomalle tyypillinen ajatus siitä, että kaikki opiskelijan saavutukset johtuvat ulkoisista tekijöistä, kuten hyvästä tuurista voi kuitenkin mahdollisesti joillain opiskelijoilla johtaa opiskeluinnon laantumiseen. Jos opiskelija ajattelee, ettei hänellä ole valmiuksia omaksua alansa työelämässä vaadittavia tietoja ja taitoja kovallakaan panostuksella, voi opiskelu tuntua turhalta ajankäytöltä.

3.1.3 Sosiaalinen hyvinvointi

Sosiaalisen hyvinvoinnin ilmenemismuotoja voidaan tarkastella viidellä tasolla: globaalilla, yhteiskunnan, yhteisön, ryhmän ja yksilön tasolla. Globaalilla tasolla se ilmenee kokemuksena oikeudenmukaisuudesta maailmanlaajuisiin teemoihin, kuten ympäristöasioihin tai kansainväliseen yhteistyöhön liittyen, sekä mahdollisuutena vaikuttaa niihin. Yhteiskunnan tasolla vaikutusmahdollisuudet kasvavat, ja sosiaalinen hyvinvointi ilmenee lisäksi palveluiden saatavuudessa ja siinä, millainen asema omalla viiteryhmällä, esimerkiksi opiskelijoilla, on yhteiskunnassa. Yhteisön tasolla opiskelijan sosiaalinen hyvinvointi ilmenee vuorovaikutuksena ja asemana esimerkiksi yliopiston, ainejärjestön ja opiskelijan vuosikurssin sisällä. Ryhmän tasolla sosiaalista hyvinvointia tuotetaan esimerkiksi perheenjäsenten, sukulaisten, ystävien ja kavereiden kanssa vuorovaikutuksessa olemalla. Yksilötasolla sosiaalista hyvinvointia taas luo kokemus hyväksytyksi tulemisesta, riittävästä vuorovaikutusmahdollisuuksista sekä turvallisuudesta. (Fadjukoff, ym. 2022, 328.)

Huijarisyndrooma voi vaikuttaa ihmisen sosiaaliseen hyvinvointiin etenkin yhteisön, ryhmän ja yksilön tasolla. Yliopisto-opintojen alku jännittää monia uusia opiskelijoita, ja yksi jännittävimmistä asioista opintojen aloittamiseen liittyen lienee monilla se, saavatko he yliopistosta uusia ystäviä, ja löytävätkö he oman paikkansa opiskelijayhteisöstä ja sen toiminnasta. Vuoden 2021 KOTT-tutkimukseen vastanneista yliopisto-opiskelijoista 25,1 % koki kuitenkin itsensä yksinäiseksi eikä 25,3 % kokenut kuuluvansa minkäänlaiseen opiskeluun liittyvään ryhmään. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021.)

Ekmanin (2017, 97) mukaan huijarisyndroomaan liittyvät valheellisuuden tunne ja huijariksi paljastumisen pelko voivat saada uusien ihmissuhteiden luomisen sekä vanhojen ylläpitämisen tuntumaan suorittamiselta. Huijarisyndroomaa ihmissuhteissaan kokeva

ihminen ei koe voivansa olla oma itsensä muiden edessä paljastumatta huijariksi, ja näin sosiaalisesta kanssakäymisestä tulee helposti hyvin raskasta ja ahdistavaa. Monet huijarisyndroomalle tyypilliset piirteet, kuten tarve olla paras kaikessa ja kyvyttömyys ottaa vastaan kehuja onnistumisistaan voivat tuntua raskailta myös vaikeaa huijarisyndroomaa kokevan ystäväpiiriin kuuluvien mielestä. Ajatus siitä, että opinnoissaan ja elämässään erinomaisesti pärjäävä ystävä ei luota omaan osaamiseensa voi tuntua täysin uskomattomalta, ja huijarisyndroomalle tyypillisten toimintamallien sivustaseuraaminen voi siksi olla joskus hyvin turhauttavaa. Ystäväpiirin turhautuneisuus voi taas vuorostaan saada huijarisyndroomaa kokevan ihmisen tuntemaan entistä suurempaa syyllisyyttä huijariajatuksistaan, ja tehdä niistä avoimesti puhumisesta entistä vaikeampaa.

Monet huijarisyndroomaa kokevat tuntevat itsensä ulkopuolisiksi omissa yhteisöissään. Ihmiset käsittelevät ulkopuolisuuden tunteita hyvin eri tavoin joidenkin alkaessa eristäytymään yhteisön toiminnasta toisten taas pyrkiessä kaikin voimin muokkaamaan omaa toimintaansa sellaiseksi, jota he ajattelevat muiden yhteisön jäsenten häneltä toivovan. (Ekman 2017, 98.) Opiskelijoilla nämä toimintamallit voivat näkyä esimerkiksi niin, etteivät he ulkopuolisuuden tunteen myötä joko enää edes yritä osallistua esimerkiksi mihinkään ainejärjestön toimintaan, vaikka se heitä kiinnostaisikin, tai niin, että he tuntevat tarvetta osallistua aivan kaikkeen pitäen samalla yllä sellaista roolia, joka ei oikeasti tunnu heille omalta. Sekä muista opiskelijoista että yliopiston henkilöstöstä koettujen eristyneisyyden tunteiden onkin todettu olevan yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen (Cohen & McConnell 2019, 467).

3.2 Ajankohtaiset yliopisto-opiskelijoiden hyvinvointiin vaikuttavat tekijät

2020-luvulla huoli suomalaisten yliopisto-opiskelijoiden hyvinvoinnista on ollut erityisen suurta. Opiskelijoiden hyvinvointiin ovat vaikuttaneet negatiivisesti esimerkiksi koronaviruspandemia sekä opintotukijärjestelmän muutosten ja työllisyystilanteen tuoma huoli omasta toimeentulosta.

3.2.1 Koronapandemia ja etäopiskelu

Tämän tutkielman aineisto on kerätty keväällä 2022, jolloin koronavirus vaikutti vielä melko paljon opiskelijoiden arkeen ja opintoihin. Vuonna 2021 KOTT-tutkimukseen vastanneista

suomalaisista korkeakouluopiskelijoista 43,3 % koki koronapandemian tai siihen liittyvien rajoitustoimien vaikeuttaneen heidän opintojaan hieman ja 26,5 % huomattavasti (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021).

Vaikka varsinainen pandemia-aika on nyt jo ohi, ovat sen vaikutukset opiskelijoiden hyvinvointiin kuitenkin edelleen nähtävissä. Esimerkiksi yleinen sekä sosiaalisiin tilanteisiin liittyvä ahdistuneisuus ja masennus yleistyivät kaikki suomalaisten toisen asteen opiskelijoiden keskuudessa korona-aikana, eikä niiden esiintyvyys ollut vielä vuoteen 2023 mennessä lähtenyt laskuun (Kiviruu, ym. 2024). Vaikka korkeakouluopiskelijoiden kokema psyykinen kuormittuneisuus onkin koronapandemian päättymisen jälkeen vähentynyt, kokee silti peräti 29 % opiskelijoista edelleen merkittävää psyykkistä kuormittuneisuutta. Lisäksi korkeakouluopiskelijoilla viimeisen 12 kuukauden aikana todettujen ahdistuneisuushäiriöiden ja masennuksen määrä oli vuosien 2021 ja 2024 välillä lisääntynyt etenkin naisten keskuudessa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2024.) Tähän ainakin osasyynä lienee terveydenhuollon koronapandemian aikaisen ruuhkahuipun purkautuminen. Osa korona-ajan jälkeen opiskelijoilla todetuista mielenterveyden häiriöistä olisi ehkä todettu jo aiemmin, jos opiskelijat olisivat päässeet hoidon piiriin nopeammin. Alle 25-vuotiaiden määrä psykiatrisen hoidon piirissä väheni korona-aikana, ja tämän uskotaankin johtuvan nimenomaan palveluiden ruuhkautumisesta, ja hoitoon pääsemisen hidastumisesta (Wan Mohd Yunus, ym. 2022).

Monet yliopisto-opiskelijat ovat opintojensa alettua muuttaneet yksin uuteen kaupunkiin, ja näin ollen opintojen myötä tavatut ihmiset ovat hyvin tärkeitä uuden sosiaalisen verkoston luomisessa. Etäopintojen sekä erilaisten opiskelijatapahtumien vähenemisen myötä opiskelijoiden sosiaaliset kontaktit kuitenkin vähenivät korona-aikana huomattavasti totutusta. KOTT-tutkimukseen vuonna 2021 vastanneista yliopisto-opiskelijoista 72,8 % söi korona-aikana opiskelijaravintoloissa harvemmin kuin kerran viikossa. Syynä tähän kerrottiin 75,7 % tapauksista olevan etäopiskelu ja 16,2 % tapauksista ruokailuseuran puute. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021.) Sosiaalisen eristäytymisen onkin todettu olleen yksi koronapandemian suurimmista uhista opiskelijoiden hyvinvoinnille (Liu, ym. 2021). Vaikka kokoontumisrajoitukset on nyt jo purettu, ja suuri osa opinnoistakin järjestetään taas yliopistokampuksilla, voi kynnys muihin opiskelijoihin tutustumiseksi olla edelleen korkea etenkin niille opiskelijoille, jotka ovat aloittaneet opintonsa korona-aikana.

Huijarisyndrooman kokeminen voi nostaa tätä kynnystä entisestään, sillä uusiin ihmisiin tutustumiseen liittyy sitä kokevilla myös pelko huijariksi paljastumisesta.

3.2.2 Opintotukijärjestelmän uudistus ja huoli toimeentulosta

Pääministeri Petteri Orpon hallituksen vuonna 2023 julkaisemassa hallitusohjelmassa linjattiin, että suomalaista opintotukijärjestelmää tullaan uudistamaan kokonaisvaltaisesti. Uudistuksen tavoitteiksi mainittiin hallitusohjelmassa opiskelijoiden toimeentulon turvaaminen, opintotuen kannustinelementtien vahvistaminen, sekä sen tukeminen, että opiskelijoiden tutkinnot valmistuisivat tavoiteajassa. (Valtioneuvosto 2023, 91.)

Uudistukseen on kohdistunut paljon kritiikkiä, sillä sen pelätään vaikuttavan opiskelijoiden toimeentuloon hyvin negatiivisesti. Opintorahan indeksijäädytyksen, yleiseen asumistukeen tehtävien muutosten sekä opintolainan valtiontakauksen kasvattamisen myötä noin 64 % opiskelijoista tulojen arvioidaan laskevan vuoteen 2027 mennessä vähintään 5 % velkaantuneisuuden lähtiessä samalla nousuun (Hiilamo, ym. 2023, 23). Keväällä 2024 toteutettuun Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimukseen vastanneista opiskelijoista noin neljännes kertoi vastaamista edeltävän 12 kuukauden aikana pelänneensä rahanpuutteen johtavan jossain kohtaa siihen, ettei heillä ole enää mahdollisuutta ostaa itselleen ruokaa. Samaan tutkimukseen vastanneista opiskelijoista 70 % kertoi käyttävänsä opintolainaa kattamaan arjen pakollisia kuluja, ja 15 % lainaa nostaneista uskoi, että sen takaisin maksaminen tulee valmistumisen jälkeen tuottamaan heille haasteita. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2024.) Koska korkeakoulutettujen työttömyys on Suomessa vuoden 2025 alussa saavuttanut koko 2000-luvun aikaisen huippunsa ja etenkin korkeakoulusta vastavalmistuneilla on ollut haasteita löytää oman alansa töitä (Hukkanen 2025), on hyvin mahdollista, että opiskelijoiden huoli valmistumisen jälkeisestä toimeentulostaan sekä opintolainan takaisinmaksukyvystään tulee kasvamaan lähiaikoina entisestään.

Sen lisäksi, että aiempaa enemmän opintolainan ottamiselle perustuva opintotukijärjestelmä on valtiolle suora säästökeino, se myös pyrkii tekemään korkeakouluopintojen suorittamisesta tavoiteaikataulussa entistä houkuttelevampaa. Korkeakouluopintonsa syksyn 2014 jälkeen aloittaneet ja tutkinnon tavoiteajassa suorittaneet opiskelijat ovat oikeutettuja Kelan myöntämään osittaiseen opintolainahyvitykseen (Kela 2024a), jonka suuruus voi olla jopa 6200 €. Lisäksi opintojen pitkittyessä on vaarana käytettävissä olevien opintotukikuukausien loppuminen kokonaan kesken. Alemman ja ylemmän korkeakoulututkinnon yhteenlaskettu

laajuus on yleisimmin 300 opintopistettä, ja niiden suorittamiseksi opintotukea voidaan myöntää enintään 48 kuukaudelle. Tämä tarkoittaa sitä, että jotta opintotukea riittää koko opintojen ajalle, tulee opiskelijan suorittaa kuukausittain keskimäärin vähintään 6,25 opintopistettä. (Uusivirta 2019.) Lukuvuoden aikana tämä tarkoittaa yhteensä 56,25 opintopistettä, jos opiskelija ei nosta opintotukea kesäkuukausilta.

Vaikka suomalaisissa yliopistoissa tutkintoaan suorittavat opiskelijat ovat pääosin hyvinkin tietoisia siitä, minkälaisessa tahdissa heidän odotetaan opintoja suorittavan, eivät läheskään kaikki kuitenkaan saa tutkintoaan valmiiksi tavoiteajassa. Esimerkiksi vuonna 2017 opintonsa suomalaisissa yliopistoissa aloittaneista opiskelijoista vain 36 % sai ylemmän korkeakoulututkintonsa valmiiksi 5,5 vuoden tavoiteajassa (Tilastokeskus 2024). Tämä tarkoittaa sitä, että 64 % yliopisto-opintonsa tuolloin aloittaneista ovat joko jättäneet ne kokonaan kesken, tai suorittaneet niitä tavoitetahtia hitaammin. Huijarisyndroomalle tyypillinen tarve tehdä valtavasti töitä opintojensa eteen tai vaihtoehtoisesti lykätä suoritusten tekemistä mahdollisimman pitkälle voi monilla opiskelijoilla olla yksi opintojen venymiseen johtavista tekijöistä. Kun opintojen keston pidentämisestä tulee entistä vaikeampaa, on vaarana, että huijarisyndrooma saa tällaiset opiskelijat jättämään opintonsa kokonaan kesken.

Vuonna 2021 42,2 % suomalaisessa yliopistossa alempaa korkeakoulututkintoa suorittavista ja 63,2 % ylempää korkeakoulututkintoa suorittavista opiskelijoista kävi opintojensa ohella palkkatyössä. Vaikka opintojen ohella työskentely voidaan kokea hyödylliseksi etenkin sellaisissa tapauksissa, joissa työtehtävät vastaavat ainakin jossain määrin omaa opiskelualaa, kokevat etenkin alempaa korkeakoulututkintoaan suorittavat opiskelijat työnteon hidastavan opintojensa etenemistä. (Saari, Koivuranta & Nevalainen 2022, 36–42.) Vaikka yksi opintotukijärjestelmän uudistuksen päätavoitteista onkin tutkintojen tavoiteajassa valmistumisen tukeminen, on riskinä siis, että toimeentulonsa heikentyessä opiskelijat tekevät aiempaa enemmän palkkatöitä, ja näin opinnot pitkittyvät entistä enemmän. Aiempaa runsaampaan työssä käymiseen opiskelijoita kannustaa sekin, että vuoden 2023 alusta lähtien opintotuen tulorajoja nostettiin merkittävästi, ja nykyään yhdeksältä kuukaudelta opintotukea nostava opiskelija voi vuoden aikana ansaita 18 720 € aiemman 15 630 € sijaan (Kela 2024b).

Opintojen pitkittymisen lisäksi lisääntyneen työnteon riskinä on myös opiskelijoiden jaksamiseen liittyvien ongelmien lisääntyminen entisestään, sillä opintojen suorittamisen tavoitetahdissa vastaa kokoaikatyötä. Tämä johtaa siihen, että sellaisilla opiskelijoilla, jotka

sekä suorittavat opintoja tavoitetahdissa että käyvät töissä, jää vapaa-ajan määrä usein hyvin vähäiseksi.

4 Tutkimusasetelma

Tässä luvussa esitellään tutkielman tutkimuskysymykset, ja tutustutaan sen tekemisessä käytettyyn aineistoon, mittareihin, sekä analyysimenetelmiin.

4.1 Tutkimuskysymykset

Tutkimuskysymykset olivat seuraavat:

1. Onko huijarisyndrooman kokeminen yhteydessä yliopisto-opintojen etenemisen tahtiin?
2. Onko opintomenestys yliopisto-opintojen eri vaiheissa yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen?
3. Minkälaisia tekijöitä yliopisto-opinnoissaan vähintään kiitettävästi menestyneet opiskelijat kokevat olevan huijarisyndroomansa taustalla?

4.2 Aineisto ja mittarit

Aineistona toimi Turun yliopiston kasvatustieteiden laitoksella touko-kesäkuussa 2022 kerätty valmis aineisto (n = 4994). Aineisto on kerätty sähköisellä Webropol-kyselylomakkeella, joka on lähetetty suomalaisten yliopistojen perustutkinto-opiskelijoille sähköpostitse.

Kyselylomake koostui vastaajan taustatietoja, kuten sukupuolta, ikää, opintojen vaihetta, sekä nykyistä ja aiempaa opintomenestystä mittaavista kysymyksistä, perhetaustaan liittyvistä kysymyksistä, huijarisyndroomaa mittaavasta, suomen kielelle käännetystä CIPS-kyselystä, sekä kahdesta avoimesta kysymyksestä, joissa vastaajat saivat kertoa mitä tahansa mieleensä tulevaa aiheeseen liittyvää sekä antaa palautetta kyselystä.

Naisten osuus vastaajista oli 75,9 %, miesten osuus 20,3 % ja muunsukupuolisten osuus 2,4 %. Loput 1,5 % eivät ilmoittaneet sukupuoltaan. Opiskelualoista eniten edustettuina olivat luonnontieteet (15,7 % vastaajista), kasvatustieteet (14,7 % vastaajista), sekä humanistiset alat (14,5 % vastaajista). Vastaajien opiskelualat ja niiden osuudet aineistossa on esitetty kattavammin taulukossa 1.

Taulukko 1 Vastaajien opiskelualat ja niiden osuudet aineistossa

Opiskeluala	Vastaajat (n = 4994)	Osuus kaikista vastaajista (%)
luonnontieteet	786	15,7
kasvatustieteet	732	14,7
humanistiset alat	725	14,5
yhteiskuntatieteet	665	13,3
lääketiede	346	6,9
teknilliset alat	330	6,6
kauppatieteet	251	5,0
oikeustiede	237	4,8
terveystieteet	198	4,0
farmasia	164	3,3
maatalous- ja metsätieteet	159	3,2
psykologia	153	3,1
hammaslääketiede	76	1,5
eläinlääketiede	56	1,1
teologia	54	1,1
taidealat	45	0,9
liikuntatieteet	2	0,0
<i>Ei ilmoitettu</i>	15	0,3

Tässä tutkimuksessa taustamuuttujista kiinnostuksen kohteina olivat nykyisten opintojen aloitusvuosi, suoritettujen opintopisteiden määrä, sekä vastaajan suorittamien opintojen arvosanojen keskiarvo.

Nykyisten opintojen aloitusvuotta kartoittavassa kysymyksessä vastausvaihtoehdoiksi annettiin kaikki vuodet välillä 2000–2022. Vastauksia saatiin kaikkina vuosina opintonsa aloittaneilta suurimpien ryhmien ollessa vuonna 2021 (n = 1245), 2020 (n = 1044) ja 2019 (n = 847) aloittaneet. Aineiston keruuvuonna 2022 opintonsa aloittaneet (n = 25) jätettiin analyysin ulkopuolelle opintojen etenemistä tarkastellessa, sillä he olivat kyselyyn osallistuessaan ehtineet edistää opintojaan vain noin puolen vuoden ajan, eikä lukuvuosittain suoritettujen opintopisteiden keskiarvon laskeminen olisi heidän kohdallaan siksi ollut mielekästä.

