

Rasismin kokemisen yhteys itsetuntoon nuorilla

Kandidaatintutkielma

Pinja Rinkinen ja Maija Tuominen

Ohjaaja: Jukka Leppänen

Turun yliopisto

Psykologian ja logopedian laitos

Psykologia

16.5.2024

Turku

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu

Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Kandidutkielma

Oppiaine: Psykologia

Tekijät: Pinja Rinkinen ja Maija Tuominen

Otsikko: Rasismien kokemisen yhteys itsetuntoon nuorilla

Ohjaaja: Jukka Leppänen

Sivumäärä: 26 sivua, 1 liite

Päivämäärä: 16.5.2024

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, onko rasismien kokemisella yhteyttä nuorten itsetuntoon. Toteutimme tutkimuksen systemaattisena katsauksena, johon sisällytimme 14 tutkimusartikkelia PsycInfo-, PsycArticles-, Psychology Database- ja PubMed -tietokannoista. Kaikissa alkuperäistutkimuksissa oli mitattu koettua rasismia ja itsetuntoa 10–19-vuotiailla nuorilla sekä ilmoitettu näiden muuttujien välinen korrelaatio. Tutkimusten otoskoot olivat 72–3398 ja yhteenlaskettu otoskoko kaikista tutkimuksista oli 8394. Tutkimuksiin sisältyi osallistujia eri etnisistä ryhmistä.

Korrelaatiot rasismien ja itsetunnon välillä olivat negatiivisia. Yhteydet olivat pieniä lukuun ottamatta yhtä tutkimusta, jossa yhteys oli keskisuuri. Kaikissa paitsi neljässä tutkimuksessa yhteydet olivat tilastollisesti merkitseviä korkeintaan viiden prosentin riskitasolla. Toteutimme aineistosta myös meta-analyysin satunnaistekijöiden (random effects) mallin avulla. Meta-analyysin tulos oli, että keskimääräinen korrelaatio muuttujien välillä oli -0.18 . Heterogeenisyyden vaikutus tuloksiin oli vähäistä ($I^2 = 0.189$), joten tutkimukset olivat vertailukelpoisia. Kaikissa tutkimuksissa havaittiin pieni negatiivinen yhteys rasismien kokemisen ja itsetunnon välille eikä yhteyden voimakkuus vaihdellut merkitsevästi tutkimusten välillä ($Q = 17.27$, $p = .242$) eli tulokset olivat yhteneväiset. Suurimman otoskoon tutkimukset, eli laadukkain näyttö, asettuu katsauksen tulosten keskitasolle, mikä tukee kokonaisarviota löydetyistä yhteyden suuruudesta.

Katsauksen ja meta-analyysin tulosten perusteella voidaan sanoa, että rasismien kokeminen on negatiivisessa yhteydessä nuorten itsetuntoon, vaikka yhteys olikin tutkimuksissa heikko. Tulos oli hypoteesin mukainen, ja korrelaatiot olivat johdonmukaisesti melko samansuuruisia kaikissa katsaukseen sisällytetyissä tutkimuksissa. Kyseessä on monitahoinen ilmiö, jota ei luultavasti tavoitettu koko laajuudessaan tässä katsauksessa, ja siksi aiheesta tarvitaan lisää tutkimusta. Jatkossa olisikin tärkeää sekä kehittää tapoja rasismia kohtaavien nuorten auttamiseen että puuttua ongelman juurisyihin eli kitkeä yhteiskunnassa vallitsevaa rasismia.

Avainsanat: rasismi, itsetunto, nuoret, systemaattinen katsaus, meta-analyysi, korrelaatiokerroin

Sisällysluettelo

1 Johdanto	4
1.1 Rasismi	5
1.1.1 Rasismin määrittely	5
1.1.2 Syrjinnän havaitseminen lapsuudessa ja nuoruudessa	6
1.2 Itsetunto	7
1.2.1 Itsetunnon määrittely	7
1.2.2 Itsetunnon kehitys nuoruudessa ja merkitys hyvinvoinnille	8
1.3 Tutkimuskysymys	9
Menetelmät	10
3 Tulokset	13
3.1 Tutkimukseen osallistuneet	13
3.2 Arviointimenetelmät	15
3.2.1 Itsetunnon arviointimenetelmät	18
3.2.2 Rasismin arviointimenetelmät	18
3.3 Koetun rasismin yhteys itsetuntoon	20
3.4 Meta-analyysin tulokset	21
4 Pohdinta	22
4.1 Tutkimuksen heikkoudet ja vahvuudet	23
4.2 Jatkotutkimus- ja sovellusehdotukset	25
4.3 Lopuksi	25
Lähteet	27
Liitteet	33
Liite 1. Hakulausekkeet	33

1 Johdanto

Rasismi on vakava ja laaja-alainen yhteiskunnallinen ongelma, joka heikentää sitä kohtaavien hyvinvointia. Tutkimukset osoittavat, että suuri osa rodullistetuista ihmisistä joutuu kokemaan syrjintää etnisen taustansa takia (Bleich ym., 2019; European Union Agency for Fundamental Rights., 2023). Rodullistaminen on prosessi, jossa ihmiseen liitetään esimerkiksi ihonvärin tai etnisen taustan perusteella stereotyyppioita tai oletuksia (Yhdenvertaisuusvaltuutettu, ei pvm.). Yhdysvalloissa tehdyn tutkimuksen mukaan 60 % tummaihoisista aikuisista on kokenut rasistista syrjintää poliiseilta, 57 % työpaikalla, 56 % työnhaussa ja 32 % terveydenhuollossa (Bleich ym., 2019). Euroopan unionin perusoikeusviraston tekemästä ”Being Black in the EU” -raportista (European Union Agency for Fundamental Rights., 2023) puolestaan käy ilmi, että koko EU:n alueella 45 % afrikkalaistaustaisista ihmisistä oli kokenut syrjintää edellisten viiden vuoden aikana. Suomessa luvut olivat yleistä tasoa korkeammat: 57 % afrikkalaistaustaisista oli kokenut rasismia edeltävän 12 kuukauden aikana ja 66 % edeltävän viiden vuoden aikana. Suomessa siis koetaan rasismia paljon, ja enemmän kuin monessa muussa EU-maassa.