Suoritettujen opintopisteiden määrää selvitettiin kyselyssä avoimella vastauskentällä, johon vastaajat saivat itse kirjoittaa vastaamishetkeen asti suorittamiensa opintopisteiden määrän. Ne vastaajat, jotka eivät olleet vastaushetkeen mennessä vielä suorittaneet yhtäkään

opintopistettä sekä ne vastaajat, jotka eivät ole vastanneet kysymykseen suoritettujen opintopisteiden määrästä tai ovat vastanneet siihen jollain tapaa tulkinnanvaraisesti, jätettiin analyysin ulkopuolelle. Tulkinnanvaraisesti kysymykseen vastanneilla viitataan esimerkiksi sellaisiin vastaajiin, jotka ovat kertoneet suorittaneensa kaiken muun paitsi opinnäytetyön, sillä opinnäytetyön laajuus vaihtelee eri tutkinto-ohjelmissa, sekä sellaisiin vastaajiin, jotka ovat kertoneet suorittaneensa *yli* (*x määrä opintopisteitä*), sillä tällaisista vastauksista ei voi luotettavasti päätellä onko opintopisteitä vain vähän vai reilusti yli ilmoitetun määrän. Sen sijaan sellaiset vastaajat, jotka ovat ilmoittaneet suoritettujen opintopisteiden määräksi *noin* tai *~* (*x määrä opintopisteitä*) otettiin mukaan analyysiin arvioimansa opintopistemäärän mukaisesti. Lisäksi analyysiin otettiin mukaan ne vastaajat, jotka olivat merkinneet suorittamiensa opintopisteiden määräksi esimerkiksi *kandidaatin tutkinto + (x määrä opintopisteitä)*. Näissä tapauksissa kandidaatin tutkinnon laajuudeksi oletettiin sen minimilajuuus 180 op, jos vastaaja ei ollut ilmoittanut muuta. Niistä vastaajista, jotka ilmoittivat opintojensa jo valmistuneen, otettiin analyysiin mukaan vain ne, joka kertoivat valmistumisen tapahtuneen kevään 2022 aikana, eli juuri ennen vastaamishetkeä.

Opintomenestystä kyselyssä selvitettiin pyytämällä vastaajaa arvioimaan, mikä on hänen suorittamistaan opintojaksoista saatujen arvosanojen keskiarvo. Vastausvaihtoehdot annettiin kokonaislukuina (1–5), joten vastaajat ovat itse arvioineet, mihin kokonaisarvosanaan heidän keskiarvonsa pyöristyy. Vastaajan oli myös mahdollista ilmoittaa, ettei hän ole vielä suorittanut yhtään opintojaksoa tai ettei hän osaa sanoa, mikä hänen keskiarvonsa on. Taulukossa 2 on kuvattu, miten vastaukset opintojen keskiarvosta aineistossa jakautuivat.

Taulukko 2 Vastaajien ilmoittamat suoritettujen opintojen arvosanojen lähimpään kokonaislukuun pyöristetyt keskiarvot ja niiden osuudet aineistossa

Arvosanojen keskiarvo	Vastaajat (n = 4994)	Osuus kaikista vastaajista (%)
1 (välttävä)	10	0,2
2 (tyydyttävä)	221	4,4
3 (hyvä)	1887	37,8
4 (kiitettävä)	2518	50,4
5 (erinomainen)	287	5,8
<i>Ei vielä lainkaan suoritettuja opintojaksoja</i>	10	0,2
<i>Ei osaa sanoa / Ei ilmoitettu</i>	61	1,2

Huijarisyndrooman ilmenemistä mitattiin kyselyssä Clancen (1985) kehittämällä CIPS-kyselyllä, joka oli suomennettu Ekmania (2017) mukailleen. CIPS koostuu 20 väittämästä, joihin kaikkiin vastataan 5-portaista Likert-asteikkoa käyttäen (1 – En koskaan, 2 – Harvoin, 3 – Joskus, 4 – Usein, 5 – Hyvin usein). Kaikkiin väittämiin vastanneiden antamista vastauksista muodostettiin summamuuttuja, jonka arvo (20–100) kuvaa sitä, kuinka paljon vastaajalla on huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja. Clancen (1985) luokittelun mukaan 40 pistettä tai alle kyselystä saaneilla ei ole juurikaan huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja, 41–60 pistettä saaneilla niitä on kohtalaisesti, 61–80 pistettä saaneilla niitä on toistuvasti, ja vähintään 81 pistettä saaneilla ne ovat usein toistuvia ja voimakkaita. Taulukossa 3 on kuvattu vastaajien CIPS-pisteiden jakautuminen edellä mainittuihin luokkiin. Tässä tutkielmassa huijarisyndroomaa kokeviksi luettiin ne vastaajat, joiden CIPS-pistemäärä on vähintään 61, eli joilla huijarisyndroomalle tyypilliset ajatusmallit ovat toistuvia.

Taulukko 3 Vastaajien CIPS-kyselystä saamien pistemäärien jakautuminen Clancen (1985) määrittelemiin, huijarisyndrooman esiintymistä kuvaaviin luokkiin

CIPS-kyselyn pistemäärä	Vastaajat (n = 4994)	Osuus kaikista vastaajista (%)
40 tai alle (Ei juurikaan huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	186	3,7
41–60 (Kohtalaisesti huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	1101	22,0
61–80 (Toistuvia huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	2254	45,1
81 tai yli (Usein toistuvia, voimakkaita huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	1249	25,0
<i>Ei vastannut kaikkiin väittämiin</i>	204	4,1

4.3 Käytetyt analyysimenetelmät

Tässä tutkielmassa hyödynnettiin sekä määrällistä että laadullista tutkimusotetta. Määrällisten analyysien toteuttamiseen käytettiin SPSS-ohjelman versiota 29.

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää, onko huijarisyndrooman kokeminen yhteydessä siihen, minkälaisessa tahdissa yliopisto-opinnot etenevät. Huijarisyndrooman ilmenemistä mitattiin tätä tutkimuskysymystä tarkastellessa CIPS-kyselystä saatavalla pistemäärällä (20–100). Opintojen etenemistä taas mitattiin laskemalla opintojen aloitusvuotta ja suoritettujen opintopisteiden määrää hyödyntäen se, kuinka monta opintopistettä opiskelija on keskimäärin suorittanut yhdessä lukuvuodessa. Ennen analyysin aloittamista suoritettujen opintopisteiden keskiarvot tarkistettiin, ja sellaiset vastaajat, joiden ilmoittamien tietojen perusteella laskettu vuosittainen suoritettujen opintopisteiden keskiarvo oli selvästi ristiriidassa muiden heidän antamiensa vastausten kanssa, jätettiin analyysin ulkopuolelle. Esimerkkejä tällaisista vastauksissa esiintyneistä ristiriidoista olivat tapaukset, joissa vastaaja ilmoitti aloittaneensa opinnot vastaushetkeä edeltävänä syksynä, ja tekevänsä tällä hetkellä lähinnä ensimmäisen lukuvuoden opintoja, mutta suorittaneensa kuitenkin jo yli 300 opintopistettä, sekä tapaukset, joissa vastaaja oli ilmoittanut opintojen aloitusvuodekseen sen vuoden, jolloin he olivat aloittaneet maisteriopinnot, mutta laskeneet suorittamiensa opintopisteiden määrään myös kandidaatin tutkintonsa.

Kaikkiin CIPS-kyselyn väitteisiin vastanneiden ($n = 4927$) kyselystä saama kokonaispistemäärä vaihteli välillä 22–100 keskiarvon ollessa 69,29 ja keskihajonnan 15,25. Keskimääräisen yhden lukuvuoden aikana suoritettujen opintopisteiden määrä tutkimusjoukossa ($n = 4651$) vaihteli välillä 0–303 keskiarvon ollessa 54,93 ja keskihajonnan 21,42. Sekä lukuvuosittain suoritettujen opintopisteiden keskiarvo että CIPS-kyselystä saatu pistemäärä ovat jatkuvia muuttujia, joten niiden välistä mahdollista yhteyttä voitiin tutkia vähintään välimatka-asteikollisten muuttujien välisten yhteyksien tunnistamiseen soveltuvalla korrelaatiokertoimella. Käytetyin kahden muuttujan välistä vaihtelua kuvaava korrelaatiokerroin on parametrinen Pearsonin korrelaatiokerroin. Siihen liittyvien käyttöehtojen, kuten normaalijakaumaoletuksen jäädessä toteutumattomiksi, voidaan hyödyntää järjestyskorrelaatiokerrointa, joista käytetyin on Spearmanin järjestyskorrelaatiokerroin. (Tähtinen, Laakkonen & Broberg 2020, 185–190.) Koska

lukuvuosittain suoritettujen opintopisteiden keskiarvon huipukkuuden itseisarvo (11,63) on suurempi kuin 1, ei muuttujaa voida pitää tarpeeksi normaalisti jakautuneena Pearsonin korrelaatiokertoimen hyödyntämiseen, ja täten analyysissä käytettiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokerrointa.

Korrelaatiokerroin voi vaihdella välillä [-1, +1] negatiivisten arvojen merkityksessä negatiivista korrelaatiota (X:n arvot pienenevät Y:n arvojen kasvaessa ja kasvavat Y:n arvojen pientyessä) ja positiivisten arvojen merkityksessä positiivista korrelaatiota (X:n ja Y:n arvot kasvavat ja pienenevät samanaikaisesti). Korrelaatiokerroin 0 tarkoittaa, ettei muuttujien välillä ole lainkaan yhteisvaihtelua. Korrelaatiokertoimen avulla saadaan tietoa yhteisvaihtelun voimakkuudesta ja suunnasta, mutta ei kausaliteetista, eli siitä, kumpi muuttujista on syy ja kumpi seuraus. Varsinaisen korrelaatiokertoimen arvon lisäksi tulosten analysoinnissa hyödynnetään tietoa siitä, onko saatu tulos tilastollisesti merkitsevä, eli kuinka todennäköisesti korrelaatiokertoimen avulla löydetty yhteisvaihtelu toteutuu myös populaatioissa. (Tähtinen, Laakkonen & Broberg 2020, 183–184.) Korrelaation voimakkuuden tulkittamiseen käytetyt raja-arvot vaihtelevat jonkin verran eri lähteissä, mutta korrelaatiota voidaan yleensä pitää voimakkaana korrelaatiokertoimen itseisarvon ollessa $\geq 0,7$, kohtalaisena tai merkittävänä sen ollessa välillä 0,3-0,7, ja heikkona tai olemattomana sen ollessa $< 0,3$. Tutkimuksen otoskoon ollessa suuri voi raja-arvoihin suhtautua pientä otoskokoja liberaalimmin. (Tähtinen, Laakkonen & Broberg 2020, 186.)

Toisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää, onko opiskelijan opintomenestys opintojen eri vaiheissa yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen. Tässä yhteydessä opintomenestystä yliopistossa mitattiin suoritetuista opinnoista saatujen arvosanojen vastaajan itsensä lähimpään kokonaislukuun (1–5) pyöristämää keskiarvoa hyödyntäen niin, että vastaajat jaettiin neljään ryhmään: välttävä tai tyydyttävä opintomenestys (opintojen pyöristetty keskiarvo 1–2), hyvä opintomenestys (opintojen pyöristetty keskiarvo 3), kiitettävä opintomenestys (opintojen pyöristetty keskiarvo 4) sekä erinomainen opintomenestys (opintojen pyöristetty keskiarvo 5). Välttävän ja tyydyttävän keskiarvon omaavat yhdistettiin omaksi ryhmäkseen, sillä heitä oli aineistossa huomattavasti vähiten. Ne vastaajat, jotka eivät olleet vielä vastaushetkellä suorittaneet ollenkaan opintoja tai eivät osanneet sanoa mikä heidän keskiarvonsa on, jätettiin analyysin ulkopuolelle.

Opintojen eri vaiheita taas kuvattiin sen mukaan, kuinka paljon opintopisteitä opiskelijat olivat vastaushetkeen mennessä suorittaneet. Vastajaat jaettiin tätä muuttujaa hyödyntäen kolmeen ryhmään: 1–90 op suorittaneet, 91–180 op suorittaneet, sekä vähintään 181 op suorittaneet. Suurimmassa osassa yliopistotutkintoja käytetään kaksiportaista tutkintorakennetta, joka muodostuu 180 op laajuisesta kandidaatin tutkinnosta sekä sen valmistumisen jälkeen suoritettavasta 120 op laajuisesta maisterin tutkinnosta (Opintopolku 2024). Näin ollen 1–90 op suorittaneet ovat pääsääntöisesti alemman korkeakoulututkinnon alkuvaiheessa olevia opiskelijoita, 91–180 op suorittaneet alemman korkeakoulututkinnon loppuvaiheessa olevia opiskelijoita, ja vähintään 181 op suorittaneet maisterivaiheen opiskelijoita. Vastajien opintojen vaihetta tarkastellessa on kuitenkin hyvä huomioida se, että kyselyyn on vastannut tyypillisissä kaksiportaisissa, yhteensä 300 opintopisteen laajuisissa tutkinto-ohjelmissa opiskelevien lisäksi myös esimerkiksi lääketieteen lisensiaatiksi opiskelevia, joiden tutkinnon tavoitelaaajuus on 360 opintopistettä. Voi siis olla, että osa niistä vastaajista, jotka ovat ilmoittaneet suorittaneensa vähintään 181 opintopistettä eivät todellisuudessa ole maisteriopiskelijoita vaan esimerkiksi noin puolessa välissä lisensiaatin opintojaan. Huijarisyndrooman kokemista mitattiin myös tässä tutkimuskysymyksessä vastaajan CIPS-kyselystä saaman pistemäärän (20–100) avulla.

Koska tässä tutkimuskysymyksessä tutkittiin kahden kategorisen muuttujan (opintomenestys ja opintojen vaihe) yhteyttä jatkuvaan muuttujaan (CIPS-kyselystä saadut pisteet), käytettiin analyysissa kaksisuuntaista varianssianalyysia. Kaksisuuntaista varianssianalyysia voidaan hyödyntää, jos kaikki tarkasteltavat ryhmät ovat toisistaan riippumattomia, eli yksi vastaaja kuuluu aina vain yhteen ryhmään, niiden ryhmävariانسsit ovat tarpeeksi homogeenisiä ja kaikki muuttujat ovat riittävän normaalisti jakautuneita (Tähtinen, Laakkonen & Broberg 2020, 153). Ensimmäinen käyttöehto toteutuu, sillä jokainen vastaaja voi kuulua analyysissa vain yhteen ryhmään. Levenen testi osoitti myös ryhmien populaatiovariانسsien olevan riittävän homogeenisiä ($p = 0,19$). Ryhmien vinouksia ja huipukkuuksia tarkastellessa todettiin lisäksi, että CIPS-kyselystä saadut pisteet ovat jakautuneet kaikissa tarkasteltavissa ryhmissä riittävän normaalisti (sekä vinouden että huipukkuuden itseisarvot kaikissa ryhmissä < 1), jotta kaksisuuntaista varianssianalyysia voidaan käyttää. Kaikkien ryhmien koot sekä CIPS-kyselystä saatujen pisteiden ryhmäkohtaiset vinoudet ja huipukkuudet on kuvattu taulukossa 4.

Taulukko 4 Ryhmäkoot opintomenestyksen ja opintojen vaiheen mukaan sekä CIPS-kyselystä saatujen pisteiden ryhmäkohtaiset vinoudet ja huipukkuudet

Opintomenestys	Opinnoista suoritettu	N (4651)	Vinous	Huipukkuus
1–2 (välttävä tai tyydyttävä)	1–90 op	101	-0,41	-0,22
	91–180 op	63	-0,40	-0,70
	> 180 op	52	-0,16	-0,72
3 (hyvä)	1–90 op	532	-0,39	-0,39
	91–180 op	616	-0,43	-0,14
	> 180 op	640	-0,42	-0,22
4 (kiitettävä)	1–90 op	631	-0,41	-0,46
	91–180 op	785	-0,36	-0,39
	> 180 op	962	-0,38	-0,43
5 (erinomainen)	1–90 op	91	-0,17	-0,71
	91–180 op	89	-0,18	-0,78
	> 180 op	89	-0,37	-0,18

Kolmannessa tutkimuskysymyksessä hyödynnettiin laadullista tutkimusotetta sen tarkastelemisessa, minkälaisia tekijöitä yliopisto-opinnoissaan vähintään kiitettävästi menestyneet opiskelijat kokevat huijarisyndroomansa taustalla olevan. Analyysiin otettiin mukaan ne vastaajat, jotka olivat arvioineet opintojensa keskiarvon olleen vastaushetkellä 4 (kiitettävä) tai 5 (erinomainen), jotka olivat saaneet huijarisyndroomaa mittaavasta CIPS-kyselystä vähintään 61 pistettä, ja jotka olivat pohtineet aiheita avoimeen kysymykseen vastatessaan. Näin ollen analysoitavia vastauksia oli yhteensä 150.

Kolmannen tutkimuskysymyksen analyysi tehtiin käyttäen sisällönanalyysia. Sisällönanalyysi on laadullinen analyysimenetelmä, jonka tarkoituksena on esittää aineisto tiiviissä ja informatiivisessa muodossa. Näin tutkimuksen aiheena olevasta ilmiöstä saadaan luotua selkeä kuvaus. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Sisällönanalyysi sopi hyvin tämän tutkimuskysymyksen analyysimenetelmäksi, sillä tarkoituksena oli nimenomaan tutkia sitä, minkälaisia tekijöitä vastaajien saamien arvosanojen ja heidän omien ajatustensa välisen ristiriidan takana heidän omasta mielestään on, eikä esimerkiksi sitä, millä tavoin vastaajat ovat näitä tekijöitä tuoneet vastauksissaan ilmi.

Sisällönanalyysin tekemisessä voidaan erottaa kolme erilaista lähestymistapaa: teorialähtöisyys, aineistolähtöisyys sekä teoriaohjaavuus (Tuomi & Sarajärvi 2018). Tämän tutkimuskysymyksen analyysissä käytettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Kyseessä on lähestymistapa, jossa analyysiyksiköt ovat peräisin aineistosta, mutta jossa aineistolähtöisyydestä poiketen myös aiempi tieto ja teoria kuitenkin ohjaavat analyysia. Teoriaohjaavan eli teoriasidonnaisen lähestymistavan tarkoituksena ei ole teorialähtöisyyden tapaan testata olemassa olevan teorian toimivuutta, eikä aineistolähtöisyyden tapaan luoda uutta teoriaa, vaan siinä aiempaa teoriatietoa hyödynnetään analyysin eri vaiheissa jäsentämään aineistosta nousevia havaintoja. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Teoriaohjaavan sisällönanalyysin voidaan siis nähdä olevan ikään kuin teorialähtöisen ja aineistolähtöisen sisällönanalyysin välimuoto, jossa on piirteitä niistä molemmista.

5 Tulokset

Tässä luvussa esitellään tutkielman tulokset. Alaluvussa 5.1 käsitellään ensimmäisen tutkimuskysymyksen, alaluvussa 5.2 toisen tutkimuskysymyksen ja luvussa 5.3 kolmannen tutkimuskysymyksen tuloksia.

5.1 Huijarisyndrooma ja opintojen eteneminen

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli selvittää, onko huijarisyndrooman kokeminen yhteydessä yliopisto-opintojen etenemisen tahtiin.

Spearmanin järjestyskorrelaatiokerrointa hyödyntäen huijarisyndroomaa mittaavasta CIPS-kyselystä saadun pistemäärän ja lukuvuosittain suoritettujen opintopisteiden keskiarvon väliltä löydettiin tilastollisesti merkitsevä, heikko negatiivinen korrelaatio ($r_s = -0,09$; $p < 0,001$). Tämä tarkoittaa siis sitä, että mitä voimakkaampaa huijarisyndroomaa opiskelijat kokevat, sitä hitaammin heidän opintonsa keskimäärin etenevät. Koska korrelaatio on voimakkuudeltaan heikko (itseisarvo $< 0,3$), voidaan opintojen etenemisen tahdin eroja huijarisyndroomaa kokevien ja kokemattomien välillä pitää melko pieninä. Koska tutkimuksen otoskoko on kuitenkin hyvin suuri, ei korrelaatiota tule pienestä itseisarvostaan huolimatta pitää täysin olemattomana.

Taulukossa 5 opintojen etenemisen tahdin keskiarvoa ja keskihajontaa on tarkasteltu Clancen (1985) CIPS-kyselystä saadun pistemäärän perusteella määrittelemässä, huijarisyndrooman esiintymistä ja voimakkuutta kuvaavissa luokissa. Kuten taulukosta ilmenee, on opintojen keskimääräinen eteneminen ollut nopeinta (58,96 opintopistettä per lukuvuosi) niillä opiskelijoilla, jotka saivat CIPS-kyselystä korkeintaan 40 pistettä, eli joilla ei ole juurikaan huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja. Keskimääräisesti hitaimmin (52,56 opintopistettä per lukuvuosi) ovat edenneet niiden opiskelijoiden opinnot, jotka saivat CIPS-kyselystä vähintään 81 pistettä, eli joilla on usein toistuvia, voimakkaita huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja. Huomionarvoista on myös se, että vain kahteen vähiten huijarisyndroomaa kokevaan luokkaan sijoittuvien opiskelijoiden opintojen lukuvuosittaisen etenemisen tahdin keskiarvo ylitti 56,25 opintopistettä, joka mahdollistaa opintotuen riittämisen koko opintojen ajalle.

Taulukko 5 Vastaajien opintojen etenemisen tahdin keskiarvot ja keskihajonnat Clancen (1985) määrittelemässä, huijarisyndrooman esiintymistä kuvaavissa luokissa

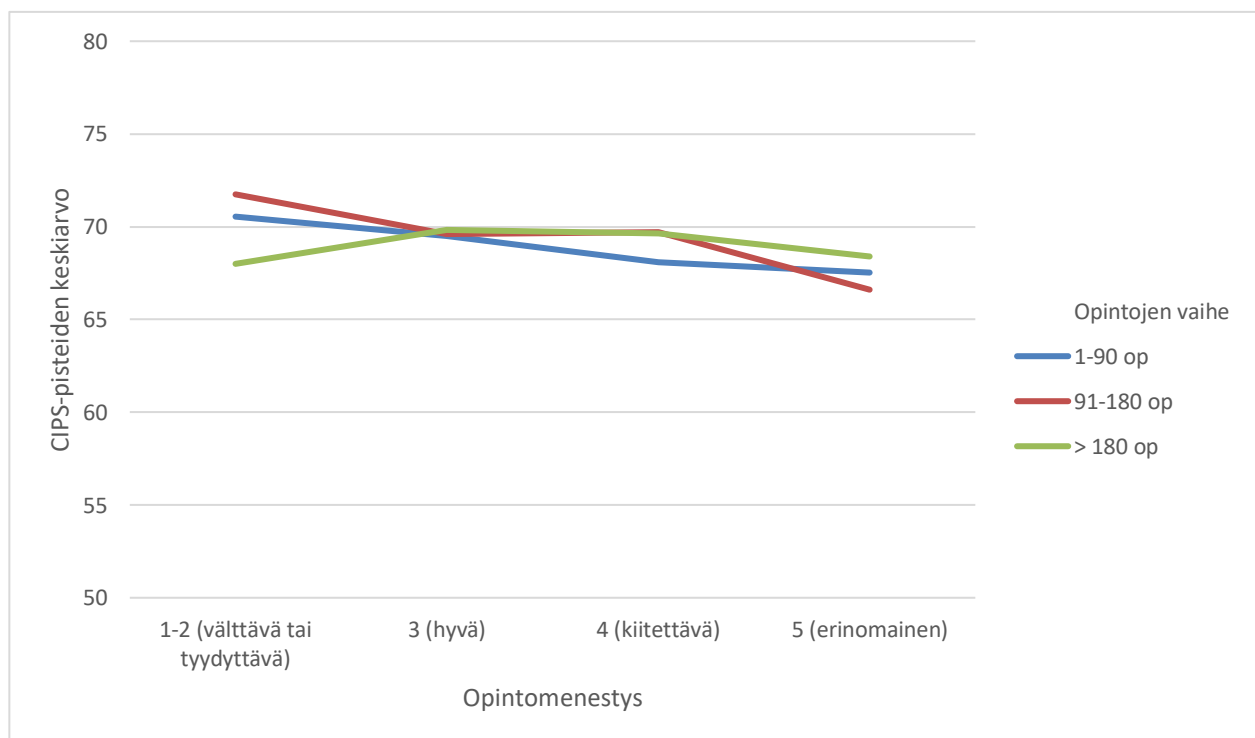
CIPS-kyselyn pistemäärä	N (4650)	Opintojen etenemisen tahdin keskiarvo (op/lukuvuosi)	Opintojen etenemisen tahdin keskihajonta
40 tai alle (Ei juurikaan huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	186	58,96	25,25
41–60 (Kohtalaisesti huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	1076	57,16	23,45
61–80 (Toistuvia huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	2198	54,77	20,97
81 tai yli (Usein toistuvia, voimakkaita huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja)	1190	52,56	19,25

5.2 Huijarisyndrooma ja opintomenestys opintojen eri vaiheissa

Opintomenestyksellä ja opintojen vaiheella ei todettu kaksisuuntaisen varianssianalyysin perusteella olevan tilastollisesti merkitsevää yhdysvaikutusta huijarisyndrooman kokemiseen $F(6; 4639) = 0,79; p = 0,58; \eta_p^2 = 0.00$. Opintomenestyksen $F(1; 4639) = 1,83; p = 0,14; \eta_p^2 = 0.00$ tai opintojen vaiheen $F(2; 4639) = 0,79; p = 0,58; \eta_p^2 = 0.00$ ei myöskään erillisinä muuttujina todettu olevan tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen. Huijarisyndroomaa koetaan siis tasaisesti kaikissa opintojen vaiheissa ja kaikenlaisia arvosanoja saavien opiskelijoiden keskuudessa. Kaikkien ryhmien CIPS-kyselystä saamia pistemääriä on tarkasteltu taulukossa 6 ja kuviossa 2.

Taulukko 6 CIPS-kyselystä saatujen pisteiden keskiarvot ja keskihajonnat opintomenestyksen ja opintojen vaiheen mukaan jaetuissa ryhmissä

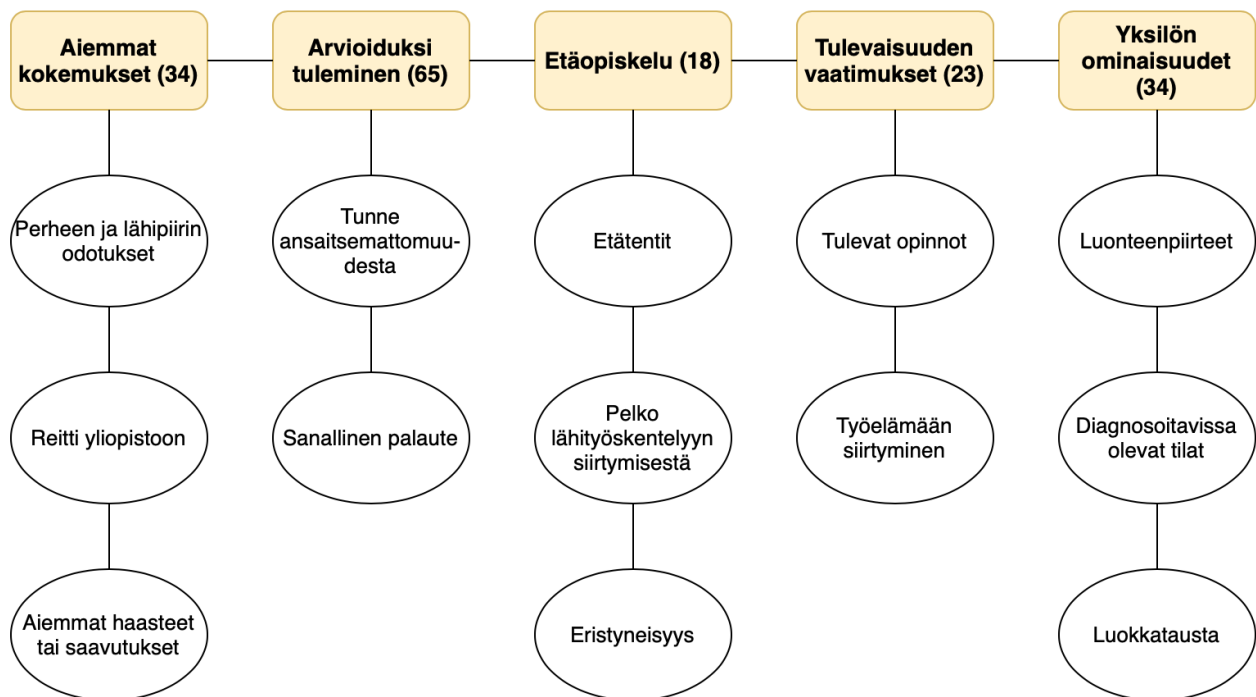
Opintomenestys	Opinnoista suoritettu	N (4651)	CIPS keskiarvo	CIPS keskihajonta
1–2 (välttävä tai tyydyttävä)	1–90 op	101	70,54	15,02
	91–180 op	63	71,75	15,41
	> 180 op	52	68,00	16,32
3 (hyvä)	1–90 op	532	69,50	14,81
	91–180 op	616	69,61	14,47
	> 180 op	640	69,83	14,72
4 (kiitettävä)	1–90 op	631	68,09	16,04
	91–180 op	785	69,71	15,30
	> 180 op	962	69,63	14,93
5 (erinomainen)	1–90 op	91	67,53	15,89
	91–180 op	89	66,61	16,89
	> 180 op	89	68,38	16,96



Kuvio 2 CIPS-kyselystä saatujen pisteiden keskiarvot opintomenestyksen ja opintojen vaiheen mukaan jaetuissa ryhmissä

5.3 Opinnoissaan hyvin menestyvien opiskelijoiden tunnistamat tekijät huijarisyndroomansa taustalla

Kolmannen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli teoriaohjaavaa sisällönanalyysia käyttäen tutkia sitä, minkälaisia tekijöitä yliopisto-opinnoissaan hyvin menestyneet opiskelijat tunnistavat kokemansa huijarisyndrooman taustalta. Analyysissa mukana olleista 150 avoimesta vastauksesta löytyi useita sellaisia tekijöitä, joiden vastaajat uskoivat altistaneen heidät huijarisyndroomalle tyypillisille ajatus- ja toimintamalleille. Nämä tekijät jaettiin viiteen yläluokkaan, jotka olivat aiemmat kokemukset, arvioiduksi tuleminen, etäopiskelu, tulevaisuuden vaatimukset sekä yksilön ominaisuudet. Nämä yläluokat jaettiin vielä useisiin alaluokkiin, jotka on kuvattu kuviossa 3.



Kuvio 3 Vastaajien tunnistamat tekijät kokemansa huijarisyndrooman takana (yläluokat ja alaluokat) sekä niiden esiintyminen aineistossa (yläluokat)

5.3.1 Aiemmat kokemukset

Ensimmäinen tarkasteltava yläluokka on vastaajien aiemmat kokemukset. Yhteensä 34 vastaajaa tunnisti kokemansa huijarisyndrooman taustalta sellaisia tekijöitä, jotka liittyvät heidän elämäänsä ennen nykyisten yliopisto-opintojen aloittamista. Tämä yläluokka jaettiin

vielä kolmeen alaluokkaan, jotka ovat perheen ja lähipiirin odotukset, reitti yliopistoon sekä aiemmat haasteet tai saavutukset.

Perheen ja lähipiirin odotukset

Suurin osa sellaisista vastaajista, jotka näkivät huijarisyndroomansa taustalla olevan nykyisiä opintoja edeltäviä kokemuksia, nosti esiin lapsuudenperheeseensä ja muihin lapsuudessaan tai nuoruudessaan säännöllisesti kohtaamiinsa henkilöihin liittyviä tekijöitä. Jo ensimmäisessä huijarisyndroomaa käsittelevässä artikkelissaan Clance ja Imes (1978, 3) nostivat lapsuuden kasvuympäristön hyvin tärkeäksi tekijäksi huijarisyndrooman kehittymisen kannalta, ja he totesivatkin huijarisyndroomaa kokevien kasvaneen usein joko lahjakkaan sisaruksen varjossa tai vanhempiensa korkeiden odotusten kohteena. Nämä molemmat taustatekijät nousivat esiin myös tämän tutkimuksen aineistossa.

Muutama vastaaja pohti vastauksissaan sisarustensa menestyksen roolia huijarisyndrooman kehittymisessä. Clance ja Imes (1978, 3) mainitsevat lähipiirin usein korostavan akateemisesti vähemmän lahjakkaan sisaruksen muita vahvuuksia luoden hänelle siten roolin, jossa häntä ei koskaan pidetä yhtä älykkäänä kuin sisarustaan, vaikka hän todellisuudessa pärjäisikin opinnoissaan hyvin. Tällaiseen rooliin asetettu henkilö saattaa kokea samanaikaisesti sekä tarvetta todistaa oma älykkyytensä että tunnetta omasta lahjattomuudesta. Tunne omasta lahjattomuudesta taas voi saada aikaan tunteen siitä, etteivät hyvät arvosanat ole todellisuudessa ansaittuja, ja näin huijarisyndrooma saa alkunsa. (Clance & Imes 1978, 3.) Tämän tutkimuksen aineistosta ei käy ilmi, miten huijarisyndroomaa kokevien perheet ovat suhtautuneet sisarusten eroavaisuuksiin, mutta eräs vastaaja toi kuitenkin esiin oman alemmuuden tunteensa: vaikka sekä vastaaja että hänen aina koulussa erinomaisesti pärjännyt veljensä saivat kurssista parhaan mahdollisen arvosanan, on veljen varmasti silti oltava häntä osaavampi.

”Oma pikkuveljeni on niin sanottu kympin oppilas - vitosen oppilas yliopistossa - ja uskon sen vaikuttavan omiin kokemuksiini osaamattomuudesta. Jos veljeni saa vitosen kurssista, oletan hänen osaavan enemmän ja paremmin kuin minä saadessani vitosen kurssista.” V146

Toisaalta aineistossa ilmeni myös toisenlainen näkökulma lahjakkaan sisaruksen kanssa samassa perheessä kasvamiseen. Sen lisäksi, että yksilön onnistumiset voivat jäädä sisaruksen onnistumisten varjoon, voi tieto siitä, että kyseessä on opinnoissaan erinomaisesti pärjänneen

henkilön sisarus myös nostaa esimerkiksi opettajien yksilöön kohdistamia odotuksia. Tällaisessa tilanteessa yksilölle voi syntyä paineita menestyksestä, mutta lisäksi myös mielikuva siitä, että vaikka hän saisikin opinnoissaan erinomaisia arvosanoja, johtuisi tämä ainakin osittain siitä, että opettaja olettaa hänen olevan samanlainen kuin lahjakas sisaruksensa. Näin arvosanat eivät välttämättä tunnu itse ansaituilta, ja yksilö voi kokea itsensä huijariksi.

“Täytin kyselyn nuoremman siskoni kanssa ja hän samaistui huijarisyndrooman oireisiin vielä vahvemmin kuin minä. Totesimme syyksi sen, että häneltä odotetaan aina menestystä, koska minä olen menestynyt. Sisko uskoo esim. opettajien pitäneen häntä hyvänä oppilaana vain koska minä olen ollut hyvä oppilas.” V1848

Moni vastaajista kertoi pärjänneensä koulussa erinomaisesti jo lapsena. Tämän myötä heidän vanhempiansa heihin kohdistamat odotukset kasvoivat korkeiksi, ja aiheuttivat heille paineita onnistua jatkossakin kaikessa mihin he ryhtyvät. Kun menestyksen nähdään perustuvan ahkeran työskentelyn sijaan yksilön luontaiselle lahjakkuudelle, ei virheille koeta olevan varaa, sillä sen sijaan että niitä voisi selittää esimerkiksi liian vähäisellä valmistautumisella, voivat ne tuntua osoituksilta siitä, ettei yksilö todellisuudessa olekaan niin lahjakas kuin kaikki luulevat. Osassa vastaajien perheistä vanhempien odotuksista ei välttämättä koskaan puhuttu suoraan, vaan vastaajat itse olettivat niiden olleen korkealla, kun taas toisissa perheissä epäonnistumisista saatettiin jopa rangaista henkisesti.

“Olen pienestä pitäen ollut kiinnostunut kaikesta ja myös koulussa pärjännyt hyvin. Minua on myös pidetty perhepiirissäni erityisen lahjakkaana. Siitä johtuen koen, että vanhempieni odotukset ovat nousseet ja se on vanhemmaksi tullessa asettanut minulle suuria paineita.”

V1299

“Olen käsitellyt asiaa terapiassa (ja opintopsykologin kanssa) ja tullut itse siihen tulokseen, että tämä liittyy ehkä lapsuudenkodin odotukseen olla aina hyvä kaikessa yrittämättä sen kummemmin, ja epäonnistumisten, kuten yhden väärän koevastauksen sattuessa suureen ääneen ihmettelyä: "miten sä nyt noin kun olet niin fiksu". Paineita ei suoranaisesti ladattu eikä odotuksia koskaan sanottu ääneen, mutta onnistuminen oli vakio-oletus, epäonnistuminen ei tuntunut olevan vaihtoehto.” V2906

“Minulta odotettiin lapsena ja nuorena todella hyvää opiskelumenestystä, koska jostakin syystä olin todella hyvä koulussa. Tämä ruokki kehää, jossa koin olevani hyväksyty vain silloin, kun sain kympejä, koska huonoista arvosanoista rankaistiin henkisesti.” V1284

Muutama vastaaja toi esiin vanhempiensa suhtautumisen pärjäämiseensä tuntuneen välillä ristiriitaiselta. Yksi huijarisyndroomaa kokeva muisteli, kuinka lähes täydellisistäkin suorituksista etsittiin huumorin varjolla parantamisen varaa, vaikka isän oma koulumenestys oli aikanaan ollut huomattavasti vaatimattomampaa kun taas toinen kertoi muuten hyvin kannustavan äitinsä tavan kutsua häntä pienten unohdusten myötä tyhmäksi seuraavan häntä edelleen.

“Vanhempani harvoin sanoivat suoraan, mitä odottivat ja toivoivat minulta. Isällä oli tapana suhtautua esim. koearvosanaan 9,5, että onhan siinä vielä parannettavaa. Kuitenkin hänen koulumenestys oli aikoinaan ollut heikkoa, joten pidin (jälkeenpäin) hänen suhtautumistaan raivostuttavan ristiriitaisena. Ala-asteikäisenä tosin vain lannistuin ja ajattelin, etten kelpaa.

En ymmärtänyt isäni outoa huumorintajua tuolloin, sillä hän ei käsittäkseni oikeasti tarkoittanut, että minun olisi tarvinnut yltää täydellisyyteen, vaan kyseessä oli hänen kaurismäkeläinen huumorintajunsa.” V1334

”Sana ”tyhmä”. Jos on kerrankin kuullut sen elämänsä aikana, seuraa se sinua aina, huolimatta siitä, mitä saavutat akateemisesti tai urallasi. Minun oma äitini on ollut suurin kannustajani, kehunut fiksuksi ja muuta. Myöhemmin saattaa hän kertoa veljelleni, kuinka minä olen vähän ”tyhmä”, kun en muistanut kaupunkia, josta uusi tuttavani sanoi olevansa kotoisin.” V543

Aineistosta ilmeni, että perheen lisäksi myös muiden vastaajien lapsuuteen ja nuoruuteen kuuluneiden henkilöiden, kuten opettajien ja valmentajien odotusten koettiin voivan altistaa huijarisyndroomalle vielä myöhemmälläkin iällä. Koulussa ja harrastuksissa opetellaan jatkuvasti uusia asioita, ja näin varsinaisen opetuksen ulkopuolinenkin vuorovaikutus opettajien ja valmentajien kanssa keskittyy pitkälti sen arvioimiseen, miten hyvin yksilö näitä asioita oppii ja miten hän opetustilanteissa toimii. Jatkuvat kehut voivat saada yksilön tuntemaan, että hänen on jatkossakin onnistuttava kaikessa täydellisesti tai hän tuottaa pettymyksen. Jatkuva epäonnistumisista parhaaminen taas voi saada yksilön tuntemaan, ettei

häneestä ole mihinkään muillakaan elämänsä osa-alueilla, ja näin onnistumiset voivat nostaa esiin huijaritunteita.