Rasismi ei kuitenkaan kosketa vain aikuisia, vaan myös lapset voivat altistua syrjivälle käytökselle jo hyvin nuorina. Erään Yhdysvalloissa tehdyn tutkimuksen mukaan suurin osa mustista amerikkalaisnuorista on kokenut rasistista syrjintää, ja yli 80 % heistä alle 13-vuotiaana (Martin ym., 2011). Kehityopsykologinen tutkimus on usein keskittynyt länsimaisiin lapsiin (Nielsen ym., 2017), ja siksi olisi tarpeen tutkia lasten kehitystä laajemmin. Jotta tuloksia voidaan soveltaa globaalimmin, on tutkimusten otettava huomioon kulttuurin ja etnisen taustan vaikutus lasten ja nuorten kehitykseen (Quintana ym., 2006). Terveystutkimuksessa puolestaan on tärkeää keskittyä rasismiin, ei rotuun sinänsä, koska terveyseroja ei aiheuta rotu itsessään vaan siihen liittyvät sosiaaliset tekijät (Wu, 2023). Psykologisen tutkimuksen kentällä olisi siis kaiken kaikkiaan syytä siirtyä koko maailman väestöä paremmin edustavaan tutkimukseen, sekä tutkia rasismien vaikutuksia psyykkiseen hyvinvointiin nykyistä enemmän.

Rasismia mittaavien kyselylomakkeiden vastauksissa esiintyy sekä koetun rasismien vähättelyä eli minimointiharhaa, että kokemusten herkempää tulkintaa rasismiksi eli valppausharhaa (Kaiser & Major, 2006). Minimointiharha (engl. *mimimization bias*) esiintyy, kun vastaajat eivät ole kiinnittäneet huomiota kohtaamaansa rasismiin, vähättelevät kokemuksiaan tai kieltävät kokemansa esimerkiksi sen psyykkisen kuormittavuuden takia. Valppausharha (engl.

vigilance bias) on päinvastainen ilmiö, jossa epäselvät tilanteet tulkitaan rasisisiksi, koska aiemmat itseen tai omaan sisäryhmään kohdistuneet syrjintäkokemukset ovat herkistäneet havaitsemaan rassistista kohtelua. Nämä molemmat ilmiöt voivat vaikuttaa rasismin kokemista mittaavien tutkimusten tuloksiin, jotka saattavat siten antaa todellisuutta vähäisemmän, tai toisaalta joissakin tilanteissa liioitellun, kuvan rasismin määrästä.

Rasismin yhteyksistä erilaisiin mielenterveyteen ja hyvinvointiin liittyviin tekijöihin on tehty paljon tutkimusta. Tulokset viittaavat siihen, että syrjinnän kokemukset voivat nostaa stressitasoa, mikä lisää esimerkiksi masennusta sekä ahdistusta ja vaikuttaa siten negatiivisesti sekä fyysiseen että mielenterveyteen (Molina & James, 2016; Wanda & Mumba, 2024). Systemaattiset katsaukset rasismin ja hyvinvoinnin yhteydestä lapsilla ja nuorilla osoittavatkin, että rasismikokemukset ovat yhteydessä heikompaan mielenterveyteen sekä käytösongelmiin (Cave ym., 2020; Priest ym., 2013). Johdonmukaisin näissä katsauksissa havaituista yhteyksistä on ollut rasismin ja negatiivisten mielenterveysvaikutusten, kuten masennuksen, ahdistuksen ja matalan itsetunnon, välillä. Tähän vaikuttavat rasismille altistumisen kesto ja sen ajoitus. Mielenterveysongelmien lisäksi katsauksissa on havaittu vahva yhteys rasismin ja käytösongelmien välille, ja se on ollut vahvempi kuin rasismin ja fyysisten terveysvaikutusten välinen yhteys. Yleisesti terveyteen ja mielenterveyteen liittyviä yhteyksiä rasismin kokemiseen on siis tutkittu, ja ne vaikuttavat olevan negatiivisia. Rasismin ja itsetunnon yhteydestä ei ole kuitenkaan aiemmin tehty juuri siihen keskittyvää systemaattista katsausta, joten ilmiöstä ei ole saatavilla kattavaa kokonaiskuvaa.

Itsetunto on kognitiivinen rakenne, joka on yhteydessä moneen eri elämän ja hyvinvoinnin osa-alueeseen. Yksittäisten mielenterveysvaikutusten lisäksi on siis tärkeää tutkia sitä, miten rasismin kokeminen on yhteydessä ihmisen käsitykseen itsestään, koska tämä käsitys toimii pohjana monelle muulle ilmiölle (esim. Orth ym., 2018). Aiempien tutkimusten perusteella vaikuttaa siltä, että yhteys näiden muuttujien välillä on luultavasti olemassa, mutta koska aiheesta ei ole tehty systemaattista katsausta, on sellainen perusteltua tehdä ilmiön metatason tarkastelua varten ja olemassa olevan tiedon kokoamiseksi.

1.1 Rasismi

1.1.1 Rasismin määrittely

Rasismi tarkoittaa asenteita ja toimintaa, jotka ylläpitävät tai vahvistavat etnisten ryhmien välistä eriarvoisuutta, kuten stereotypioita, ennakkoluuloja ja syrjivää käytöstä (Berman &

Paradies, 2010). Koettu rasismi tarkoittaa puolestaan yksilön kokemusta siitä, että häntä on kohdeltu epäoikeudenmukaisesti, koska muut suhtautuvat häneen kielteisesti etniseen ryhmään kuulumisen takia (Kam & Cleveland, 2011).