“Vanhempien odotuksia enemmän minuun on mielestäni vaikuttanut koulumaailman odotukset ja opettajien käytös. Esimerkiksi kävin ala-asteen pienellä kyläkoululla 90-luvulla ja jo kouluun tutustumiskäynnillä opettajani luuli, että osaan jo lukea, mutta olen liian ujo kertoakseni siitä. Kun kuulin tästä, koin että hän odotti minulta paljon ja kaikki hänen kannustuksensa tuntuivat aina minusta vaatimuksilta. Minua toruttiin koko kouluajan siitä, että olen liian hiljainen ja ujo ja sain positiivista huomiota vain kun menestyin kokeissa ja siitä etten tarvinnut apua tehtävien tekemisessä. Ihmekös tuo jos siitä tulee olo, että kaikki pitää jo osata ja oppimistilanne on jo käytännössä arviointia. En ole koskaan kokenut että saisin rauhassa opetella uusia asioita, vaan ympäristö on aina odottanut, että osaan jo kaiken harjoittelemattakin.” V1641

“Mielestäni omaan huijarisyndroomaan liittyy paljon tunnustuksen antaminen tai antamatta jättäminen. Esimerkiksi lukiossa opettajat kehuivat suorituksiani vasten tahtoani muiden edessä ja asettivat suuria odotuksia ylioppilaskirjoitusteni suhteen. Jos koearvosanani oli 9 tai alle 9, opettajat olivat kehonkieleltään pettyneitä, mutta silti sanoivat, että koe meni "ihan ok". Tämä asetti paineita opiskeluuni ja siihen, minkä alan valitsisin lukion jälkeen.” V2842

“Luulen, että huijarisyndroomani perustuu osaltaan siihen, että ainakin lukion opettajat pitivät minusta. Olin se hiljainen oppilas joka vain teki työnsä aiheuttamatta ongelmia kenellekään. Olen myös aina ollut tiedonjanoinen, joten luulen että suosikkiaineideni opettajat pitivät minusta ihan vain intoni takia. En ole koskaan kokenut lukevani tai opiskelevani enemmän tai paremmin kuin muut, joten ei kyseessä voi tietenkään olla omat taitoni tai vaivannäköni. En voi saada huonoja numeroita, koska minulla ei ole muuta identiteettiä kuin hiljainen kymppin tyttö.” V3124

“Sen sijaan että kaikki olisi lähtöisin vanhempien painostuksesta, uskon, että odotukset onnistumisesta ja pelko epäonnistumisesta kumpuaa lapsuuden urheiluharrastuksesta, jossa valmentaja oli todella tiukka ja epäonnistumisista sai aina kuulla huutoa.” V2113

Reitti yliopistoon

Vaikka hakukelpoisuuden yliopisto-opintoihin voi saavuttaa muillakin tavoin kuin lukiossa suoritettavan ylioppilastutkinnon avulla, on tämä reitti opintojen pariin lienee edelleen yleisin. Aineistosta ilmeneekin, että monet muita reittejä pitkin yliopistoon tulleet kokevat juuri taustansa aiheuttaneen heille huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatus- ja toimintamalleja. Esimerkiksi ammattikoulutaustan, keskimääräistä opiskelijaa korkeamman iän tai opintoja edeltävän pitkän työuran omaavat vastaajat kertoivat, että omaa opintomenestystä on vaikea uskoa. Toisaalta pitkän työuran koettiin myös tuoneen sellaisia valmiuksia, joiden myötä opinnot tuntuvat niin helpoilta, ettei erinomainenkaan menestys niissä tunnu juuri miltään.

“Pelkän ammattikoulun käyneenä on vaikea välillä uskoa, että todellakin kuulun yliopistossa kilpaillulla ja vaativalla alalla jopa onnistuneimpaan desiliiniin, jos onnistumista mitataan arvosanoilla.” V4322

“Näin vanhempana alanvaihtajana, kun tulin opiskelemana internettiä ja ATK:ta, ns. huijarisyndrooman "oireet" ovat moninkertaistuneet. Tuntuu, että kaikki nuoremmat opiskelukaverit tietävät jo etukäteen ties mitä, mistä itse on aivan pihalla. Ja vaikka kursseista tulee pääsääntöisesti vitosia, joskus nelosia, tuntuu edelleen 150 opintopisteen jälkeen, etten osaa yhtään mitään. Etenkään verrattuna muihin. Ammattislangilla on tässä varmasti jonkin verran merkitystä - monesti kun olen alussa ollut aivan pihalla huomaankin myöhemmin, että "aivan, tästähän puhuttiin".” V2312

“Kymmenen työelämässä vietetyn vuoden jälkeen uskaltauduin ammattikorkeakoulun pääsykokeisiin ja pääsin sisään. Yllätyksekseni sain lähes pelkkiä vitosia ja ihmettelin kotona opetuksen ja opiskelukavereiden tasoa sekä arviointikriteerejä, sillä kaikki tehtävät olisi mielestäni voinut tehdä vielä paremminkin. Jatkoin valmistumisen jälkeen maisteriopintoihin yliopistolle ja hyvä opintomenestys on jatkunut ensimmäisen vuoden ajan, vaikka tunnen olevani muita huonompi pohjatiedoiltani enkä voisi kuvitellakaan mainitsevani kenellekään etten ole käynyt edes lukiota. Olen ilmeisesti hyvä omaksumaan ja soveltamaan uutta tietoa, mutta epävarmuus on jatkuvasti läsnä ja pelkään osallistua luennoilla keskusteluun varmistamatta vastausta kirjallisuudesta tai googlesta etukäteen, vaikka minulla saattaisi olla käytännönkin kokemusta ja validi mielipide aiheesta.” V4321

“Omalla kohdallani koen, että huijarisyndrooma saattaa liittyä pitkälliseen yksin-yrittäjä uraani, missä minun ei ole tarvinnut sanoittaa osaamistani enkä myöskään ole saanut palautetta muilta. Työ on ollut itsenäistä ja paljon on tullut opeteltua itse. Niinpä yrittäjäkokemuksen jälkeen yliopiston maisteriopinnot tuntuvat helpoilta ja vähättelen varmaankin sen takia menestystäni, koska en pidä näitä asioita niin vaikeina (esim. gradun tekeminen) kuin ehkä muut opiskelijat. Niinpä asia kytkeytyy varmaankin yleisesti omien taitojen ja kykyjen vähättelyyn, eikä koske pelkästään opintoja, mutta tässä tulevat selvästi esille. Arvosanani on 5 keskiarvoa, mutta en pidä sitä juuri minään ja tuntuu että hyvät arvosanat tulevat helposti - niinpä en myöskään itse arvosta niitä.” V2169

Aineistossa nousi esiin myös todistusvalinta. Vaikka nykymallin mukaisesti suurin osa yliopisto-opiskelijoista valitaan opintoihin nimenomaan ylioppilaskirjoitusten arvosanoista saatujen pisteiden avulla (Opintopolku 2025), kertoivat muutamat todistuksella opiskelupaikkansa saaneet tämän aiheuttaneen heille huijaritunteita. Valintakoe liittyy yleensä ainakin jotenkin juuri siihen alaan, jota sillä haetaan opiskelemaan, kun taas todistusvalinnan myötä opiskelupaikan voi saada hyvillä arvosanoilla omaan alaan liittymättömien aineiden ylioppilaskirjoituksista. Tämä voi synnyttää tunteen siitä, ettei opiskelupaikka olisi ansaittu, vaikka pärjäisikin opinnoissaan erinomaisesti.

“Yliopistossa huijarisyndroomaani vaikuttaa seuraavat asiat. Pääsin yliopistoon todistusvalinnalla. Hain myös valintakoejonossa, mutta en olisi päässyt sitä kautta.” V2949

“Toinen asia mitä huomaan miettiväni on yliopistoon pääsy; pääsin todistusvalinnalla ja ajattelen usein, etten olisi päässyt pääsykokeella. Koen myös ”petturuutta” siitä, että pääsin esim. biologian ja matematiikan arvosanojen perusteella, vaikka ne eivät liity alaani mitenkään.” V3057

Aiemmat haasteet tai saavutukset

Osa vastaajista toi ilmi heidän aiemmissa opinnoissa kohtaamiensa haasteiden edelleen aiheuttavan heille huijaritunteita. Lapsuuden ja nuoruuden heikko tai keskinkertainen opintomenestys voi ikään kuin muotoutua osaksi ihmisen identiteettiä, ja näin ollen yliopistossa saavutetut erinomaiset arvosanat voivat tuntua virheellisiltä. Näin kokevat henkilöt voivat yliopistossa kokea tarvetta salata aiempiin opintoihinsa liittyneitä haasteita,

sillä he pelkäävät paljastuvansa muiden silmissä huijariksi, jos heidän menneisyytensä paljastuisi.

“Uskon huijarisyndroomani johtuvan peruskoulu- ja lukioaikaisesta huonosta koulumenestyksestä (lukioni keskiarvoraja oli yli 8, mutta pääsin sisään erityislinjan pääsykokeen kautta. Oma keskiarvoni oli alle 8). Siksi en koskaan kuvitellut hakeutuvani yliopistoon, vaan ammatillinen linja tuntui aina itsestäänselvyydeltä. Yliopisto-opinnot alkoivat kuitenkin kiinnostaa mielenkiintoisen alatarjonnan takia. Lukion jälkeen olen päässyt kaksi kertaa sisään yliopistoon pääsykokeiden kautta ja menestynyt kummankin aineen opinnoissa huomattavasti paremmin kuin peruskoulussa tai lukiossa. Silti oma osaamiseni epäilyttää, sillä aiempi huono koulumenestys tuntui aikoinaan muovautuneen osaksi identiteettiäni.” V273

“Tuntuu, että vaikka on menestynyt yliopisto-opinnoissa melko hyvin (tai ehkäpä jopa keskivertoa paremmin), niin menneisyyden keskinkertainen menestys lukiossa saa minut yhä jotenkin tuntemaan, että en ole tarpeeksi hyvä tai fiksu. Monet kaverit yliopistolla ovat kirjoittaneet L:n ja E:n papereita lukiossa, ja aina kokenut, että ei halua puhua omista yo-arvosanoista heidän seurassa, jotta 'salaisuus ei paljastu'.” V4247

Toisaalta myös hyvä menestys aiemmissa opinnoissa voi altistaa huijarisyndroomalle. Heikon tai keskinkertaisen koulumenestyksen tavoin myös hyvä koulumenestys voi olla osa ihmisen itselleen luomaa identiteettiä, ja jos sitten yliopisto-opinnot tuntuvatkin aiempia opintoja haastavammilta, voi henkilö tuntea itsensä epäonnistuneeksi kiitettävistä arvosanoista huolimatta. Huijarisyndroomalle tyypillinen pelko epäonnistumisesta voi voimistuessaan saada tällaisen henkilön esimerkiksi viivyttämään opinnoissa etenemistä.

“Kasvoin pienellä paikkakunnalla, jossa olin aina luokan paras. Yritän vieläkin elättää sitä samaa tilannetta, vaikka nykyään olen isommissa ryhmissä joissa on paljon parempia opiskelijoita. Tuntuu, että olen epäonnistunut, jos en ole paras.” V155

“YO -kirjoitusten Laudatur-rivistö saa minut ajattelemaan kauhulla Gradun kirjoitusta. Mikään muu arvosana ei kelpaa, joten nyt maisterivaiheen aloittamisen kynnyksellä puntaroin koko ajan että uskallanko aloittaa koko maisterivaihetta ollenkaan, kun pelkään "epäonnistumista". Muuten en koe stressaavani, mutta haluan ehdottomasti, että kaikki

arvosanat ovat 3 tai yli, ja 3 tuntuu pääasiassa helpolta saada. Alle "hyvän" rajan en anna itseni mennä, vaan sitten uusin tentin kunnes onnistun." V3009

5.3.2 Arvioiduksi tuleminen

Peräti 65 vastaajaa koki yliopistossa arvioiduksi tulemisen olevan ainakin osittain heidän kokemansa huijarisyndrooman taustalla. Tämä yläluokka jaettiin vielä kahteen alaluokkaan, jotka ovat tunne ansaitsemattomuudesta sekä sanallinen palaute.

Tunne ansaitsemattomuudesta

Tunne siitä, etteivät opiskelijat ole ansainneet saamiaan arvosanoja toistui hyvin monissa vastauksissa. Syyt ansaitsemattomuuden tunteen takana olivat moninaisia.

Useat vastaajat kokivat saavansa kiitettäviä ja erinomaisia arvosanoja liian helposti. Osa heistä koki jopa syyllisyyttä arvosanoistaan, sillä heistä tuntui, etteivät he näe niiden eteen yhtä paljon vaivaa kuin muut opiskelijat.

"Itseäni lähinnä epäilyttää, etten tee tarpeeksi paljon esimerkiksi opintojeni eteen ainakaan ajallisesti. Vaikka tällä hetkellä opintoni sujuvat hyvin, on fiilis, että kellun vain mukana enkä ole ainakaan kaikkia arvosanojani ansainnut. Tuntuu, että kaikki muut tekevät paljon enemmän töitä. -- Olen suhteellisen nopeaälyinen ja sisäistäni asiat nopeasti, joten en ole edes yliopistossa "tarvinnut" raadantaa ja se aiheuttaa paikoitellen huonoa omatuntoa." V268

"Huijarin tunne tulee ehkä eniten siitä, että teen koulun eteen paljon vähemmän kuin monet opiskelukaverini, ja menestyn silti hyvin. Tuntuu että en osaa sisältöjä yhtä hyvin kuin he sillä en esimerkiksi lue kaikkia tenttikirjoja tai perehdy aiheeseen ennen esseen kirjoittamista."

V2230

"Monet opintoihin liittyvät tehtävät ovat minulle helppoja, mutta muiden opiskelijoiden tuskailu tehtäviin liittyvästä työmäärästä tai vaikeudesta saavat minut usein ajattelemaan, että olen ymmärtänyt tai tehnyt tehtävän väärin. Lisäksi usein ajattelen, että olen laiska tai pääsen muita helpommalla, koska en yleensä tarvitse yhtä paljon aikaa tai vaivannäköä opintotehtävien tekemiseen kuin muut opiskelijat." V1288

Muutamassa vastauksessa ilmeni Clancen (1985) kuvaamaa huijariajattelun kehää muistuttava toimintamalli: opiskelija joko jättää tehtävän aloittamisen viime tippaan, ja kokee sitten hyvän arvosanan saadessaan, ettei se ollut tästä syystä ansaittu tai vaihtoehtoisesti näkee sen eteen niin paljon vaivaa, että pitää itseään niitä huonompana, jotka saavat sen nopeammin valmiiksi.

“Olen ikuinen aikaoptimisti ja tehtävien aloittaminen on usein hankalaa. Näistä syistä pääsääntöisesti opintoni on suoritettu kiireellä ja viime tipassa. Koen, etten koskaan ole tehnyt parastani, vaan teen kaiken hätäisesti ja rimaa hipoen. Jos saan esim. esseestä em. tavalla toimimalla hyvän arvosanan, tunnen olevani viheliäinen huijari. En ansaitse hyviä arviointeja koska en paneudu asioihin riittävän perusteellisesti.” V539

“Teen mielestäni erittäin paljon työtä pärjätäkseni tehtävissä. Muut ovat fiksumpia ja taitavampia, joten selviävät paljon vähemmällä vaivalla.” V1521

Useissa vastauksissa toistui kokemus siitä, että korkeita arvosanoja jaetaan vastaajien alalla ja yliopistoissa liian heppoisin perustein. Jos lähes kaikki saavat tentistä kiitettävän tai erinomaisen arvosanan, ei opintojen korkea keskiarvo ehkä tunnukaan enää minkäänlaiselta saavutukselta. Yliopistossa ei ole käytössä ylioppilaskirjoitusten kaltaista, kaikki samalle viivalle asettavaa tapaa arvioida eri kouluista valmistuvien opiskelijoiden osaamisen tasoa. Siksi osa vastaajista pelkäsikin, ettei heidän todellinen osaamisensa ole linjassa heidän kiitettävien ja erinomaisten arvosanojensa kanssa. Ajatukseen siitä, vaaditaanko muissa yliopistoissa samaa alaa opiskelevilta laajempaa osaamista voi liittyä myös pelkoja siitä, paljastuuko yksilö huijariksi esimerkiksi työelämässä tai jatko-opinnoissa.

“Ajattelen myös saadessani hyvän arvosanan, että arvostelu on ollut löysä tai kaikki ovat saaneet parhaan arvosanan tms.” V2251

“Mietin usein vaikkapa, että numeroarvioinnin kriteerit ovat löyhempiä kuin muissa yliopistoissa ja sen vuoksi pärjään hyvin...” V2973

“Usein suorituksia, jotka olen tehnyt ns. vasemmalla kädellä juurikaan valmistautumatta kehutaan. Sillon mietin, onko vaatimustaso muilla kovin alhainen, jos omasta mielestäni heikkoa suoritusta kehutaan. Se ei motivoi tekemään parastaan, jos huonoakin suoritusta pidetään hyvänä.” V1328

“Sen lisäksi, että joskus mietityttää onko "menestykseni" johtunut vain siitä että on sattunut olemaan oikeassa paikassa oikeaan aikaan (esim. hakenut vuonna jolloin on ollut poikkeuksellisen vähän hakijoita, hakenut työpaikkoja kun niihin on ollut vain pari hakijaa yms), opintomenestyksen osalta epäilen, että saavutan korkeita arvosanoja vain arvosanainflaation takia. Tämän epäilyn todentamista tai vääräksi osoittamista vaikeuttaa se ettei tiedekunta/koulutusohjelma tarjoa mitään kontekstia arvosanoille, esim. kurssin arvosanajakaumaa, tai edes perusteita millä perusteella arvosanat on jaettu. Mitä arvoa on nelosilla ja vitosilla, jos kaikki muutkin saavat nelosia ja vitosia? Ja kun arvosanoja ei perustella, tuntuu että opettaja antoi hyvän arvosanan vain koska pitää minusta tms. Myös lukiossa kuvittelin aina saavani parempia arvosanoja kuin mitä ansaitsin, koska olin kiltti oppilas ja ajattelin opettajien pitävän minusta ja arvioivan minut sen vuoksi yläkanttiin. Tämä ikään kuin todistui vääräksi ylioppilaskirjoituksissa, koska arvosanani olivat samaa tasoa lukion kurssi-arvosanojen kanssa, ja kokeet arvosteltiin valtakunnallisesti tuntemattomien toimesta. Yliopistossa, varsinkaan pienillä kursseilla ei saa vastaavaa anonymiteetin tuomaa vahvistusta sille, että arvosana on oikeasti ansaittu.” V3184

Monet vastaajat kertoivat pelkäävänsä hyvän opintomenestyksensä perustuvan lähinnä tuurille. Jos hyvä arvosana johtuu opiskelijan mielestä vain siitä, että opettaja on esimerkiksi tentissä sattunut kysymään juuri sitä ainoaa asiaa, johon hän osaa vastata, ei menestys välttämättä tunnu ansaitulta. Lisäksi pelko tulevasta kasvaa koko ajan suuremmaksi, sillä eihän kenelläkään voi käydä joka kerta hyvä tuuri.

“Ajattelen myös useasti sitä, että koulumenestykseni ei ole omaa ansiotani, vaan jotenkin vain tuurilla ihan hyvin on mennyt ja jos minulta kyseltäisiin edellisistä kursseista, en osaisi vastata mihinkään ja siinä vaiheessa paljastuisin.” V2285

“Koen, että minulla on melko vahva huijarisyndrooma. Esimerkiksi tenteissä olen onnistunut usein hyvin ja sitten ajattelen, että minulla oli tuuria tenttikysymyksissä; en olisi menestynyt, jos minulta olisi kysytty jotain muuta. Ajattelen siis, että onnistuin, koska minulle osui helpot kysymykset tai satuin muuten vaan osaamaan juuri ne kysymykset, mutta oikeasti en osaa koko kurssin asioita.” V3057

“Sain kuulla huijarisyndroomasta ensimmäisen kerran Lukiolaisten lehdestä abivuonna 2020 syksyllä. En ollut aiemmin kuullutkaan ilmiöstä, mutta lukiessani artikkelia aivoissani alkoi

raksuttaa, kun tajusin monien huijarisyndroomalle tyypillisten ajatusten olevan kuin suoraan omasta ajattelustani: "sattumalta" tai "tuurilla" saatujen hyvien koetulosten tms. seurauksena olen ajatellut, että erityisesti opettajat luulevat minun olevan fiksumpi kuin olen, ja pelkään hetkeä, jolloin totuus paljastuu. Erityisesti lukiossa tulkitsin opettajien palautteet herkästi niin, että jonkin aiemman "sattumalta onnistuneen" kokeen tms. seurauksena he arvioivat myöhempääkin suorituksiani ns. vaaleanpunaisten lasien läpi eli aiemmin syntyneen skeeman perusteella niin, että arviointi todellisen tasoni töistä ei ole todenmukaista. Nyt yliopistossa tuurin merkitys on korostunut: koen että menestys tenteissä on ollut ensisijaisesti hyvää tuuria ("kysymykset nyt vain sattuiivat olemaan niistä aiheista, joita olin opiskellut") ja arvailutaitoja, ei aitoa osaamista." V394

"Kyselystä jäi mieleen erityisesti se, kuinka omat onnistumiset ja menestyminen tuntuvat usein juurikin vain sattuman kautta saavutetuilta. Joskus tuntuu kuin menestymiset koko koulu- ja opiskelu-uran aikana eivät ole laisinkaan todellinen mittari siitä omasta oppimisesta tai osaamisesta. Aivan kuin vain tuurin kaupalla onnistuu asioissa. Oma osaaminen ja kyvyt on itellä aika paljon kyseenalaistuksen alla, vaikka elämästäni löytyy useita esimerkkejä siitä, että kykenen suoriutumaan vaativammistakin tehtävistä tai töistä. Onnistumisista nouseva itsevarmuus ei säily pitkään uusien haasteiden kohtaamisen tukena. Eli jokaisen uuden urakan tai työn edessä pitää voittaa aina uudestaan ne omat epäilyt onnistumisen mahdollisuuksista." V192

Sanallinen palaute

Jos opintojaksoista saa sanallisen palautteen sijaan vain numeroarvosanan, voi olla vaikeaa ymmärtää sitä, miksi opettaja on päätenyt juuri kyseiseen arvosanaan. Osa vastaajista toivoikin numeroarvosanan lisäksi saavansa sanallista palautetta suoriutumisestaan, jotta oman osaamisensa tasosta saisi luotua konkreettisemmän kuvan.

"Erityisesti korkeakouluissa sanallisen palautteen määrä on hyvin vähäistä. Kun saa arvioksi vain numeron, jää paljon arvailujen varaan siitä, miten ja miksi tähän arviointiin on päädytty. Joskus itse olen esimerkiksi miettinyt, että onko arviointiini kirjoitettu väärä numero tms. Sanallinen palaute myös sanallistaa ja konkretisoi itselle omaa osaamista, ja auttaa luottamaan kykyihin, mikäli se on itselle vaikeaa/kärsii huijarisyndroomasta." V1433

“Olen miettinyt paljon palautteen tärkeyttä ja sitä, miten mukavaa ja kannustavaa on saada hyvää palautetta yliopisto-opinnoissa! Korkeakouluopinnoissa palautetta saa harvemmin kuin esimerkiksi lukiossa, toki pyytämällä varmasti palautettakin saisi herkemmin. Välillä palautteen saamattomuus ja pelkän numeron ilmestyminen opintorekisteriin saa epäilemään omia taitojaan. Mitä tein hyvin ansaitakseni täyden arvosanan?” V3954

“Yliopistossa taas en ole saanut ollenkaan palautetta suorituksistani. Esseet arvioidaan kirjoittamalla palautelaatikkoon vain "Hyväksytty" tai "Hylätty" ja tenttien arvosanat ovat asteikolla 1-5. Koska en ole saanut mitään henkilökohtaista palautetta, minusta tuntuu, että olen huonompi kuin muut, enkä ole edes palautteen arvoinen, vaikka olen läpäissyt kurssit tähän asti.” V2842

Jotkut vastaajista toivat ilmi jo saavansa opettajiltaan numeroarvosanojen lisäksi myös sanallista palautetta. Ongelmana nähtiin kuitenkin palautteen keskittyminen positiivisten asioiden sijaan liialti kehityskohteisiin, vaikka tehtävästä olisikin tullut hyvä arvosana. Eräs vastaaja koki, että kritiikillä hyvin pärjääviä opiskelijoita yritetään kannustaa entistäkin parempiin suorituksiin. Ristiriita hyvien arvosanojen ja kehityskohtia korostavan palautteen välillä voi kuitenkin vahvistaa entisestään huijarisyndroomaa kokemusta omasta huijariudesta.

”Yliopisto-opinnoissa kannustaminen on turhan vähäistä. Yleensä kurssilta saatava palaute omasta työskentelystä perustuu pelkästään puutteisiin tai mitä voisi parantaa, vaikka suoritus olisi arvioitu parhaalla arvosanalla. Käsitys omasta osaamisesta perustuu siksi vain siihen mitä ei vielä osaa, oman osaamisen hahmottaminen on todella hataraa. Varsinkin ns. hyvät ja tunnolliset oppilaat saavat harvoin kannustusta, mistään, varmasti oletetaan ettei sitä tarvita.” V339

“Olen kokenut yliopistoilmapiirin humanistisissa aineissa hyvin tulostavoitteelliseksi ja toisinaan kilpailuhenkiseksi. Tukea ja kannustusta saa hyvin vähän, kritiikkiä pienistäkin asioista paljon. Hyviä opiskelijoita ruoskitaan helposti vielä parempaan kritiikillä.” V1294

Toisaalta osa vastaajista toi esiin myöskin sen, kuinka opettajilta ja opiskelutovereilta saadut kehuvoimat voivat tuntua kiusallisilta. Vaikeus ottaa vastaan kehuja onkin yksi Clancen (1985) määritelmän mukaisista huijarisyndrooman ominaispiirteistä. Kiusallisuuden lisäksi kehujen

saaminen voi aiheuttaa huijarisyndroomaa kokeville myös paineita onnistumisesta jatkossa, sillä he eivät halua tuottaa kehuja antaneelle taholle pettymystä. Eräs vastaaja mainitsi, että vaikka hän itse voisikin tyytyä välillä hieman huonompiinkin arvosanoihin, kokisi hän tuottavansa opettajilleen pettymyksen jos hän saisikin jostain aiempaa huonomman arvosanan. Tällaisessa ajattelutavassa ilmenee myös toinen Clancen (1985) määrittelemistä huijarisyndrooman ominaispiirteistä: pelko kyvyttömyydestä toistaa aiempia onnistumisia.

”Kandiseminaarissa opiskelijakollegani antoivat työstäni loistavaa palautetta, mutta halusin vajota maan alle. Itse koin, että rustasin vaan kandini jotenkin kasaan, odotin juuri ja juuri läpäiseväni, mutta opettajani oli jo antamassa minulle arvosanaa 6, vaikka korkein mahdollinen on 5.” V1246

“Kehut ahdistavat, koska ne asettavat riman tuleville suorituksille. Jos on kerran onnistunut jossain, siinä pitää onnistua aina jatkossakin, tai muuten aiheuttaa pettymyksen muille. Ja pettymyksiä ei saa aiheuttaa. Luulen aiheuttavani pettymyksen esimerkiksi opettajalle, jos olen saanut edellisestä kurssista vitosen ja seuraavasta saman opettajan kurssista saankin vain nelosen. Itse olisin ihan tyytyväinen siihen neloseenkin (välillä jopa huonompaankin arvosanaan), mutta eniten pelkään nimenomaan sitä että joku muu pettyy minuun.” V1257

5.3.3 Etäopiskelu

Tämän tutkimuksen aineistona toiminut kysely on toteutettu keväällä ja kesällä 2022, jolloin suuri osa yliopisto-opinnoista on vielä koronapandemian vuoksi järjestetty etäopetuksena. Noin 46 % eli lähes puolet kyselyyn vastanneista opiskelijoista on aloittanut yliopisto-opintonsa koronapandemian aikana eli vuosina 2020–2022, joten voi olla, ettei heillä ole vastaushetkellä ollut vielä lähes ollenkaan kokemusta yliopiston järjestämistä lähiopinnoista. 18 vastaajaa nostikin juuri etäopetuksen yhdeksi mahdolliseksi syyksi kokemalleen huijarisyndroomalle. Tämä yläluokka jaettiin vielä kolmeen alaluokkaan, jotka ovat etätentit, pelko lähityöskentelyyn siirtymisestä sekä eristyisyys.

Etätentit

Etänä suoritettavien tenttien myötä opiskelijat ovat voineet hyödyntää oppimateriaaleja tenttitilanteissa. Vaikka materiaalien käyttö on ollut täysin sallittua, on se luonut monelle opiskelijalle sellaisen olon, etteivät he ole oikeasti ansainneet saamiaan kiitettäviä tai

erinomaisia arvosanoja. Ansaitsemattomuuden tunteiden takana on muun muassa se, että etänä tehdyt tentit ovat opiskelijoista tuntuneet liian helpoilta, eikä niihin valmistautumiseen ole välttämättä tarvinnut nähdä kovin paljon vaivaa, sillä asioita ei ole tarvinnut opetella muistamaan ulkoa.

“Myös etäaika ja etätentit ovat voimistaneet huijarisyndroomaa, sillä materiaalien käyttö etätenttien aikana on aiheuttanut olon, ettei osaa mitään ilman materiaaleista tarkistamista.”

V2583

“Kokemukseen siitä ettei osaa vaikuttaa varmasti se, että aloitti opinnot koronan aikana ja etäopetuksessa. Etätenteissä on helpompi saada hyviä arvosanoja kuin lähitentissä ja sen takia tuntuu, etten ole ansainnut saamiani arvosanoja.” V3238

“Mielestäni korona-aika on entisestään nostanut epäilyksiä omia taitoja kohtaan. Verkossa suoritettavat tentit ovat mahdollistaneet erilaisen tavan hyödyntää tietoa tenteissä, mikä on korreloitunut arvosanoihin. Siitä on jäänyt itselleni ajatus, että osasinko ollenkaan näitä asioita. Olin vain tarpeeksi etevä soveltamaan tietoa, mitä minulla oli käsieni ulottivilla tenttiä tehdessä.” V4236

Pelko lähityöskentelyyn siirtymisestä

Useat vastaajat uskoivat, että heidän etäopinnoista saamansa kiitettävät tai erinomaiset arvosanat tulevat laskemaan takaisin lähiopetukseen siirryttäessä tai että heidän asiantuntijuutensa ei ole etäopiskelun myötä päässyt kehittymään työelämässä vaaditulle tasolle. Näin ollen tulevaisuus pelottikin useita vastaajia. Vastaajien pelot tulevaisuuteen liittyen muistuttavat huijarisyndroomalle Clancen (1985) mukaan tyypillisiä pelkoja epäonnistumisesta ja kyvyttömyydestä toistaa aiempia onnistumisia sekä niihin liittyvää huijariksi paljastumisen pelkoa. Vastaajista tuntui, että lähiopetukseen tai työelämään siirryttäessä muillekin selviää se minkä he jo itse tajusivat, eli että he eivät oikeasti osaa mitään, eivätkä ole siten ansainneet omia saavutuksiaan.

“Etäopiskeluiden ja etätenttien vuoksi tuntuu välillä, että en ole oppinut kurssin sisältöä tarpeeksi kattavasti ja että olen menestynyt tenteissä vain, koska tentissä on saanut käyttää kurssimateriaaleja. Pelkään, että osaamiseni ei ole tarpeeksi vahvaa ja että en muista asioita kun lähiopetus alkaa tai kun joskus pyrin työharjoitteluun tai töihin.” V1242

“Itse koen, että koronapandemia ja etäopiskelu on mahdollistanut yliopistoon pääsemisen ja kurssien läpäisyyn aivan liian pienellä vaivalla ja että en ansaitse mitään kunniaa arvosanoistani. Pelkään lähiopetusta koska en osaa mitään.” V1848

“Keskiarvo tällä hetkellä on 4.45, ja sain juuri kandistani arvosanan 5. En kuitenkaan osaa uskoa että nämä mitenkään kuvastavat taitojani. Yli kahden vuoden etäopiskelulla on tässä suuri merkitys, ja tuntuu että kaikki luettu on pelkästään omassa päässäni eikä ole todellista taitoa tai tietoa. Valmistuminen ja työelämään pääseminen jännittää kovasti, enkö esim. tällä hetkellä uskalla ottaa vastaan sijaisuuksia...” V2970

Eräs vastaaja toi esiin, että vaikka osa tenteistä on jo vastaushetkellä järjestetty lähitoteutuksina, eivätkä hänen arvosanansa ole silti lähteneet laskuun, uskoo hän yhä näin jossain vaiheessa käyvän. Huijarisyndroomalle onkin tyypillistä omien onnistumisten huomiotta jättäminen ja ainoastaan epäonnistumisiin keskittyminen (Ekman 2017, 10).

“Korona-ajan fuksina ajattelen monesti hyvien arvosanojen johtuvan siitä, että tenteissä saa usein käyttää materiaaleja apuna. Uskon vahvasti, että kun tentit järjestetään taas kampuksella, arvosanani laskevat, vaikka vielä ei niin ei ole vielä käynyt siitäkään huolimatta, että olen tehnyt tenttejä EXAM:issa ja luentosalissa.” V2005

Eristyneisyys

Cohen ja McConnell (2019, 467) totesivat eristyneisyyden tunteiden olevan yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen, ja tämä havainto sai tukea myös tämän tutkimuksen aineistosta. Etäopiskelun myötä opiskelijat ovat osallistuneet opintoihin lähinnä omista kodeistaan toisiaan tapaamatta. Tämä voi johtaa tunteeseen siitä, että kaikki muut osaavat kurssisisällöt täydellisesti, ja näin omat pienetkin epäonnistumiset tuntuvat hyvin suurilta. Kun omaa pärjäämistään ei voi verrata samassa tilanteessa oleviin, tulee sitä helposti verrattua esimerkiksi potentiaalisten työnantajien työpaikkailmoituksissa kuvailemiin ihannekandidaatteihin tai omiin aiempiin huippuonnistumisiin, ja näin kiitettävätkin suoritukset voivat alkaa tuntua epäonnistumisilta.

“Nykyistä tutkintoa suorittaessani, olen tavannut ainoastaan yhden toisen opiskelijan (joka sattumalta on ollut jo lukioystäväni). Muita opiskelijoita tai opettajia en ole tavannut tai

käynyt kertaakaan kampuksella tai muissa yliopiston tiloissa paikan päällä. Kaikki kurssit tenttejä myöten on siis tapahtunut etänä. Tämä on johtanut tilanteeseen, jossa vertailukohtaa toisten opiskelijoiden osaamiseen tai menestykseen ei juurikaan ole. Yhtä nelosta lukuunottamatta olen saanut kaikista kursseista vitosen. Koska arvosanat on töitä tekemällä tulleet melko helposti, olen alkanut uskomaan että muut suoriutuvat opinnoista yhtä hyvin. Vertailukohtien puuttuessa, "kilpailen" tai vertaan omaa osaamistani itseeni. Käytännössä muut arvosanat kuin 5 tuntuvat alisuoriutumiselta, koska oletan muiden siis menestyvän täydellisesti." V4025

"Erityisesti etäaikana koen irtaantuneeni siitä, mikä on realistinen osaamisen taso. Työpaikkailmoitukset tuntuvat vaativan usean tutkinnon osaamista/harrastuneisuutta. Myöskin tieteellisissä julkaisuissa on varmaankin taustalla eri erikoistumisen osaajia, mutta en tiedä paljonko yksittäisen ihmisen tulisi osata. Myöskin ihmiset pyrkivät välittämään itsestään pääosin parhaan kuvan, jolloin vain onnistumiset korostuvat. Paljonko minun pitäisi siis tietää, että olen "asiantuntija"? Kuinka paljon työkaverini ymmärtävät. Koen myös että tarvin työssäni ohjelmointitaitoja, tilastomatematiikkaa, sovellettua fysiikkaa ja omaa tekniikan alaani, mutta onko tämä osaaminen jaettu monen työntekijän kesken vai tuleeko minun hallita ne kaikki? Hallitsevatko kollegani nämä kaikki? Ongelma varmaankin ratkeaa ajan ja läsnätyöskentelyn myötä." V4770

5.3.4 Tulevaisuuden vaatimukset

23 vastaajaa pohti huijarisyndroomansa liittyvän menneisyyden tai nykyhetken sijaan enemmänkin pelkoon tai epätietoisuuteen siitä, minkälaisia vaatimuksia ja odotuksia heihin tulee tulevaisuudessa kohdistumaan. Tämä yläluokka jaettiin kahteen alaluokkaan, jotka ovat tulevat opinnot sekä työelämään siirtyminen.

Tulevat opinnot

Muutammat vastaajat kertoivat, että vaikka he tiedostavat tähän asti pärjänneensä opinnoissaan hyvin, pelkäävät he että jossain vaiheessa opinnot muuttuvat niin vaikeiksi, etteivät he enää pärjääkään. Tällainen ajattelutapa ei rajoittunut vain opintojensa alussa oleviin opiskelijoihin, vaan jopa aivan opintojensa loppumetreillä olevat pelkäsivät vielä kohtaavansa jotain niin ylitsepääsemättömän vaikeaa, etteivät he valmistukaan.

Eräs vastaajista kertoi opintojensa edenneen normaalia hitaammin huijarisyndroomalle tyypillisen huijariajattelun kehän (Clance 1985) mukaisen toiminnan vuoksi: pelko epäonnistumisesta saa hänet tekemään valtavasti töitä suoritustensa eteen, ja kun arvosanat sitten ovat hyviä, eivät ne tunnu ansaituilta, sillä ne johtuvat hänen mielestään tiedon ja taidon sijaan juuri valtavasta panostuksesta. Huijariajattelun kehästä irrottautuminen voi olla hyvin hankalaa, sillä mitä pidempään henkilö on kiertänyt sitä ympäri, sitä enemmän hän pelkää siitä irrottautumisen johtavan epäonnistumiseen (Sakulku & Alexander 2011, 79). Niinpä onkin ymmärrettävää, että pelko opintojen käymisestä liian haastaviksi seuraa joitain opiskelijoita aivan valmistumiseen asti, vaikka ulkopuolisen silmin vaikuttaisikin siltä, että he pärjäisivät opinnoissaan hyvin.

“Pelkään että minulle valkenee ensimmäisen opiskeluvuoden olleen ihan lasten leikkiä, ja toisena vuonna todellisuus tulee vastaan ja arvosanat romahtavat.” V338

“Minulla on ollut koko opintojen ajan tunne et jossain vaiheessa nousee seinä vastaan ja tulee joku kurssi tai muu tehtävä jota en kerta kaikkiaan osaa tehdä. Vielä nytkin kun gradu on palautettu ja jäljellä on en muutama hajatentti en ole lainkaan vakuuttunut että tulen valmistumaan.” V4986

“Omaan osaamiseen suhtautuu, kuin se olisi kokoajan vaakalaudalla ja voisi ikäänkuin hävitä minä hetkenä hyvänsä. Onnistunut tentti tai essee ei tarkoita seuraavan tentin tai esseeseen kohdalla mitään, sillä aina on uusi mahdollisuus epäonnistua täydellisesti ja tulla mahdollisen tyhmyytensä kanssa "paljastetuksi". Hetken onnistuneen tentin tmv. jälkeen saattaa ajatella, että muista tämä onnistuminen seuraavan kerran kun epäröit itseäsi. Silti se on todella hankalaa kun tätä onnistumisen tunnetta yrittää palautella mieliin. Itselläni opinnot ovat edenneet normaalia huomattavasti hitaammin ja luulen yhden syyn siihen olevan juuri tämä huijarisyndrooma. Pelkään tentin reputtamista tai huonoja arvosanoja niin paljon, että teen valtavasti töitä ja sitten saan "vahingossa" hyviä arvosanoja.” V3959

Työelämään siirtyminen

Tulevia opintoja useammin aineistossa toistui pelko työelämään siirtymisen mukanaan tuomista vaatimuksista. Monet vastaajista kertoivat tiedostavansa pärjäävänsä opinnoissaan hyvin, mutta pelkäävänsä silti työelämään siirtyessään paljastuvansa osaamattomiksi huijareiksi. Useissa vastauksissa korostui näkemys siitä, että yliopistossa opiskellaan teoriassa sellaisia asioita, jotka pitäisi työelämässä osata tehdä käytännössä, ja pelko siitä, ettei tämä

tule onnistumaan. Joissain tapauksissa tämä pelko voi johtaa siihen, ettei opintojen valmistuttua uskalleta lainkaan hakeutua osaksi oman alan työelämää.

“Eniten ehkä pelottaa se, että vaikka opinnoissa on menestynyt arvosanojen mukaan hyvin ja saanut suoritukset tehtyä ajallaan, niin sitten työelämässä totuus paljastuu enkä osaakaan mitään.” V560

“Huijaritunteeseen liittyy itselleni vahvasti tunne, että vaikka teoriassa osaa (onnistuu esitentissä), niin käytännössä varmaankaan ei. Ja esimerkiksi kesätyötä aloittaessa on usein jatkuva pelko siitä, että minusta ei pidetä tai minua pidetään selän takana huonona työntekijänä antamatta suoraa palautetta.” V2104

“Minulla on yhdet maisterin paperit, joilla en ole koskaan tehnyt mitään, ja kohta ehkä kandidin paperit, joilla en niilläkään tee mitään, koska en ole oppinut tulevassa työssäni tarvittavia asioita. Töihin hakeutuminen ahdistaa, koska silloin viimeistään paljastuu, että olen oikeasti täysin epäpätevä.” V1408

Suurin osa sekä alemman että ylemmän korkeakoulututkinno sisältävistä yliopistotutkinnoista on suunniteltu suoritettavaksi viiden lukuvuoden aikana. Osa vastaajista pelkäsikin ehtivänsä ennen oman alan töihin siirtymistä jo unohtaa osan opintojensa aikana läpikäydyistä asioista. Osa yliopistossa opittavista asioista on sellaisia, joihin ei enää palata opintojen myöhemmissä vaiheissa, ja etenkin jos ne on opetellut vain tenttiä silmällä pitäen, voi ajatus siitä, että tietoa tarvitsisikin joskus omassa työssään tuntua pelottavalta.