Rasismi voidaan jakaa kolmeen käsitteelliseen tasoon, jotka eivät kuitenkaan ole tarkkarajaisia vaan ilmenevät myös päällekkäin ja yhtäaikaaisesti (Berman & Paradies, 2010). Nämä tasot ovat vuorovaikutuksessa ilmenevä, rakenteellinen ja sisäistetty rasismi. Vuorovaikutuksessa ilmenevä rasismi tarkoittaa ihmisten välillä tapahtuvaa rasistista syrjintää, kuten rasistisia loukkauksia tai fyysistä väkivaltaa. Rakenteellista rasismia puolestaan esiintyy, kun yhteiskunnan aineellisten, tiedollisten ja symbolisten resurssien tuotanto, valvonta ja saatavuus ylläpitävät tai pahentavat etnisten ryhmien eriarvoisuutta. Esimerkiksi tilanteessa, jossa rodullistettua ihmistä ei oteta töihin tai hänelle ei vuokrata asuntoa ennakkolulojen vuoksi, esiintyy rakenteellista rasismia. Sisäistetty rasismi puolestaan viittaa rasististen ideologioiden omaksumiseen osaksi rasismia kohdanneen omaa maailmankuvaa ja uskomuksia omasta sosiaalisesta ryhmästä. Rasismia kohdannut ihminen voi esimerkiksi pitää itseään vähemmän älykkäänä kuin valkoisia.

Sisäistetty rasismi on siis ilmiönä lähellä itsetuntoa, ja onkin mahdollista, että ne ovat yhteydessä toisiinsa. Koska sisäistetty rasismi voi olla seurausta vuorovaikutuksessa tai muutoin koetusta rasismista (esim. D. James, 2022), voidaan ajatella, että se on välittävä mekanismi rasismien ja itsetunnon välisen yhteyden taustalla. Sisäistetty rasismi on usein piilotettua ja automaattista, eikä yksilö ole välttämättä yhtä tietoinen siitä kuin vuorovaikutuksessa tapahtuvasta rasismista (David ym., 2019). Vuorovaikutuksessa tapahtuva rasismi puolestaan on helpommin havaittavissa ja saattaa tulla tutkimuksissa paremmin ilmi kuin sisäistetty tai rakenteellinen rasismi. Tässä katsauksessa keskitymme vuorovaikutuksessa ilmenevään rasismiin.

1.1.2 Syrjinnän havaitseminen lapsuudessa ja nuoruudessa

Syrjinnän havaitsemisen kehittymistä lapsilla voidaan tarkastella Spears Brownin ja Biglerin mallin avulla (2005). Mallissa on kolme pääkomponenttia, jotka vaikuttavat syrjinnän havaitsemiseen: kognitiiviset kyvyt, tilannekohtaiset vihjeet ja yksilölliset erot. Kognitiivisiin kykyihin kuuluvat ymmärrys rodusta ja sukupuolesta, luokittelutaidot, toisten kognitioiden ymmärtäminen, sosiaalinen vertailu ja moraalinen päättely. Toinen pääkomponentti, tilannekohtaiset vihjeet, sisältää tilanteesta riippuvaisia tekijöitä, jotka joko helpottavat tai vaikeuttavat syrjinnän havaitsemista. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi se, kohdistuuko

syrijintä itseen vai muihin sekä se, liittyykö tilanteeseen itseen tai omaan ryhmään kohdistuva stereotypia. Lisäksi syrjinnän havaitsemiseen voi vaikuttaa mahdollisuus tehdä sosiaalista vertailua, eli esimerkiksi verrata omaa kohtelua muiden saamaan kohteluun. Kolmas pääkomponentti, yksilölliset erot, sisältää muun muassa stigmatisoituihin ryhmiin kuulumisen, tiedon syrjinnästä ilmiönä ja ryhmiin liittyvät asenteet.

Syrjinnän havaitseminen kehittyy lapsilla vähitellen, kun heidän sosiokognitiiviset kykynsä kehittyvät (Spears Brown & Bigler, 2005). Kuusivuotiailla lapsilla on yleensä jo kulttuuriset ja sosiokognitiiviset perustaidot, jotka mahdollistavat syrjinnän havaitsemisen monenlaisissa tilanteissa. Syrjintä voi perustua esimerkiksi sukupuoleen, etniseen taustaan, uskontoon tai fyysisiin ja psyykkisiin kykyihin. Kymmenenvuotiaina lapset kykenevät keskimäärin havaitsemaan syrjintää jo melko samaan tapaan kuin aikuiset, lukuun ottamatta yhteiskunnallista tai rakenteellista syrjintää, joiden havaitsemisen mahdollistavat tiedon lisääntyminen ja kognitiivisten valmiuksien kehittyminen nuoruusiässä (Spears Brown & Bigler, 2005). Myös moraalisen päättelykyvyn kehittyminen murrosiässä helpottaa syrjinnän havaitsemista.

Varhaisnuoruudessa nuoret alkavat ymmärtää etnisen taustansa vaikutusta omaan elämäänsä sekä pohtia omaa identiteettiään ja muiden suhtautumista itseen ja omaan ryhmään (Benner ym., 2018). Myöhäisnuoruudessa he ymmärtävät abstraktimpia käsitteitä, kuten rasismi ja etuoikeudet, sekä yhteiskunnan vaikutuksen yksilön kokemuksiin. Koska omaa etnistä identiteettiä aletaan pohtia enemmän ja muiden suhtautumista omaan etnisyyteen ymmärretään paremmin, rasismia havaitaan aiempaa enemmän ja tarkemmin. Siksi nuoret voivat olla myös alttiimpia sen negatiivisille vaikutuksille (Benner ym., 2018). Lisäksi on havaittu, että ikä välittää rasismin ja psyykkisen ahdistuksen välistä yhteyttä siten, että se on merkittävästi suurempi alle 17-vuotiailla kuin aikuisilla (Lee & Ahn, 2013). Koska syrjinnän havaitseminen kehittyy nuoruusiässä, ja nuoret ovat alttiimpia sen vaikutuksille, on olennaista tutkia nimenomaan nuorten rasismikokemuksia.