“Yliopisto-opintojeni suhteen olen huolissani siitä, etten muista ja hallitse enää opintojen aikana oppimiani asioita siinä vaiheessa kun pääsen työelämään. On tietysti luonnollista, että opiskeluvuosien varrella omaksutut asiat unohtuvat jos niitä ei säännöllisesti kertaakaan, ja niin käy väistämättä jossain määrin kaikille opiskelijoille. Ajatus tuntuu silti ahdistavalta ja saa minut suhtautumaan epäillen siihen, olenko lopulta saavuttanut opintojeni kautta riittävää oman alan asiantuntijuutta.” V2300

“Teen paljon töitä sen eteen, että menestyn opinnoissa. Olen aina kokenut, että opiskelutapani on hyvin tehokas sen suhteen, että saisin hyviä arvosanoja, mutta en tiedä, onko opinnoista nyt varsinaisesti jäänyt mitään päähän. En pidä itseäni kovinkaan

kirjaviisaana, mutta on minulla monenlaista älykkyyttä. Ei mitenkään poikkeuksellisesti, mutta sen verran, että pärjään elämässä ja ihmisten kanssa. Akateemisesti kuitenkin osaamiseni juuri omasta opiskelualastani ei ole ehkä sillä tasolla kuin toivoisin sen olevan. Opiskeluaikana etsin itseäni ja mielenkiinnonkohteitani ja nyt kun opinnot pian loppuvat, tuntuu, etten ole oppinut tarpeeksi. En ole syventynyt tiettyihin itseä kiinnostaviin aloihin tarpeeksi enkä tiedä tarpeeksi. Olen huono asiantuntija enkä tiedä, tulenko koskaan saamaan "oman alan töitä", sillä en osaa markkinoida osaamistani. Tiedän vähän sieltä täältä, mutta minua ei voi palkata asian X asiantuntijaksi, koska en ole perehtynyt siihen.” V2885

5.3.5 Yksilön ominaisuudet

Yhteensä 34 vastaajaa toi ilmi omaavansa sellaisia yksilöllisiä ominaisuuksia, jotka ovat mahdollisesti altistaneet heidät huijarisyndroomalle. Tämä yläluokka jaettiin kolmeen alaluokkaan, jotka ovat luonteenpiirteet, diagnosoitavissa olevat tilat sekä luokkatausta.

Luonteenpiirteet

Monet vastaajat kertoivat olevansa luonteeltaan perfektionisteja, ja perfektionismin onkin useissa tutkimuksissa todettu olevan yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen (esim. Dudău 2014; Pannhausen, Klug & Rohrmann 2022). Yksi Clancen (1985) määrittelemistä huijarisyndrooman ominaispiirteistä onkin supersankariajattelu, jota Sakulku ja Alexander (2011, 77) pitävät yhtenä perfektionismin esiintymismuotona.

Toinen huijarisyndroomalle mahdollisesti altistava luonteenpiirre, joka aineistossa nousi esiin oli kilpailuhenkisyys. Kilpailuhenkisyys muistuttaakin toista Clancen (1985) määrittelemää huijarisyndrooman ominaispiirrettä, tarvetta olla erityisen hyvä tai paras kaikessa.

Supersankariajatusten sekä tarpeen olla erityisen hyvä tai paras kaikessa lisäksi sekä perfektionisteiksi että kilpailuhenkisiksi tunnustautuneiden opiskelijoiden vastauksissa oli havaittavissa myös kolmas Clancen (1985) määritelmän mukainen huijarisyndrooman ominaispiirre, pelko epäonnistumisesta.

“Olen luonteeltani perfektionisti ja teen asiat niin hyvin kuin osaan. Usein se kuitenkin tuntuu ettei se siltikään ole riittävän hyvä. Esimerkiksi esseiden ja muiden kirjallisten töiden hiomiseen käytän todella paljon aikaa, koska pyrin täydellisyyteen. Jos mielessäni on jokin

kuva millainen täydellinen on, en voi jättää työtä arvioitavaksi ennen kuin se vastaa tätä kuvaa.” V1646

“Minua pelottaa epäonnistuminen todella paljon ja olen perfektionisti. Tunnen epäonnistuneeni jos teen pieniäkin virheitä. Valitsen itselleni mielellään niin helppoja tehtäviä, että olen varma onnistumisestani. Vaikeiden tehtävien edessä olen alkuun aina varma, että en osaa. Tiedän jotenkin alitajuisesti, että osaan, mutta minua pelottaa epäonnistuminen silti. Epäonnistumiseksi lasken myös sellaiset tulokset, jotka eivät ole kiitettäviä.” V3946

“Olen myös erittäin kilpailuhenkinen, mikä saa minut vertaamaan itseäni usein muihin, ja tämäkin asettaa suurta painetta opintojen suorittamiseen. Odotan myös itse itseltäni paljon, mielestäni omien kykyjeni puitteissa, mutta minulle ovat usein muut sanoneet, että välillä voisi näistä odotuksista myös höllätä. Paineet ja odotukset ajoivat minut masennukseen yliopisto-opintojen aivan alkuvuosina ja palaudun siitä edelleen. Olin opintoihin liittyen pahimmillaan tilanteessa, jossa suorastaan pelkäsin lamaantumiseen asti suorittamista epäonnistumisen pelossa, vaikka olen aina lopulta suoriutunut opinnoista hyvin arvosanoin. Vaikka olen päässyt myöhemmin pikku hiljaa opintojen suorittamisen kantaan kiinni, nämä samat ajatukset elävät edelleen mielessä, vaikka joka kerta suoriudun jopa erinomaisesti opinnoistani.” V1299

Diagnosoitavissa olevat tilat

Muutammat vastaajat kertoivat, että heillä on jo diagnosoitu tai heillä ainakin epäillään jotain sellaista diagnosoitavissa olevaa tilaa, jonka he uskovat ainakin osittain vaikuttaneen kokemansa huijarisyndrooman kehittymiseen. Eniten mainintoja aineistossa keräsi aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö ADHD, jolle on tyypillistä esimerkiksi psyykkistä ponnistelua vaativien tehtävien välttely (ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö): Käypä hoito -suositus 2019). Opintoihin liittyvien tehtävien välttely johtaa helposti lopulta joko niiden keskenjättämiseen tai huijariajattelun kehän kaltaiseen toimintaan, joka taas voi aiheuttaa tunteen siitä, etteivät hyvät arvosanat ole oikeasti ansaittuja (Clance 1985). Näin kokemus itsestä huijarina kasvaa koko ajan voimakkaammaksi. Toisaalta pitkään diagnosoimatta ollut ADHD on voinut myös vaikuttaa negatiivisesti opiskelijan akateemiseen itsetuntoon alemmilla koulutusasteilla, ja tästä syystä yliopistossa saavutetut kiitettävät ja erinomaiset arvosanat tuntuvat niin uskomattomilta, etteivät ne siitä syystä tunnu ansaituilta.

“Mahdollinen ADHD (tutkimukset kesken); keskittymisvaikeuksia ja aloittamisen vaikeuksia, joista seurannut opinnoissa välttelyn ja kiirehtimisen kierre. Kaikki opintojaksot tehty viime tingassa, kuten kandidutkielma, jonka kirjoitin viikossa. Silti aina arvosanat 4 tai 5 ja tunnen saaneeni tutkinnon huijaamalla. Saman kierteen takia gradun kirjoittamiseen mennyt kohta 4 vuotta (koska sitä ei voikaan tehdä yhdeltä istumalta), ja varsinkin nyt tunnen itseni tyhmemmäksi kuin muut.” V1279

“Sain lukioikäisenä ADHD-diagnoosin ja uskon täydellisyden tavoittelun ja epäuskon omiin kykyihin liittyvän ADHD:seen. Peruskoulussa pärjäsin hyvin (keskiarvo yli 8 mutta aina alle 9) lukemalla keskittymisvaikeuksista johtuen vähän. Yläasteella puhuttiin paljon siitä, miten lukiossa monella keskiarvo laskee, joten lukiossa (ja saatuani diagnoosini ja lääkityksen) hyvän keskiarvon ylläpitämisestä tuli minulle hyvin tärkeää. Ennen diagnoosiani olin verrannut itseäni paljon luokkakavereihini, joiden arvosanat olivat parempia, enkä ollut ymmärtänyt syytä omiin vaikeuksiini pysyä heidän tahdissaan. Lukiossa osa itsetunnostani oli luultavasti tästä syystä jo yhteydessä arvosanoihin, ja kurssien suorittamisesta hyvällä menestyksellä tuli minulle erityisen tärkeää. Samalla epäonnistumisen pelkoni kasvoi. En koskaan osaa arvioida omaa suoritustani, vaan tarvitsen palautteen opettajalta tietääkseni, riittivätkö tietoni. Tenttien jälkeen häpeän vastauksiani, vaikka muutaman päivän päästä saan tietää kurssiarvosanan olevan 5 tai 4. Koen kärsiväni huijarisyndroomasta siinä mielessä, etten usko omien tietojeni riittävän, ja hyvät arvosanat ovat minulle aina yllätys, tuntuvat tuurilta tai joltain, mitä en ole voinut ansaita.” V563

ADHD:n lisäksi esimerkiksi erilaiset oppimisvaikeudet, nykyään osaksi autismin kirjoa luettava Aspergerin oireyhtymä sekä uupumus saivat aineistossa yksittäisiä mainintoja. Tällaiset tilat voivat tehdä opiskelusta hyvin haastavaa, ja näin niitä kokevat opiskelijat voivat tuntea olevansa tietynlaisia altavastaaajia. Jos opinnot sitten esimerkiksi viivästyvät tai tentti vaatii useamman yrityksen, voivat kovalla työllä ansaitut korkeat arvosanat tuntua huijaukselta.

“Tämän lisäksi oma pitkään diagnosoimaton ADHD, oppimisvaikeudet ja lukihäiriö ovat aiheuttaneet minussa jatkuvaa epäilyä tekemistäni kohtaan - liian monesti olen ymmärtänyt asioita väärin, unohdan ne tai ylipäätään olen joutunut näkemään aivan valtavasti vaivaa pystyäkseeni edes puoleen siitä, mihin luokkatoverini (ja kuitenkin olin aina ollut "lahjakas"

oppilas, joten arvosanojeni heikkeneminen nähtiin automaattisesti laiskuutena). Tuntuu, että olen automaattisesti huonompi kuin muut, koska muille helpot asiat vaativat minulta valtavia ponnisteluja.” V2937

“Kandisaattiseminaarin aikaan kirjoitin päiväkirjaani jotakuinkin seuraavasti: "Kirjoitan kandia. Minusta tuntuu kuin olisin päiväkotikäinen lapsi, joka on pistetty tekemään väitöskirjaa. Enhän minä osaa edes kirjoittaa." Sain kandista arvosanaksi kirkkaan vitosen. Se oli pituudeltaan ja laadultaan gradun tasoa. Kandikevään jälkeen olin niin uupunut, että jouduin kolmeksi kuukaudeksi sairauslomalle. Olen aina ollut kympin tyttö. Minulla on myös asperger ja opiskelutapaani voisi kuvailla sanoilla "laatu ennen määrää". En pysty suorittamaan opintojani esimerkiksi Kelan vaatimassa tahdissa.“ V2980

“Uskon, että myös väsymys/uupumus ja vastoinkäymiset vaikuttavat siihen, ettei oikein usko onnistuvansa kaikissa suorituksissa. Pelkäsin etukäteen, etten ikinä pääse tilastotieteen peruskursseista läpi ja suoriuduin niistä kuitenkin eka kerralla läpi.” V2385

Luokkatausta

Vanttaja, Nori ja Kinnari (2024) totesivat huijarisyndrooman olevan erityisen yleistä vähävaraisissa ja työväenluokkaan kuuluvissa perheissä kasvaneiden yliopisto-opiskelijoiden keskuudessa, ja luokkatausta nousi esiin myös tämän tutkimuksen aineistossa. Useat vastaajat kertoivat olevansa sukunsa ensimmäisiä yliopistossa opiskelleita, ja kokevansa siksi suorituspaineita. He ovat tehneet jotain sellaista, mitä kukaan muu heidän suvussaan ei ole vielä aiemmin tehnyt, joten he pelkäävät tuottavansa muille pettymyksen, jos he eivät pärjääkään opinnoissaan heihin kohdistuvien odotusten tasoisesti. Tällaiset paineet johtavat helposti huijarisyndroomalle Clancen (1985) mukaan tyypillisille peloille epäonnistumisesta sekä aiempien onnistumisten toistamisesta.

“Tulen perheestä jossa on useampi lapsi. Olen ainoa perhestäni, joka on suorittanut ylioppilastutkinnon. Äitini kyllä suoritti ylioppilastutkinnon aikanaan, mutta ilmeisesti juuri ja juuri. Äitini kävi ammattitutkinnon lukion jälkeen. Koen, että perheen ainoana ja ensimmäisenä lukion käyneenä ja korkeakouluun päässeenä koen suorituspaineita. Tavallaan koska olen päässyt tähän pisteeseen niin minun on pakko suoriutua hyvin. Vertaan paljon itseäni muihin ja vähättelen menestystäni. Tuntuu etten ole oikeastaan ansainnut nykyistä menestystäni, vaikka minulla meneekin opinnoissa todella hyvin.” V892

Monet työläisperheissä kasvaneet toivat vastauksissaan ilmi tuntevansa olonsa toisinaan ulkopuoliseksi akateemisessa ympäristössä. Vaikka osa tällaisista vastaajista kertoikin perheenjäsentensä kannustaneen heitä kouluttautumaan, eivät he välttämättä oman työläistaustansa vuoksi täysin ymmärrä millaista yliopistossa opiskeleminen on. Siksi opiskelijat voivat kokea, etteivät he pysty kaikessa opintoihinsa liittyvässä tukeutumaan perheeseensä. Toisaalta he eivät myöskään välttämättä pysty täysin tukeutumaan muihin opiskelijoihin, sillä he eivät tunne kuuluvansa yliopistoyhteisöön yhtä vahvasti kuin sellaiset opiskelijat, jotka ovat jo lapsesta asti kasvaneet akateemisessa ympäristössä. Ulkopuolisuuden tunteet voivat voimistaa tunteita omasta huijariudesta, ja saada opiskelijan epäilemään pärjäämistään sekä opinnoissa että tulevaisuuden työelämässä saavuttamistaan korkeista arvosanoista huolimatta.

“Olen tunnistanut vahvasti oman huijarisyndroomani. Olen pohtinut, voisiko se johtuu siitä, että olen perheeni ensimmäinen ja ainoa akateemisesti kouluttautunut. Kotona on aina kannustettu opiskelemaan ja tuettu sitä niin paljon, kuin vanhemmat ovat osanneet, mutta tämä osaaminen alkoi yläasteen jälkeen loppua. Isä on aina kannustanut kouluttautumaan siten, että ei tarvitse koskaan tehdä sellaista työtä, johon ei ole mukava mennä, vaan että saisi itse päättää, millaista työtä haluaa tehdä.” V1368

“Jostain syystä perheeni ja sukuni ei korosta korkeasti kouluttautumista tai muutenkaan ajattele koulun käynnin olevan mitenkään oleellista. Enemmänkin korostuu työnteko. Silti olen lapsesta saakka ollut sitä mieltä, että minun on käytävä lukio ja yliopisto. En ole edes miettinyt muita vaihtoehtoja. Pärjään erinomaisesti opinnoissa, mutta silti minusta tuntuu, että en kuulu yliopistoon tai ettei minulla ole kykyjä selviytyä esim. työelämässä.” V2878

“Vanhempani ovat kannustaneet minua kovasti opinnoissani, mutta etenkin aloitettuani kaksoistutkinnon he muistuttavat minua usein siitä, että mikäli en halua tai pysty voin kyllä lopettaa. Myöhemmin, kun minä ja siskoni pääsimme yliopistoon jopa vaivattomasti sisään, heidän ajatuksensa ovat muuttuneet. Nykyään he kertovat joka kerta nähdessämme, kuinka ylepeitä ovat meistä. Luulen tämän johtuvan siitä, että olemme lähisukumme ainoat ylioppilaat ja yliopistossa opiskelevat. Nykyään heidänkin tietämys on alkanut kasvamaan ja he arvostavat koulutusta enemmän. Isäni muistaa usein sanoa meille, että: "Käykäähän työt koulut huolella, että saatte paremman koulutuksen, kuin me". Huomaan olevani kuin kahden

kuilun välissä. Koen vahvaa yhteyttä kouluttautumattomiin vanhempiini, mutta en voi jakaa heidän kanssaan asioita, joita voin jakaa esimerkiksi akateemisesti kouluttautuneen siskoni kanssa.” V1530

6 Tutkielman eettisyys ja luotettavuus

Tämän pro gradu -tutkielman tekemisessä noudatettiin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan Hyvää tieteellistä käytäntöä (Keiski, ym. 2023). Tutkielman aineistona toimineen kyselyn vastausten käytöstä sovittiin niiden haltijoiden kanssa sekä suullisesti että kirjallisesti. Aineistoa käsiteltiin ja säilytettiin koko prosessin ajan tietoturvallisesti. Tulokset sekä kuvaukset siitä, miten niihin päädyttiin, raportoitiin vääristelemättä ja niin, etteivät yksittäiset vastaajat ole niistä tunnistettavissa. Käytettyihin lähteisiin viitattiin asianmukaisella tavalla.

Tutkielman aineistona hyödynnettiin valmista, keväällä 2022 kerättyä kyselyaineistoa. Sen poikkeuksellisen suuri vastaajamäärä ($n = 4994$) tukee tutkielman luotettavuutta. Koska kyselyä ei kuitenkaan ollut suunniteltu tätä tutkielmaa silmällä pitäen, oli siinä muutamia sellaisia tekijöitä, jotka eivät palvelleet tutkielman tarkoitusta parhaalla mahdollisella tavalla. Opiskelijan suorittamien opintopisteiden määrää selvitettiin avoimella kysymyksellä ”Kuinka monta opintopistettä olet tähän mennessä suorittanut?”. Kysymyksen asettelussa ei kuitenkaan tarkennettu tulisiko vastaajien laskea mukaan myös sellaiset opintopisteet, jotka he ovat suorittaneet nykyisen tutkintonsa ulkopuolella. Muutaman vastaajan muista vastauksista ilmeni, että he ovat laskeneet mukaan myös aiempiin tutkintoihinsa kuuluvia opintoja, ja heidät jätettiin opintojen etenemisen tahtia tarkastellessa analyysin ulkopuolelle, mutta on mahdollista, että osa tällaisista tapauksista jäi huomaamatta. Lisäksi on todennäköistä, että osalla vastaajista suoritettujen opintopisteiden määrässä oli mukana myös esimerkiksi avoimessa yliopistossa suoritettuja opintoja, jotka on myöhemmin hyväksiluettu osaksi sitä tutkintoa, jonka aloitusvuoden perusteella heidän opintojensa etenemisen keskimääräinen tahti laskettiin.

Koska kysely lähetettiin opiskelijoille touko-kesäkuussa 2022, oli suurin osa vastaajista luultavasti tuolloin ja saanut opintopisteet keväällä 2022 suorittamistaan opintojaksoista. On kuitenkin mahdollista, että jotkut vastaajat jättivät laskematta mukaan sellaisia opintojaksoja, jotka he olivat vastaushetkellä jo suorittaneet, mutta joita ei ollut vielä ehditty arvioimaan. Osa vastaajista suoritti luultavasti myös kesällä 2022 opintoja, joita ei tässä analyysissä laskettu mukaan heidän opintojensa etenemisen lukuvuosittaiseen keskiarvoon. Suuren vastaajamäärän vuoksi voidaan olettaa, etteivät edellä mainittujen kaltaiset yksittäistapaukset ole juurikaan vääristäneet saatuja tuloksia.

Opintojen aloitusajankohtaa oli kyselyssä selvitetty kysymyksellä ”Minä vuonna aloitit nykyisessä (pääasiallisessa) koulutusohjelmassasi?”. Aloitusvuodekseen vuoden 2022 ilmoittaneet jätettiin opintojen etenemisen tahtia tarkastelleen analyysin ulkopuolelle, sillä heidän tiedettiin aloittaneensa opintonsa vasta alkuvuodesta eli olleensa opiskelijoita vasta yhden lukukauden ajan. On kuitenkin hyvä ottaa huomioon, että myös muina vuosina opintonsa aloittaneiden joukossa voi olla sellaisia opiskelijoita, joiden opinnot ovat syksyn sijaan alkaneet talvella. Tällaisissa tapauksissa opintojen etenemistahdille laskettu lukuvuosittainen keskiarvo ei vastaa todellisuutta. Tarkastellessa kuitenkin esimerkiksi aineistossa suurimmaksi noussutta ryhmää eli vuonna 2021 yliopisto-opintonsa aloittaneita huomataan, että kyseisenä vuonna yliopistokoulutuksesta paikan vastaanottaneista 24 483 (98,9 %) on ottanut vastaan paikan syksyllä alkaneesta koulutuksesta ja vain 264 (1,1 %) talvella alkaneesta koulutuksesta (Vipunen 2025). Voidaan siis olettaa, ettei talvella opintonsa aloittaneita ollut aineistossa niin paljon, että he vääristäisivät analyysin tuloksia ainakaan huomattavasti.

Tämän tutkielman aineistona toimivaan kyselyyn vastanneista vain 4,6 % ilmoitti opintojensa keskiarvoksi joko 1 (välttävä) tai 2 (tydyttävä). Onkin mahdollista, että jotkut matalan keskiarvon omaavat jättivät vastaamatta kyselyyn, koska he ajattelivat, ettei heitä pidettäisi tarpeeksi menestyneinä voidakseen kokea hujjarisyndroomaa. Myös CIPS-kyselyn opintomenestystä painottaneet väitteet, kuten ”Pelkään usein epäonnistuvani uudessa tai haastavassa tehtävässä, vaikka yleisesti ottaen suoriudun hyvin opinnoissani”, ”Olen usein onnistunut testissä tai tehtävässä, vaikka etukäteen pelkäsin, etten onnistuisi” tai ”Joskus ajattelen, että menestykseni opinnoissani johtuu jonkinlaisesta erehdyksestä” ovat voineet saada jotkut opinnoistaan matalia arvosanoja saaneet jättämään kyselyyn vastaamisen kesken, sillä heistä on tuntunut, etteivät he kuulu sen kohderyhmään. Muutamat vastaajat kertoivatkin palautteissaan, että kyselyyn vastaaminen oli vaikeaa, koska he eivät tunne itseään menestyneeksi. Opinnoista saatujen arvosanojen keskiarvoa voidaan muutenkin pitää melko yksiulotteisena opintomenestyksen mittarina, sillä se ei kerro esimerkiksi sitä, kuinka haastavia opintojaksoja opiskelija on suorittanut, millainen hänen lähtötasonsa on ollut tai sitä, ovatko hänen saamansa arvosanat lähteneet opintojen etenemisen myötä joko nousuun tai laskuun. Avointen vastausten perusteella joillain aloilla on myös tyypillistä, että vain harvat opintojaksot arvioidaan numeroilla, ja näin ollen tällaisissa opinto-ohjelmissa opiskelevien ilmoittama opintojen keskiarvo voi antaa harhaanjohtavan kuvan heidän opintomenestyksestään.

Tutkielman laadullisen analyysin aineistona hyödynnettiin opintojensa keskiarvoksi joko 4 tai 5 ilmoittaneiden ja CIPS-kyselystä vähintään 61 pistettä saaneiden avoimia vastauksia.

Vastaajia ei ollut erikseen pyydetty arvioimaan minkälaisia tekijöitä he tunnistavat oman huijarisyndroomansa takaa, vaan kysymys esitettiin muodossa ”Tuleeko sinulle mieleen vielä jotain muuta aiheeseen liittyvää, josta haluaisit kertoa?”. Siten on mahdollista, että sellaiset vastaajat, jotka eivät pohtineet vastauksessaan syitä huijarisyndroomansa taustalla olisivat tunnistaneet sieltä myös sellaisia tekijöitä, jotka eivät tämän tutkielman analyysissä nousseet esiin. Koska peräti 150 analyysin kohdejoukkoon kuulunutta vastaajaa kuitenkin pohti vastauksissaan nimenomaan tekijöitä huijarisyndroomansa taustalta, saatiin aiheesta tehtyä melko kattava analyysi kysymyksen yleisestä muotoilusta huolimatta.

7 Yhteenveto ja pohdinta

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli tarkastella opiskelijoiden huijarisyndroomaa opintojen etenemisen ja opintomenestyksen näkökulmasta. Sekä määrällistä että laadullista analyysiotetta hyödyntäen pyrittiin selvittämään, onko opiskelijoiden kokema huijarisyndrooma yhteydessä heidän opintojensa etenemisen tahtiin, onko opiskelijan opintomenestys opintojen eri vaiheissa yhteydessä huijarisyndrooman kokemiseen ja minkälaisia tekijöitä opinnoissaan kiitettävästi tai erinomaisesti menestyvät opiskelijat uskovat oman huijarisyndroomansa takana olevan.

Huijarisyndrooman kokemisen ja opintojen etenemistahdin väliltä löydettiin tutkielmassa voimakkuudeltaan heikko, negatiivinen korrelaatio, eli aineistossa huijarisyndroomaa kokevien opiskelijoiden opinnot etenivät hieman muita opiskelijoita hitaammin. Korrelaatiota ei kuitenkaan tule sekoittaa syy-seuraussuhteeseen, eikä tulos siis välttämättä tarkoita sitä, että huijarisyndrooma itsessään hidastaisi opintojen etenemistä. Huijarisyndrooman on aiemmin todettu olevan yhteydessä esimerkiksi masennuksen ja ahdistuneisuushäiriöiden esiintymiseen (esim. Campos, ym. 2022; Rosenstein, Raghu & Porter 2020). Huijarisyndroomaa kokevien opintojen hitaampaa etenemistä voivatkin siis osittain selittää esimerkiksi mahdollisista mielenterveysongelmista johtuvat sairauslomat tai haasteet jaksamisessa. On myös mahdollista, että joissain tapauksissa opintojen suositustahtia hitaampi eteneminen saa opiskelijat epäilemään omia kykyjään, ja näin altistaa heidät huijarisyndroomalle.

Kyselyn avoimissa vastauksissa muutamat opiskelijat kuitenkin toivat ilmi uskovansa opintojensa venymisen olevan nimenomaan seurausta huijarisyndroomalle tyypillisistä ajatus- ja toimintamalleistaan. Huijarisyndrooman on työelämässä todettu olevan yhteydessä tarpeeseen tehdä runsaasti ylitöitä omien riittämättömyyden tunteiden paikkaamiseksi (Mount & Tardanico 2014), mutta siinä missä työntekijöiden on usein käytännössä pakko palauttaa heille annetut tehtävät niille annettussa aikataulussa, vaikeivat he olisikaan niihin täysin tyytyväisiä, on opiskelijoilla tällaisessa tilanteessa mahdollisuus jättää opintojakso kesken. Muutamat opiskelijat kertoivatkin avoimissa vastauksissaan, että heidän itseensä kohdistamat, kohtuuttoman suuret vaatimukset saavat heidät jatkuvasti ilmoittautumaan liian monelle opintojaksolle samanaikaisesti, eivätkä he sitten saa käytyä melkein mitään niistä loppuun asti. Näin opintojen eteneminen voi olla hidasta opiskelijan kovista ponnisteluista huolimatta.

Koska opintojen eteneminen on yksilön lisäksi myös koko yhteiskunnan kannalta hyvin tärkeä ja ajankohtainen aihe (esim. Valtioneuvosto 2023), eikä sitä ole ennen juurikaan tutkittu huijarisyndrooman näkökulmasta, olisi se hyvä kohde jatkotutkimukselle. Yliopisto-opiskelijoiden lisäksi tutkimusjoukkoa voisi tulevaisuudessa laajentaa myös ainakin ammattikorkeakouluopiskelijoihin ja mahdollisesti myös toisen asteen opiskelijoihin. Monimenetelmällistä tutkimusta hyödyntämällä voitaisiin korrelaatioiden etsimisen lisäksi tutkia myös syitä niiden takana, ja siten sekä pyrkiä vähentämään opiskelijoiden kokemaa huijarisyndroomaa että sujuvoittamaan heidän opintojensa etenemistä.

Varsinaiseen opintojen etenemisen tahtiin liittyvien tutkimusten lisäksi jatkotutkimuksella olisi hyvä selvittää huijarisyndrooman mahdollista roolia korkeakouluopintojen keskeyttämisen takana, sillä myös tämä näkökulma nousi esiin kyselyn avoimissa vastauksissa. Huijarisyndrooman onkin aiemmin todettu olevan yhteydessä urasuunnitelmien tekemisen vaikeuteen (Neureiter & Traut-Mattausch 2016). Voimakas huijarisyndrooma voi saada opiskelijan ajattelemaan, ettei hän voi koskaan tulla pärjäämään alansa työelämässä. Päästäkseen eroon tästä epämiellyttävästä tunteesta hän saattaakin jättää opinnot joko kokonaan kesken tai vaihtaa alaa, vaikka todellisuudessa hänellä olisi ollut hyvät valmiudet ja motivaatiota myös alkuperäisellä opiskelualallaan pärjäämiseen. Tämä on ristiriidassa Opetus- ja kulttuuriministeriön (2023, 12) pyrkimysten kanssa kohdistaa korkeakoulupaikkoja entistä voimakkaammin sellaisille opiskelijoille, joilla ei ole aiempaa samantasoista tutkintoa tai tutkinto-oikeutta.

Vaikka tässä tutkielmassa opintomenestystä mitattiin käytännön syistä puhtaasti opinnoista saatujen arvosanojen keskiarvolla, on etenkin huijarisyndrooman kaltaisesta, riittämättömyyden tunteita herättävästä aiheesta puhuessa erityisen tärkeää muistuttaa siitä, etteivät matalat arvosanat yliopisto-opinnoista tarkoita sitä, että opiskelijassa olisi jotain vikaa. Mataliakin arvosanoja saanut opiskelija voi tulevaisuudessa menestyä urallaan tai elämässään ylipäätään. Kuten tämänkin tutkielman määrällisessä analyysissä todettiin, esiintyy huijarisyndroomalle tyypillisiä ajatusmalleja hyvin tasaisesti kaikissa opintojen vaiheissa sekä korkeita että matalia arvosanoja saaneilla opiskelijoilla. Arvosanoihin voi vaikuttaa negatiivisesti monet tekijät, kuten esimerkiksi kiireinen tai muuten haastava elämäntilanne, väliaikainen vaikeus löytää opiskelumotivaatiota, oppimisvaikeudet tai tenttijännitys. On myös täysin mahdollista, että vaikka yliopistossa käsiteltävät asiat tuntuisivat opiskelijasta vaikeilta ymmärtää, oppii hän niitä nopeasti käytännön työelämässä.

Menestys ylipäättään on hyvin vaikeasti selitettävissä oleva käsite, sillä se voi ilmetä niin monella elämän eri osa-alueilla. Voidaanko esimerkiksi poikkeuksellisen hyvin ihmissuhteiden ja työelämän verkostojen luomisessa onnistunutta opiskelijaa pitää menestyneenä, vaikka hän saisikin opinnoistaan matalia arvosanoja, ja kertooko opintojen täydellinen keskiarvo menestyksestä, vaikkei opiskelija koskaan päätyisikään koulutustaan vastaavaan ammattiin? Tulevaisuudessa tällaisten erilaisten, huijarisyndroomaa kokevien opiskelijoiden ajatuksia omasta pärjäämisestään sekä työelämään siirtymisestä voisikin olla mielenkiintoista tutkia esimerkiksi haastatteluiden ja seurantatutkimusten avulla.

Tunnettu suomalainen artisti Sanni toteaa kappaleessaan *Roomaan*, että “kaikki tiet vie vaan huijarisyndroomaan”. Kyseinen väite sai tukea sekä tämän tutkielman määrällisen että laadullisen analyysin tuloksista. Määrällisen analyysin mielenkiinnon kohteina olleiden ulkoisten tekijöiden, eli opintomenestyksen ja opintojen eri vaiheiden ei todettu suojaavan opiskelijoita huijarisyndroomalta yhdessä eikä erikseen, vaan sitä koettiin runsaasti kaikissa ryhmissä. Opinnoistaan korkeita arvosanoja saaneiden, huijarisyndroomaa kokevien avoimia vastauksia käsitellessä löydettiin useita sellaisia ulkoisia ja sisäisiä tekijöitä, joiden vastaajat uskoivat altistaneen heidät huijarisyndroomalle. Mielenkiintoista oli kuitenkin huomata se, että osa vastauksista oli selvästi ristiriidassa keskenään. Kun esimerkiksi jotkut kokivat opettajilta saadun sanallisen palautteen puutteen altistavan heidät huijarisyndroomalle, kokivat toiset huijariajatuksia eniten juuri omaan suoriutumiseensa liittyvää, positiivistakin palautetta kuunnellessaan.

Tämän tutkielman aineisto ei mahdollista sen selvittämistä, lähtisivätkö vastaajien huijarisyndroomakokemukset laskuun, jos heidän mainitsemiinsa vaikutettavissa oleviin ulkoisiin tekijöihin, kuten juuri arviointimenetelmiin tehtäisiin heidän toivomiensa kaltaisia muutoksia. Vastausten ristiriitaisuuden perusteella vaikuttaa kuitenkin siltä, ettei opiskelijoiden huijarisyndroomasta ole mahdollista päästä ainakaan kokonaan eroon vain ulkoisia tekijöitä muuttamalla. Ehkä juuri tämän tiedostaminen on ensimmäinen askel Kujalan (2025) kuvaaman omaan mieleen kohdistuvan lähdekritiikin oppimisessa. Oma mieli voi yrittää saada yksilön tuntemaan itsensä huijariksi riippumatta ulkoisista tekijöistä. Niiden muokkaamisen sijaan yksilön tulisikin mieluummin pyrkiä ymmärtämään, miksi juuri nämä tekijät saavat hänet tuntemaan itsensä huijariksi. Näin omia huijariajatuksia on helpompi oppia kyseenalaistamaan. Joistain tämä voi tuntua turhauttavalta, mutta toisille kyseessä voi olla lohdullinenkin havainto, sillä useat opiskelijoiden huijarisyndroomansa takaa tunnistamat

tekijät ovat sellaisia, joihin ei pystytä mitenkään vaikuttamaan. Esimerkiksi aiemmat kokemukset ovat sellaisia, joita ei ole enää mahdollista muuttaa, mutta joihin voidaan opetella suhtautumaan sellaisella tavalla, joka ei altista huijarisyndroomalle ainakaan niin vahvasti kuin aiemmin.

Vaikka tehokkaimmat keinot huijarisyndrooman torjumiseen olisivatkin opiskelijoista itsestään lähtöisin, ei se tarkoita sitä, että yliopistojen ja muiden oppilaitosten pitäisi jäädä asian suhteen toimekkomiksi. Kuten Kujalakin (2025) toteaa, ovat mielen medialukutaito ja omaan mieleen kohdistuva lähdekritiikki perinteisen medialukutaidon ja lähdekritiikin tapaan sellaisia taitoja, joita ihmisten ei voida olettaa osaavan, jos niitä ei ole koskaan heille opetettu. Yhdysvalloissa tutkijat Shuyi Liu, Meifen Wei ja Daniel Russell (2023) huomasivat, että jo lyhyellä, vain neljä viikkoa kestäneellä itsemyötätunnon vahvistamiseen keskittyneellä interventiolla yliopisto-opiskelijoiden kokemaa huijarisyndroomaa ja haitallista perfektionismia pystyttiin vähentämään huomattavasti. Suomalaisistakin yliopistoista löytyisi varmasti paljon sellaisia opiskelijoita, jotka osallistuisivat mielellään lyhyelle, huijarisyndrooman torjumiselle pyrkivälle kurssille etenkin jos siitä saisi myös opintopisteitä, jotka voisi sitten halutessaan sisällyttää esimerkiksi tutkinnon vapaasti valittavissa oleviin opintoihin. Sen lisäksi että tällainen kurssi opettaisi opiskelijoita kyseenalaistamaan huijarisyndroomalle tyypilliset ajatusmallinsa, auttaisi se myös opinnoissaan hitaasti eteneviä opiskelijoita saamaan muutaman ylimääräisen opintopisteen, ja antaisi tutkijoille harvinaisen aitiopaikan opiskelijoiden kokeman huijarisyndrooman ja siihen liittyvien ilmiöiden tarkasteluun.

Lähteet

- ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö): Käypä hoito -suositus. (2019). Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Lastenneurologinen yhdistys ry:n, Suomen Nuorisopsykiatrisen yhdistyksen ja Suomen Lastenpsykiatriyhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Haettu 7.2.2025 osoitteesta <https://www.kaypahoito.fi/hoi50061?tab=suositus>.
- Bask, M. & Salmela-Aro, K. (2013). Burned out to drop out: Exploring the relationship between school burnout and school dropout. *European Journal of Psychology of Education* 28, 511–528.
- Bravata, D., Watts, S., Keefer, A., Madhusudhan, D., Taylor, K., Clark, D., Nelson, R., Cokley, K. & Hagg, H. (2020). Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: a Systematic Review. *Journal of General Internal Medicine : JGIM*, 35(4), 1252–1275. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>
- Campos, I. de S., Camara, G., Carneiro, A., Kubrusly, M., Peixoto, R. & Peixoto Junior, A. (2022). Impostor Syndrome and its association with depression and burnout among medical students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 46(2). <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.2-20200491.ing>
- Chrisman, S., Pieper, W., Clance, P., Holland, C. & Glickauf-Hughes, C. (1995). Validation of the Clance Impostor Phenomenon Scale. *Journal of Personality Assessment*, 65(3), 456–467. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6503_6
- Clance, P. & Imes, S. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247.
- Clance, P. (1985). *The impostor phenomenon: When success makes you feel like a fake*. New York: Bantam Books.
- Cozzarelli, C. & Major, B. Exploring the Validity of the Impostor Phenomenon. *Journal of Social and Clinical Psychology* 1990(4), 401-417. <https://doi.org/10.1521/jscp.1990.9.4.401>

- Cohen, E. & McConnell, W. (2019). Fear of Fraudulence: Graduate School Program Environments and the Impostor Phenomenon, *The Sociological Quarterly*, 60(3), 457-478.
- Cokley, K., Awad, G., Smith, L., Jackson, S., Awosogba, O., Hurst, A., Stone, S., Blondeau, L. & Roberts, D. (2015). The Roles of Gender Stigma Consciousness, Impostor Phenomenon and Academic Self-Concept in the Academic Outcomes of Women and Men. *Sex Roles*, 73(9-10), 414-426.
- Dudău, Diana. (2014). The Relation between Perfectionism and Impostor Phenomenon. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 127, 129–133.
- Edwards, P., Zeichner, A., Lawler, N. & Kowalski, R. (1987). A Validation Study of the Harvey Impostor Phenomenon Scale. *Psychotherapy (Chicago, Ill.)*, 24(2), 256–259. <https://doi.org/10.1037/h0085712>
- Ekman, T. (2017). *Huijarisyndrooma: Miksi en usko itseeni? (vaikka olen oikeasti hyvä)*. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.
- El-Setouhy, M., Makeen, A., Alqassim, A., Jahlan, R., Hakami, M., Hakami, H., Mahzari, I., Thubab, H., Haroobi, K., Alaraj, H. & El-Hariri, H. (2024). Prevalence and correlates of imposter syndrome and self-esteem among medical students at Jazan University, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *PloS One*, 19(5), e0303445. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303445>
- Erekson, D., Larsen, R., Clayton, C., Hamm, I., Hoskin, J., Morrison, S., Vogeler, H., Merrill, B., Griner, D. & Beecher, M. (2024). Is the Measure Good Enough? Measurement Invariance and Validity of the Clance Impostor Phenomenon Scale in a University Population. *Psychological Reports*, 127(4), 1984–2004. <https://doi.org/10.1177/00332941221139991>
- Fadjukoff, P., Kainulainen, S., Pirhonen, J., Saaranen, T., Valokivi, H. & Vauhkonen, A. (2022). Sosiaalinen hyvinvointi turvaa terveyttä. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*, 59(3), 327-335. <https://doi.org/10.23990/sa.111453>

- Feenstra, S., Begeny, C., Ryan, M., Rink, F., Stoker, J. & Jordan, J. (2020). Contextualizing the Impostor “Syndrome.” *Frontiers in Psychology, 11*, 575024.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.575024>
- Harvey, J. (1981). *The Impostor Phenomenon and Achievement: a Failure to Internalize Success*. Doctoral Dissertation, Temple University.
- Hiilamo, H., Kivipelto, M., Moisio, P., Mukkila, S., Nykänen, E., Ollonqvist, J., Peltoniemi, J., Saikku, P., Tervola, J., Tuovinen, A-K. & Virrankari, L. (2023). Hallitusohjelman mukaisten sosiaaliturvan leikkausten vaikutukset vuoteen 2027. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 45/2023.
- Holmes, S., Kertay, L., Adamson, L., Holland, C. & Clance, P. (1993). Measuring the Imposter Phenomenon: A Comparison of Clance’s IP Scale and Harvey’s I-P Scale. *Journal of personality assessment, 60(1)*, 48–59.
- Hukkanen, V. (2025). Yle: Näillä aloilla työttömyys kasvoi eniten – kärjessä alat, joilla on kärsitty työvoimapulasta. Haettu 7.3.2025 osoitteesta <https://yle.fi/a/74-20140190>.
- Jackson, E., Shanafelt, T., Hasan, O., Satele, D. & Dyrbye, L. (2016). Burnout and Alcohol Abuse/Dependence Among U.S. Medical Students. *Academic Medicine, 91(9)*, 1251–1256. <https://doi.org/10.1097/ACM.0000000000001138>
- Jamison, L. (2023). Why Everyone Feels Like They’re Faking It. *The New Yorker*.
- Keiski, R., Hämäläinen, K., Karhunen, M., Löfström, E., Näreaho, S., Varantola, K., Spoof, S.-K., Tarkiainen, T., Kaila, E. & Aittasalo, M. (toim.) (2023). Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 2/2023. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Haettu 14.3.2025 osoitteesta https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf.
- Kela. (2024a). Opintolainahyvitys. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://www.kela.fi/opintolainahyvitys>.
- Kela. (2024b). Opiskelijan omat tulot. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://www.kela.fi/opintotuki-omat-tulot>.