1.2 Itsetunto

1.2.1 Itsetunnon määrittely

Itsetuntoa on määritelty psykologiassa eri tavoin, eikä käsitteen määrittelystä ole täyttä yksimielisyyttä. Ensimmäisten joukossa käsitteen määritteli William James (W. James & Burkhardt, 1983), jonka mukaan itsetunto tarkoittaa sitä astetta, jolla ihminen arvioi

saavutustensa olevan suhteessa tavoitteisiinsa ja toiveisiinsa. Morris Rosenberg (1965) puolestaan kuvasi korkean itsetunnon tarkoittavan sitä, että yksilö kunnioittaa itseään ja pitää itseään arvokkaana. Yksilö ei välttämättä pidä itseään parempana kuin muut, mutta ei ainakaan huonompana; hän tunnistaa itsessään myös parannuskohteita. Matalaan itsetuntoon liittyy tyytymättömyyttä itseen ja halveksuntaa itseä kohtaan (engl. *self-rejection*). Rosenbergin määritelmä on laajasti hyväksytty, mutta sitä on haluttu myös laajentaa esimerkiksi sisällyttämällä siihen ulkoinen vertailu (esim. Leary & Tangney, 2003; Robins & John, 1997). Jamesin (1983) ja Rosenbergin (1965) määritelmien mukaan itsetunto ei siis riipu ulkoisista arvioinneista, vaan henkilökohtaisesta kokemuksesta omasta arvosta.

Sosiometriteorian mukaan itsetunto on puolestaan psykologinen arvio siitä, kuinka paljon muut ihmiset arvostavat itseä (Leary, 2012). Ihmiset käyttäytyvät tavoilla, jotka ylläpitävät itsetuntoa, koska se pienentää todennäköisyyttä sille, että toiset kohtelisivat itseä huonosti. Tämän käsityksen mukaan itsetunto rakentuu siis vuorovaikutuksessa muiden kanssa, ja se vaikuttaa yksilön käytökseen sosiaalisissa tilanteissa. Itsetuntoon ja sen kehitykseen vaikuttaa myös sosiaalinen peilaaminen (Suárez-Orozco, 2002). Muiden ihmisten positiivinen tai negatiivinen palaute vaikuttaa siihen, miten yksilö näkee itsensä. Esimerkiksi maahanmuuttajanuoret joutuvat usein kohtaamaan negatiivista peilaamista valtakulttuurin suunnalta, kuten koulusta ja mediasta, mikä voi vaikuttaa haitallisesti heidän itsetuntonsa kehitykseen.

1.2.2 Itsetunnon kehitys nuoruudessa ja merkitys hyvinvoinnille

Vanhempien tutkimusten mukaan lapsilla on tyypillisesti hyvä itsetunto, joka heikkenee myöhäislapsuudessa ja edelleen nuoruudessa ja paranee taas aikuisuudessa (esim. Robins & Trzesniewski, 2005). Uudempi näyttö viittaa kuitenkin siihen, että itsetunto paranee lapsuudessa, pysyy melko muuttumattomana varhaisnuoruuden (11–15-vuotiaana) ja jatkaa kasvuaan keskinuoruudesta 30-vuotiaaksi saavuttaen huippunsa 60–70-vuotiaana (Orth ym., 2018). Vaikka väestötasolla itsetunnon kehitys on keskimäärin edellä kuvatun kaltaista, on yksilöiden välillä kuitenkin eroja. Esimerkiksi onnistumisen kokemukset, erilaiset elämäntilanteiden muutokset tai stressaavat tapahtumat voivat vaikuttaa itsetunnon yksilölliseen kehitykseen.

Itsetunnon merkityksestä ihmisen elämässä ei ole psykologiassa täyttä yksimielisyyttä, mutta tutkimustieto aiheesta kasvaa jatkuvasti. On olemassa melko yhtenäistä näyttöä siitä, että itsetunto on yhteydessä esimerkiksi parisuhdetyytyväisyyteen ja parisuhteen laatuun (esim.

Orth ym., 2012), työtyytyväisyyteen ja -menestykseen (esim. Kuster ym., 2013), sosiaaliseen tukeen (esim. Marshall ym., 2014), opintoihin ja fyysiseen terveyteen (esim. Trzesniewski ym., 2006). Itsetunnon yhteys näihin tekijöihin on pieni tai keskisuuri, eli myös monet muut tekijät vaikuttavat niihin (Orth, 2017). Toisaalta myös liian korkea itsetunto voi aiheuttaa negatiivisia seurauksia, kuten vaikeuksia ihmissuhteissa, ja jotkut tutkijat ovatkin ehdottaneet, että paras itsetunnon taso olisi totuudenmukainen käsitys itsestä (esim. Baumeister ym., 2003).

Nuoruudessa matalan itsetunnon on havaittu olevan yhteydessä muun muassa huonompaan mielenterveyteen, itsemurhayrityksiin ja vaikeuksiin muodostaa myönteisiä sosiaalisia tukiverkostoja (Marshall ym., 2015). Mekanismit, joilla itsetunto vaikuttaa yksilön hyvinvointiin, vaihtelevat luultavasti osa-alueittain. On kuitenkin esitetty, että itsetunnon ja negatiivisten mielenterveysvaikutusten, kuten masennuksen, välittävänä tekijänä voisi olla matalasta itsetunnosta johtuva ruminointi eli märehtiminen (Kuster ym., 2012).

1.3 Tutkimuskysymys

Tässä systemaattisessa katsauksessa haluamme selvittää, onko rasismin kokemisella yhteyttä 10–19-vuotiaiden nuorten itsetuntoon. Koska itsetunto on laaja-alaisesti yhteydessä moniin eri mielenterveyden ja hyvinvoinnin osa-alueisiin, ja se kehittyy merkittävästi nuoruusiässä, on tärkeää tutkia, miten syrjintäkokemukset ovat yhteydessä rasismin kokemiseen juuri nuorilla. Itsetunnon ajatellaan rakentuvan ainakin osittain vuorovaikutuksessa (Leary, 2012), ja muiden ihmisten asenteet itseä kohtaan voivat vaikuttaa sen kehitykseen esimerkiksi sosiaalisen peilaamisen kautta (Suárez-Orozco, 2002). Rasismia kohtaavat nuoret joutuvat tekemisiin negatiivisten itseensä kohdistuvien asenteiden kanssa itsetunnon vasta kehittyessä, joten on todennäköistä, että he peilaavat niitä myös itseensä. Tällöin itsetunto saattaa kehittyä heikommaksi kuin niillä nuorilla, jotka eivät joudu kohtaamaan toistuvaa syrjintää. Hypotesimme on, että yhteys rasismin kokemisen ja itsetunnon välillä on negatiivinen, eli rasismia kokeneilla nuorilla olisi huonompi itsetunto.

Menetelmät

Tutkimuksemme oli systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Toteutimme aineistohaun 2.2.2024 PubMed-, PsycArticles-, PsycINFO- ja Psychology Database -tietokannoissa. Valitsimme kyseiset tietokannat, jotta löytäisimme mahdollisimman kattavasti psykologian alan julkaisuja aiheestamme.

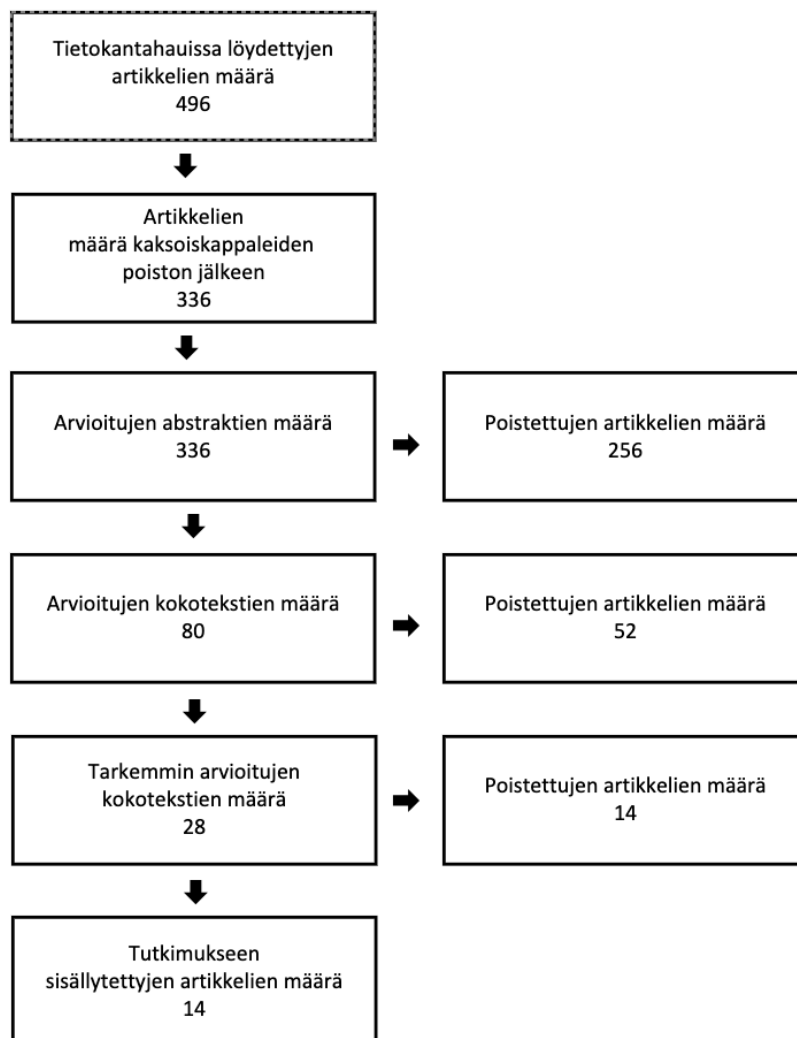
Hakulausekkeemme PubMedissa oli seuraava: (racis* OR "racial discrimination" OR "ethnic/racial discrimination" OR "ethnic-racial discrimination" OR "perceived racism" OR "perceived racial discrimination" OR "Racism"[Mesh] OR "Perceived Discrimination"[Mesh]) AND "self-esteem*" AND (child* OR adolesc* OR youth* OR teen* OR young OR "Child"[Mesh] OR "Adolescent"[Mesh]). Muissa tietokannoissa käytimme samaa lauseketta, mutta muokkasimme sitä asiasanojen osalta kunkin tietokannan toimintaperiaatteiden mukaiseksi. Tarkat hakulausekkeet löytyvät Liitteestä 1.

Hakumme tuottivat yhteensä 496 tulosta, joista kaksoiskappaleiden poiston jälkeen jäljelle jäi 336. Kävimme nämä tutkimukset abstraktien ja otsikoiden perusteella sokkoutetusti läpi, eli molemmat lukivat ne itsenäisesti, ja otimme mukaan 80 tutkimusta. Olimme samaa mieltä 86 % läpikäydyistä abstrakteista, ja lopuista teimme päätökset yhdessä. Sisäänottokriteereinä meillä oli, että tutkimuksissa tuli olla mitattu sekä rasismia että itsetuntoa, ja otoksen tuli käsittää alle 30-vuotiaita. Itsetuntoa tuli olla mitattu Rosenbergin itsetuntomittarilla (Rosenberg Self-Esteem Scale, Rosenberg, 1965), joka on laajalti käytössä oleva itsetunnon mittaamiseen kehitetty arviointimenetelmä (Schmitt & Allik, 2005). Lisäksi rajasimme ulos tapaustutkimukset, meta-analyysit ja tietyn intervention vaikutuksiin keskittyvät tutkimukset, jotta saisimme mahdollisimman vertailukelpoista aineistoa.

Koko artikkeleiden lukemisen jälkeen kävimme jäljelle jääneet artikkelit sokkoutetusti läpi uusilla rajauskriteereillä ja otimme mukaan 28 artikkelia. Tässä sisäänottokriteereinä oli otoksen rajautuminen 10–19-vuotiaisiin WHO:n nuoren (engl. *adolescent*) määritelmän mukaisesti. Lisäksi tutkimuksessa tuli olla mitattu suoraa yhteyttä rasismiin ja itsetunnon välillä, ja yhteys tuli olla ilmoitettuna koko otokselle eikä erikseen useammalle ryhmälle esimerkiksi sukupuolen tai etnisen taustan mukaan. Sisäänottokriteerinä oli lisäksi, että mitatun rasismiin tuli olla henkilöön suorassa vuorovaikutuksessa kohdistuvaa etnistä syrjintää, eli rajasimme ulkopuolelle verkossa tapahtuvan sekä yhteiskunnassa havaitun rasismiin, joka ei suoraan kohdistunut koehenkilöön. Olimme samaa mieltä 89 % artikkeleista.

Seuraavassa vaiheessa rajasimme tutkimuksia vielä rasismien mittarin perusteella.

Sisäänottokriteerinä oli arviointimenetelmät, joissa mitataan sitä, kuinka paljon tai usein henkilö kokee tai on kokenut rasismia elämänsä aikana. Lisäksi rajasimme yhden tutkimuksen ulos tarkemman tarkastelun jälkeen, koska siinä ei ollut raportoitu korrelaatiota rasismien ja itsetunnon välillä, vaan erilaisia profiileja. Kolme tutkimusta rajattiin pois siksi, että niissä oli hyödynnetty samaa otosta kuin muissa tutkimuksissa. Tämän jälkeen lopulliseen aineistoon jäi 14 tutkimusta. Viimeiset rajaukset teimme yhdessä, emme sokkoutetusti. Tiivistelmä artikkelien rajausprosessista löytyy Kuvaajasta 1.



Kuvaaja 1

Vuokaavio artikkelien sisällyttämisestä katsaukseen

Mukaan otetuista artikkeleista taulukoimme otoskoon, tutkimuksen tekomaan, osallistujien etnisyydet, rasismien ja itsetunnon mittarit, rasismien ja itsetunnon väliset korrelaatiokertoimet sekä korrelaatiokertoimien p-arvot.

Lisäksi suoritimme meta-analyysin satunnaistekijöiden (random effects) mallin avulla ESCI-ohjelmassa (Cumming, 2016). Sisällytimme analyysiin otoskoot ja korrelaatiokertoimet kaikista katsauksessa mukana olevista tutkimuksista. Tutkimuksista, joissa oli mitattu useita erilaisia rasismikokemuksia ja tutkittu niiden yhteyttä itsetuntoon, laskimme ilmoitettujen korrelaatioiden keskiarvon meta-analyysia varten.

3 Tulokset

Katsaukseen otettiin mukaan yhteensä 14 tutkimusartikkelia. Varhaisin tutkimus oli julkaistu vuonna 1998, ja tuorein oli vuodelta 2022. Suurin osa tutkimuksista (9) oli tehty Yhdysvalloissa, mutta mukana oli tutkimuksia myös Isosta-Britanniasta (1), Bulgariasta (1), Ruotsista (1), Alankomaista (1) ja Kiinasta (1). Valtaosa tutkimuksista oli poikittaistutkimuksia (11), mutta lisäksi tutkimusartikkelit sisälsivät kolme pitkittäistutkimusta (Bayram Özdemir & Stattin, 2014; Stein ym., 2014; Toomey ym., 2013). Näissä tutkimuksissa oli kaksi mittausajankohtaa, joiden välillä oli noin vuosi. Käytimme kaikista näistä tutkimuksista ensimmäisen mittausajankohdan arvoja.

3.1 Tutkimusten osallistujat

Tutkimuksiin osallistui yhteensä 8394 10–19-vuotiasta nuorta, ja otoskoot yksittäisissä tutkimuksissa olivat 72–3398. Osallistujien joukossa oli sekä valtaväestöön että marginalisoituihin etnisiin ryhmiin kuuluvia ihmisiä. Tutkimusten otoskoot ja maat sekä osallistujien iät ja etnisyydet on eroteltu tarkemmin Taulukossa 1. Kahdessa tutkimuksessa kriteerit osallistujille oli rajattu tarkemmin: Mereishin ja kumppaneiden (2022) tutkimuksen kaikki osallistujat (N = 3398) olivat seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia nuoria ja Toomeyn ja kumppaneiden (2013) tutkimuksessa kaikki osallistujat (N = 204) olivat meksikolaistaustaisia teiniäitejä.

Taulukko 1*Tutkimusten otosten demografiset tiedot*

Tutkimus	N	Ikä (skaala, M, SD)	Maa	Etnisyydet
Austin ym. (2021)	109	13–14, M = 13.9, SD = 0.3	UK	Valkoiset, mustat, mixed, aasialaiset, muut, arabit
Aydinli-Karakulak ym. (2021)	195	M = 16.5	Bulgaria	Turkki
Bayram Özdemir & Stattin (2014)	330	12–17, M = 14.07, SD = 0.9	Ruotsi	mm. Lähi-itä, Itä-Afrikka, Etelä-Amerikka, Aasia ja entinen Jugoslavia
Huynh & Fuligni (2010)	601	M = 17.8, SD = 0.4	USA	Aasia, Latinalainen Amerikka ja Eurooppa
Kam & Bámaca-Colbert (2013)	338	Otos 1: 10–14, M=12.3, SD: 0.5, Otos 2: 14–17, M = 15.2, SD = 0.5	USA	Meksiko
Lanier ym. (2017)	72	11–14, M = 12.1	USA	Afrikan amerikkalaiset, Karibian amerikkalaiset, mixed
Mereish ym. (2022)	3398	13–17, M = 15.6, SD = 1.3	USA	Aasialaiset, mustat, latinot, Amerikan alkuperäiskansat, Lähi-itä, mixed ja muut
Phinney ym. (1998)	164	14–19, M = 16.1, SD = 1.2	USA	Armenia, Meksiko, Vietnam
Seaton ym. (2010)	1170	13–17, M = 15, SD = 1.4	USA	Afrikan amerikkalaiset, karibialaiset
Stein ym. (2014)	176	M = 15.0, SD = 0.8	USA	Aasian amerikkalaiset
Toomey ym. (2013)	204	15-18, M = 16.8, SD = 1.0	USA	Meksiko
Umaña-Taylor ym. (2015)	219	11.0 –18.3, M = 14.4, SD = 1.8	USA	Latinalainen Amerikka
Verkuyten & Thijs (2004) Tutkimus 1	161	13–16, M = 14.7	Alankomaat	Turkki
Verkuyten & Thijs (2004) Tutkimus 2	112	11–12, M = 11.6	Alankomaat	Turkki
Zhao & Ngai (2022)	813	M = 13.9, SD = 1.1	Kiina	Bai

N = otoskoko, M = keskiarvo, SD = keskihajonta, mixed = ihminen, jonka vanhemmat edustavat keskenään eri etnisyyksiä

3.2 Arviointimenetelmät

Tutkimuksissa käytettiin monia eri arviointimenetelmiä, ja rasismia oli eri tutkimuksissa määritelty hieman eri tavoilla. Tulkitsimme käsitteiden kuvaavan samaa ilmiötä, jos niistä kävi ilmi syrjinnän kohdistuvan rotuun tai etnisyyteen. Itsetuntoa kuvattiin kaikissa tutkimuksissa samalla käsitteellä (engl. *self-esteem*), paitsi yhdessä tutkimuksessa (Verkuyten & Thijs, 2004), jossa sitä kutsuttiin globaaliksi itsearvostukseksi (engl. *global self-worth*). Arviointimenetelmät sekä muuttujien väliset korrelaatiot on esitelty Taulukossa 2.

Taulukko 2*Rasismien ja itsetunnon mittaamiseen käytetyt menetelmät sekä muuttujien väliset korrelaatiot*

Tutkimus	Itsetunnon mittari	Rasismien mittari	N	Mitattu korrelaatio	r
Austin ym. (2021)	RSES	Kuinka usein vertaiset syrjivät edellisen kouluvuoden aikana? (MADIC), 3 osiota, 4-asteinen Likert	109	Vertaisten syrjintä ja itsetunto	-.19
Aydinli-Karakulak ym. (2021)	RSES	Kuinka usein olet kohdannut syrjintää etnisyyden, aksentin, uskonnon ja vähemmistöstatuksen vuoksi edellisen 6kk aikana? 4 osiota, 5-asteinen Likert	195	Koettu syrjintä ja itsetunto	-.37**
Bayram Özdemir & Stattin (2014)	RSES	Etnisen häirinnän mittari, 6 osiota, 5-asteinen Likert	330	Etninen häirintä ja itsetunto	-.21***
Huynh & Fuligni (2010)	RSES, 5-asteinen Likert	Kuinka usein koet syrjintää aikuisten ja vertaisten toimesta? 14 osiota, 5-asteinen Likert	601	Syrjintä aikuisilta ja itsetunto Syrjintä vertaisilta ja itsetunto	-.23** -.21**
Kam & Bámaca-Colbert (2013)	4 osiota RSES (positiivinen muotoilu)	Perceived Discrimination Scale (uudistettu versio), 9 osiota, 3-asteinen Likert	338	Globaali syrjintä ja itsetunto Syrjintä auktoriteeteilta ja itsetunto Syrjintä opettajilta ja itsetunto	-.14** -.08 .01
Lanier ym. (2017)	RSES	The Daily Life Experiences Scale, 20 osiota, 6-asteinen Likert	72	Syrjinnän toistuvuus ja itsetunto	-.21
Mereish ym. (2022)	RSES	Racism and Life Experience Scale – Brief Version, 9 osiota, 5-asteinen Likert	3398	Rasismikokemukset ja itsetunto	-.16**
Phinney ym. (1998)	RSES, 5-asteinen Likert	3 osiota arvioi syrjityksi tulemistä, 4 arvioi tunnetta siitä, ettei tule hyväksytyksi yhteiskunnassa, 5-asteinen Likert	164	Koettu syrjintä ja itsetunto	-.20*
Seaton ym. (2010)	RSES	The Everyday Discrimination Scale, 13 osiota, 6-asteinen Likert	1170	Koettu syrjintä ja itsetunto	-.16**

Stein ym. (2014)	RSES	Kuinka usein olet kokenut rotuun tai etnisyyteen perustuvaa syrjintää seuraavissa tilanteissa? 7 osiota, 5-asteinen Likert	176	Koettu syrjintä ja itsetunto	-.30*
Toomey ym. (2013)	RSES	Perceived Discrimination Scale (uudistettu versio), 10 osiota, 4-asteinen Likert	204	Etninen syrjintä ja itsetunto	-.11
Umaña-Taylor ym. (2015)	RSES	Perceived Discrimination by Adults and Peers Scale (lyhennetty versio), 15 osiota, 5-asteinen Likert	219	Syrjintä vertaisilta ja itsetunto Syrjintä koulun aikuisilta ja itsetunto Syrjintä aikuisilta ja itsetunto	-.16* -.18** -.16**
Verkuyten & Thijs (2004) Tutkimus 1	RSES, 5-asteinen Likert	Kuinka paljon koet syrjintää koulussa? 1 osio, 5-asteinen Likert	161	Globaali itsearvostus ja syrjintä	-.17*
Verkuyten & Thijs (2004) Tutkimus 2	6 osiota RSES, 5-asteinen Likert (positiivinen muotoilu)	Kuinka paljon koet syrjintää koulussa ja pidetäänkö turkkilaisia lapsia vähemmän fiksuina? 3 osiota, 5-asteinen Likert	112	Globaali itsearvostus ja syrjintä	-.08
Zhao & Ngai (2022)	4 osiota RSES, 5-asteinen Likert	Everyday Discrimination Scalesta 3 osiota, 5-asteinen Likert	813	Etninen syrjintä ja itsetunto	-.14**

RSES = Rosenberg Self-Esteem Scale, N = otoskoko, r = korrelaatiokerroin, * = $p < .05$, ** = $p < .01$, *** = $p < .001$

3.2.1 Itsetunnon arviointimenetelmät

Rosenbergin itsetunnomittari (Rosenberg Self-Esteem Scale, Rosenberg, 1965) on laajalti käytössä oleva itsetunnon mittaamenetelmä (Schmitt & Allik, 2005). Mittarilla on havaittu olevan hyvä reliabiliteetti ja validiteetti, sekä samankaltainen faktorirakenne 53 eri maassa, mutta sen negatiivisesti muotoiltuja osakysymyksiä saatetaan tulkita eri tavoin eri kieliversioissa. Rosenbergin itsetunnomittari sisältää kymmenen osiota, joihin vastataan 4-asteisella Likert-asteikolla (vahvasti eri mieltä – vahvasti samaa mieltä). Ensimmäinen väite on ”Kaiken kaikkiaan olen tyytyväinen itseeni”. Viisi osiota mittaa korkeaa itsetuntoa (esim. ”Tunnen, että minulla on lukuisia hyviä ominaisuuksia”), ja viisi matalaa (esim. ”Toisinaan tunnen, etten ole lainkaan hyvä”). Negatiivisten osioiden pisteet on koodattu kääntäen.

Tutkimuksissa, joissa käytettiin Rosenbergin itsetunnomittaria kokonaisuudessaan, Cronbachin alfat olivat .67 – .91, eli hyväksyttävästä erinomaiseen. (Austin ym., 2021; Aydinli-Karakulak ym., 2021; Bayram Özdemir & Stattin, 2014; Huynh & Fuligni, 2010; Lanier ym., 2017; Mereish ym., 2022; Phinney ym., 1998; Seaton, 2010; Stein ym., 2014; Toomey ym., 2013; Umaña-Taylor ym., 2015). Lisäksi joissain tutkimuksissa mittaria oli muokattu. Kam ja Bácsa-Colbert (2013) käyttivät mittarista vain neljää osiota, jotka oli muotoiltu positiivisesti, ja heidän versiolleen alfa oli .83. Myös Zhao ja Ngai (2022) käyttivät tutkimuksessaan neljää osiota itsetunnomittarista, ja heidän mittarinsa alfa oli .80. Huynh ja Fuligni (2010), Phinney ja kumppanit (1998), Verkuyten ja Thijs (2004) sekä Zhao ja Ngai (2022) käyttivät 4-asteisen Likert-asteikon sijaan 5-asteista Likert-asteikkoa. Heidän mittareilleen alfat olivat .74 – .88. Lisäksi Verkuytenin ja Thijsin (2004) toisessa osatutkimuksessa mittarista käytettiin kuutta positiivisesti muotoiltua kysymystä ja osioita muotoiltiin ikäryhmälle paremmin sopivaksi. Tämän mittarin alfa oli .75. Rosenbergin mittari oli siis kaikissa tutkimuksissa sisäisesti yhtenäinen.

3.2.2 Rasismien arviointimenetelmät

Koetun rasismien mittarit olivat puolestaan vaihtelevampia, mutta muodoltaan samankaltaisia. Kaikissa tutkimuksissa oli mitattu kyselylomakkeella sitä, kuinka paljon tai kuinka usein henkilö oli kokenut rasismia tai syrjintää etnisyytensä vuoksi esimerkiksi edellisen vuoden, kouluvuoden tai koko elämänsä aikana. Rasismikokemukset sisältävät esimerkiksi syrjinnän, joka perustuu henkilön etnisyyteen, uskontoon, aksenttiin tai vähemmistöstatukseen. Osa mittareista oli vakiintuneita, ja osa oli kehitetty kyseisiä tutkimuksia varten.

Suurimmassa osassa tutkimuksista (9) käytettiin rasismien mittaamiseen 5-asteista Likert-asteikkoa. Muissakin tutkimuksissa rasismia mitattiin Likert-asteikon avulla, mutta se oli 3-, 4- tai 6-asteinen. Suurimmassa osassa tutkimuksista (10) koettua rasismia oli mitattu 3–10 osiolla. Toisessa Verkuytenin ja Thijsin (2004) osatutkimuksessa sitä oli mitattu vain yhdellä kysymyksellä ja lopuissa neljässä tutkimuksessa koettua rasismia oli mitattu 13–20 osiolla. Yli kymmenen osakysymyksen mittareilla, tai niiden osilla, Cronbachin alfat olivat .85–.94, eli hyviä tai erinomaisia.

Cronbachin alfat koetun rasismien kokonaisille mittareille vaihtelivat tutkimuksissa välillä .74 (Verkuyten & Thijs, 2004) – .94 (Aydinli-Karakulak ym., 2021), eli hyvästä erinomaiseen. Kolmessa tutkimuksessa (Huynh & Fuligni, 2010; Kam & Bámaca-Colbert, 2013; Umaña-Taylor ym., 2015) rasismi oli jaettu kahteen tai kolmeen alaluokkaan. Huynh ja Fulingi (2010) ja Umaña-Taylor tutkimusryhmineen (2015) erottelivat vertaisten ja aikuisten taholta tulleen syrjinnän omiksi alaluokikseen. Vertaisten harjoittamaa syrjintää mittaavien osioiden alfat olivat näissä tutkimuksissa