- King, J. & Cooley, E. (1995). Achievement Orientation and the Impostor Phenomenon among College Students. *Contemporary Educational Psychology*, 20(3), 304–312.
<https://doi.org/10.1006/ceps.1995.1019>
- Kiviruusu, O., Ranta, K., Lindgren, M., Haravuori, H., Silén, Y., Therman, S., Lehtonen, J., Sares-Jäske, L., Aalto-Setälä, T., Marttunen, M. & Suvisaari, J. (2024). Mental health after the COVID-19 pandemic among Finnish youth: a repeated, cross-sectional, population-based study. *The Lancet. Psychiatry*, 11(6), 451–460.
[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(24\)00108-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(24)00108-1)
- Kolligian, J. & Sternberg, R. (1991). Perceived Fraudulence in Young-Adults - Is there an Impostor Syndrome. *Journal of Personality Assessment*, 56(2), 308–326.
- Kujala, E. (2025). Kuinka selittää huijarisyndrooma? Psykoterapeutti neuvoo: “Suhtaudu ajatuksiisi lähdekritiikillä”. Haettu 14.3.2025 osoitteesta
<https://duunitori.fi/tyoelama/emilia-kujala-huijarisyndrooma/>.
- LaDonna, K., Ginsburg, S. & Watling, C. (2018). “Rising to the Level of Your Incompetence”: What Physicians’ Self-Assessment of Their Performance Reveals About the Imposter Syndrome in Medicine. *Academic Medicine* 93(5), 763-768.
- Lee, L., Rinn, A., Crutchfield, K., Ottwein, J., Hodges, J. & Mun, R. (2021). Perfectionism and the Imposter Phenomenon in Academically Talented Undergraduates. *The Gifted Child Quarterly*, 65(3), 220–234. <https://doi.org/10.1177/0016986220969396>
- Liu, C., McCabe, M., Dawson, A., Cyrzon, C., Shankar, S., Gerges, N., Kellett-Renzella, S., Chye, Y. & Cornish, K. (2021). Identifying predictors of university students’ wellbeing during the COVID-19 pandemic—a data-driven approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 6730.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18136730>
- Liu, S., Wei, M. & Russell, D. (2023). Effects of a Brief Self-Compassion Intervention for College Students With Impostor Phenomenon. *Journal of Counseling Psychology*, 70(6), 711–724. <https://doi.org/10.1037/cou0000703>

- Metsäniemi, P. (2024a). Mistä terveys syntyy? Haettu 19.3.2025 osoitteesta <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00928/mista-terveys-syntyy>.
- Metsäniemi, P. (2024b). Mitä terveys on? Haettu 5.2.2025 osoitteesta <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00903>.
- Mount, P. & Tardanico, S. (2014). *Beating the Impostor Syndrome*. Greensboro, NC: Center for Creative Leadership.
- Naser, M., Hasan, N., Zainaldeen, M., Zaidi, A., Mohamed, Y. & Fredericks, S. (2022). Impostor Phenomenon and Its Relationship to Self-Esteem Among Students at an International Medical College in the Middle East: A Cross Sectional Study. *Frontiers in Medicine*, 9:850434. <https://doi.org/10.3389/fmed.2022.850434>
- Neureiter, M. & Traut-Mattausch, E. (2016). An Inner Barrier to Career Development: Preconditions of the Impostor Phenomenon and Consequences for Career Development. *Frontiers in Psychology*, 7, 48. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00048>
- Nori, H. & Vanttaja, M. (2022). Too stupid for PhD? Doctoral impostor syndrome among Finnish PhD students. *Higher Education*, 86, 675–691. <https://doi.org/10.1007/s10734-022-00921-w>
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2023). *Opetus- ja kulttuuriministeriön virkanäkemys tulevan hallituskauden valinnoista*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-927-1>
- Opintopolku. (2024). Yliopistotutkinnot. Haettu 5.11.2024 osoitteesta <https://opintopolku.fi/konfo/fi/sivu/yliopistotutkinnot>.
- Opintopolku. (2025). Korkeakoulujen yhteishaun opiskelijavalinnat. Haettu 31.1.2025 osoitteesta <https://opintopolku.fi/konfo/fi/sivu/korkeakoulujen-yhteishaun-opiskelijavalinnat>.
- Pannhausen, S., Klug, K. & Rohrman, S. (2022). Never good enough: The relation between the impostor phenomenon and multidimensional perfectionism. *Current Psychology*, 41(2), 888–901. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00613-7>

- Rosenstein, A., Raghu, A., & Porter, L. (2020). Identifying the Prevalence of the Impostor Phenomenon Among Computer Science Students. *Proceedings of the 51st ACM Technical Symposium on Computer Science Education*, 30–36.
<https://doi.org/10.1145/3328778.3366815>
- Saari, J., Koivuranta, S. & Nevalainen, E. (2023). Eurostudent VIII – Opiskelijatutkimus 2022. *Opetus- ja koulutusministeriön julkaisuja 2023:34*.
- Sakulku, J. & Alexander, J. (2011). The Impostor Phenomenon. *International Journal of Behavioral Science* 6(1), 73–92.
- SANNI. (2024). *Roomaan* [Kappale]. *Muutos*. Warner Music Finland.
- Simon, M. & Choi, Y.-J. (2018). Using factor analysis to validate the clance impostor phenomenon scale in sample of science, technology, engineering and mathematics doctoral students. *Personality and Individual Differences*, 2018(121), 173–175.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.09.039>
- Suomen ylioppilaskuntien liitto. (2021). SYL vaatii yliopisto-opiskelijoille ikuista opinto-oikeutta. Haettu 21.10.2024 osoitteesta <https://syl.fi/syl-vaatii-yliopisto-opiskelijoille-ikuista-opinto-oikeutta/>.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2021). KOTT 2021 -tutkimuksen tuloksia. Haettu 22.10.2024 osoitteesta <https://terveytemme.fi/kott/tulokset/>.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2023). Positiivinen mielenterveys eli mielen hyvinvointi. Haettu 19.3.2025 osoitteesta <https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/positiivinen-mielenterveys-eli-mielen-hyvinvointi>.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2024). KOTT-tutkimuksen tuloksia. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/korkeakouluopiskelijoiden-terveys-ja-hyvinvointitutkimus-kott-/kott-tutkimuksen-tuloksia>.
- Tilastokeskus. (2024). Koulutusten läpäisyssä ei tapahtunut suuria muutoksia vuonna 2022. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://stat.fi/julkaisu/clm7fqneeohq60aut6xgyqsix>.

- Topping, M., & Kimmel, E. (1985). The imposter phenomenon: Feeling phony. *Academic Psychology Bulletin*, 7(2), 213–226.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (Uudistettu laitos.). Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Työterveyslaitos. (2025). Muutospolulla kohti mielen hyvinvointia. Haettu 19.3.2025 osoitteesta <https://www.ttl.fi/oppimateriaalit/yrittajan-tyokirja-hyvaan-elamaan/muutospolulla-kohti-mielen-hyvinvointia>.
- Tähtinen, J., Laakkonen, E. & Broberg, M. (2020). *Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulkinnan perusteita*. Turku: Turun yliopisto.
- Uusivirta, M. (2019). Uhkaavatko opintotukikuukaudet loppua kesken? Toimi näin. Haettu 15.10.2024 osoitteesta <https://elamassa.fi/opiskelu/uhkaavatko-opintotukikuukaudet-loppua-kesken-toimi-nain/>.
- Vanttaja, M., Nori, H. & Kinnari, H. (2024). Kykyjensä epäilijät: Yliopisto-opiskelijoiden huijarisyndrooman yhteys luokkataustaan, sukupuoleen ja ikään. *Kasvatus*, 55(3), 239–255. <https://doi.org/10.33348/kvt.145789>
- Valtioneuvosto. (2023). Vahva ja välittävä Suomi – Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma 20.6.2023. *Valtioneuvoston julkaisuja 2023:58*.
- Villwock J., Sobin L., Koester L. & Harris T. (2016). Impostor syndrome and burnout among American medical students: a pilot study. *International Journal of Medical Education*, 2016(7), 364-369.
- Vipunen. (2025). Yliopistojen hakeneet ja paikan vastaanottaneet. Haettu 18.3.2025 osoitteesta https://vipunen.fi/fi-fi/_layouts/15/xlviewer.aspx?id=/fi-fi/Raportit/Haku-%20ja%20valintatiedot%20-%20korkeakoulu%20-%20yo%20-%20analyysi.xlsb.
- Wan Mohd Yunus, W., Kauhanen, L., Sourander, A., Brown, J., Peltonen, K., Mishina, K., Lempinen, L., Bastola, K., Gilbert, S. & Gyllenberg, D. (2022). Registered psychiatric service use, self-harm and suicides of children and young people aged 0–24 before and during the COVID-19 pandemic: a systematic review. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 16(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s13034-022-00452-3>

WHO. (2024). Constitution. Haettu 22.10.2024 osoitteesta

<https://www.who.int/about/governance/constitution>.

Yle Areena. (2024). Ylianalyysi-podcast: Huijarisyndrooma on hömpötystä. Haettu

21.10.2024 osoitteesta <https://areena.yle.fi/podcastit/1-66693365>.

Liitteet

Liite 1. Kyselylomake



Yliopisto-opiskelijoiden lapsuudenperhe, koulutustausta ja huijarisyndrooman ilmeneminen opinnoissa

Taustakysymykset

1. Ikä:

- 19 v. tai alle
 20-24 v.
 25-29 v.
 30-34 v.
 35-39 v.
 40 v. tai yli

2. Sukupuoli

- Nainen
 Mies
 Muu
 En halua sanoa

3. Mikä on ensisijainen opiskelualasi?

- | | | |
|--|--|---|
| <input type="radio"/> 1 Eläinlääketieteellinen | <input type="radio"/> 8 Liikuntatieteellinen | <input type="radio"/> 15 Taideteollinen |
| <input type="radio"/> 2 Farmasia | <input type="radio"/> 9 Luonnontieteellinen | <input type="radio"/> 16 Tanssi |
| <input type="radio"/> 3
Hammaslääketieteellinen | <input type="radio"/> 10 Lääketieteellinen | <input type="radio"/> 17 Teatteri |
| <input type="radio"/> 4 Humanistinen | <input type="radio"/> 11 Maatalous-
metsätieteellinen | <input type="radio"/> 18 Teknistieteellinen |
| <input type="radio"/> 5 Kasvatustieteellinen | <input type="radio"/> 12 Musiikki | <input type="radio"/> 19 Teologia |
| <input type="radio"/> 6 Kauppatieteellinen | <input type="radio"/> 13 Oikeustieteellinen | <input type="radio"/> 20 Terveystieteellinen |
| <input type="radio"/> 7 Kuvataide | <input type="radio"/> 14 Psykologia | <input type="radio"/> 21
Yhteiskuntatieteellinen |

4. Minä vuonna aloitit nykyisessä (pääasiallisessa) koulutusohjelmassasi?

- 2022
- 2021
- 2020
- 2019
- 2018
- 2017
- 2016
- 2015
- 2014
- 2013
- 2012
- 2011
- 2010
- 2009
- 2008
- 2007
- 2006
- 2005
- 2004
- 2003
- 2002
- 2001
- 2000

5. Minkä vuosikurssin opintoja pääasiassa suoritat tällä hetkellä? Valitse yksi tai useampi tilanteeseesi sopiva vaihtoehto.

- 1. vuosikurssi
- 2. vuosikurssi
- 3. vuosikurssi
- 4. vuosikurssi
- 5. vuosikurssi
- 6. vuosikurssi
- Jokin muu, mikä: _____

6. Kuinka monta opintopistettä olet tähän mennessä suorittanut?

7. Arvioi, mikä on tähän mennessä suorittamiesi opintojaksojen arvosanojen keskiarvo:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- En ole vielä suorittanut yhtään opintojaksoa
- En osaa sanoa

8. Minkä toisen asteen tutkinnon olet suorittanut?

- Ylioppilastutkinto
- Ammatillinen tutkinto
- Kaksoistutkinto
- Muu, mikä: _____
- En ole suorittanut toisen asteen tutkintoa

9. Arvioi, mikä oli käymäsi lukion keskiarvoraja eli alin keskiarvo, jolla pääsi opiskelemaan lukioosi?

- 9.0 tai korkeampi
- 8.0-8.9
- 7.0-7.9
- 6.0-6.9
- alle 6.0
- En osaa sanoa

Edeltävät opinnot

10. Kuinka monta kappaletta kirjoitit kutakin arvosanaa ylioppilaskirjoituksissa? Valitse kunkin arvosanan kohdalla sopiva vaihtoehto:

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
L	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
M	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
C	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
B	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
I	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perhetausta

11. Mikä on äitisi/huoltajasi korkein koulutustaso?

- Peruskoulu tai kansakoulu
- Lukio
- Ammatillinen tutkinto
- Opistotutkinto
- Alempi korkeakoulututkinto yliopistossa
- Ylempi korkeakoulututkinto yliopistossa
- AMK-tutkinto
- Ylempi AMK-tutkinto
- Lisensiaatin tai tohtorin tutkinto
- En osaa sanoa/ Ei koske minua

12. Mikä on isäsi/huoltajasi korkein koulutustaso?

- Peruskoulu tai kansakoulu
- Lukio
- Ammatillinen tutkinto
- Opistotutkinto
- Alempi korkeakoulututkinto yliopistossa
- Ylempi korkeakoulututkinto yliopistossa
- AMK-tutkinto
- Ylempi AMK-tutkinto
- Lisensiaatin tai tohtorin tutkinto
- En osaa sanoa/ Ei koske minua

13. Kuinka hyvin toimeentulevia vanhempasi/huoltajasi olivat taloudellisesti verrattuna muihin perheisiin?

- Erittäin hyvin toimeentulevia
- Melko hyvin toimeentulevia
- Keskitasoisesti toimeentulevia
- Melko huonosti toimeentulevia
- Erittäin huonosti toimeentulevia
- En osaa sanoa / Ei koske minua

14. Arvioi, mihin yhteiskuntaluokkaan lapsuudenperheesi kuului:

- Yläluokkaan
- Ylempään keskiluokkaan
- Alempaan keskiluokkaan
- Työväenluokkaan
- Johonkin muuhun luokkaan, mihin: _____
- En osaa sanoa

15. Kuinka yleisiä seuraavat asiat olivat lapsuudenkodissasi?

	1 Ei koskaan/ Ei lainkaan	2 Harvoin/ Vähän	3 Joskus/ Jonkin verran	4 Usein/ Paljon
a) Kodissani harrastettiin ns. korkeakulttuuria (esim. käytiin teatterissa, taidenäyttelyissä tai klassisen musiikin konserteissa)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Kotiimme tilattiin sanomalehteä/-lehtiä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Keskustelimme ajankohtaisista yhteiskunnallisista asioista.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Vietimme aikaa akateemisesti koulutettujen ihmisten parissa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) Perheemme lähipiiriin kuului vaikutusvaltaisia ihmisiä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) Minulle luettiin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) Minua kannustettiin vieraiden kielten opiskeluun.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h) Minua kannustettiin kehittämään itseäni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i) Minua kannustettiin asettamaan itselleni korkeita päämääriä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j) Minua kannustettiin uteliaisuuteen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k) Minua kannustettiin omatoimisuuteen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l) Minua kannustettiin luottamaan itseeni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m) Teimme ulkomaan matkoja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n) Asuin tai asuimme perheenä ulkomailla.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

16. Seuraavat väittämät kuvaavat vanhempiesi/huoltajiesi suhtautumista koulutukseen ja opiskeluun. Valitse kunkin väittämän kohdalla vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa kokemustasi.

	En osaa sanoa/ Ei koske minua	1 Täysin eri mieltä	2 Jossain määrin eri mieltä	3 Jossain määrin samaa mieltä	4 Täysin samaa mieltä
a) Äidilleni oli tärkeää, että menestyn koulussa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Isälleni oli tärkeää, että menestyn koulussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Äitini kannusti minua asettamaan korkeita tavoitteita opiskelulle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Isäni kannusti minua asettamaan korkeita tavoitteita opiskelulle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) Äitini näkemyksillä on ollut suuri merkitys siihen, millaisia koulutusvalintoja olen tehnyt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) Isäni näkemyksillä on ollut suuri merkitys siihen, millaisia koulutusvalintoja olen tehnyt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) Lapsuudenperheessäni arvostettiin yliopistokoulutusta.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h) Lasten yliopistokoulutuksen hankkimista pidettiin lapsuudenperheessäni itsestäänselvänä asiana.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i) Akateemisen koulutuksen hankkiminen on ollut minulle nuoruudesta lähtien itsestäänselvä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j) Äitini halusi, että hankin korkeakoulututkinnon.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k) Isäni halusi, että hankin korkeakoulututkinnon.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l) Vanhempieni/huoltajieni, sukulaisteni ja/tai perhetuttaviemme neuvot olivat minulle suureksi avuksi hakeutuessani yliopistoon.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m) Hakeuduin opiskelemaan samaa alaa kuin vanhempani/huoltajani tai muut lähisukulaiseni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n) Äitini uskoo/uskoi, että menestyn elämässäni.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o) Isäni uskoo/uskoi, että menestyn elämässäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Kokemus omasta osaamisesta
17. Valitse kunkin väittämän kohdalla vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa kokemuksiasi:

	1 En koskaan	2 Harvoin	3 Joskus	4 Usein	5 Hyvin usein
a) Olen usein onnistunut testissä tai tehtävässä, vaikka etukäteen pelkäsin, etten onnistuisi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Saatant antaa vaikutelman, että olen pätevämpi kuin todellisuudessa olen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Välttelen arvioiteja parhaani mukaan ja pelkään tilanteita, joissa muut arvioivat minua.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Kun minua keuhataan aikaansaannoksestani tai saavutuksestani, pelkään, etten pysty täyttämään odotuksia tulevaisuudessa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) Ajattelen joskus, että olen saavuttanut nykyisen asemani tai menestykseni vain, koska satuin olemaan oikeassa paikassa oikealla hetkellä tai koska satuin tuntemaan oikeat henkilöt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) Pelkään, että ihmiset huomaavat, että en ole niin pätevä kuin he luulevat minun olevan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) Muistan paremmin ne tilanteet, joissa en ole suoriutunut parhaalla mahdollisella tavalla kuin ne, joissa suoriuduin hyvin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h) Suoriudun harvoin tehtävistäni niin hyvin kuin haluaisin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i) Joskus ajattelen, että menestykseni opinnoissani johtuu jonkinlaisesta erehdyksestä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j) Minun vaikea vastaanottaa kehuja tai kiitosta saavutuksistani.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k) Ajoittain ajattelen, että menestykseni on pelkästään hyvää tuuria.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l) Olen ajoittain pettynyt suoriutumiseeni ja ajattelen, että minun tulisi suoriutua paremmin tai osata enemmän.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m) Pelkään välillä muiden saavan selville, kuinka vähän oikeastaan tiedän tai osaan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n) Pelkään usein epäonnistuvani uudessa tai haastavassa tehtävässä, vaikka yleisesti ottaen suoriudun hyvin opinnoissani.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

o) Kun olen onnistunut tehtävissäni tai saanut tunnustusta suoriutumisesstäni, epäilen, etten pysty samaan enää uudelleen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p) Jos saan paljon kiitosta tai tunnustusta aikaansaannoksistani, vähättelen herkästi sitä, mitä olen tehnyt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q) Vertaan omaa osaamistani muihin ja ajattelen heidän olevan parempia kuin minä.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r) Epäilen ja murehdin, etten saa projektia tai tehtävää onnistumaan, vaikka muut ympärilläni ovat vakuuttuneita onnistumisestani.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
s) Jos olen saamassa jonkin tunnustuksen, epäröin kertoa siitä muille ennen kuin se on varmistunut virallisesti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
t) Minulla on kurja ja lannistunut olo, jos en ole "paras" tai "erityinen" tilanteissa, joissa suoriutumistani arvioidaan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18. Tuleeko sinulle mieleen vielä jotain muuta aiheeseen liittyvää, josta haluaisit kertoa? Voit kirjoittaa mietteesi tähän:

19. Palautetta kyselystä:

Kiitos vastauksistasi! Tämän kyselyn lisäksi saatamme tehdä aiheesta myös tutkimushaastatteluja. Jos haluaisit osallistua haastatteluun, jätä sähköpostiosoitteesi alla olevan lomakkeen kautta. Sähköpostiosoitettasi ei voida yhdistää tämän kyselyn vastauksiin eikä sähköpostiosoitteen jättäminen sido sinua vielä mihinkään.

Linkki lomakkeeseen: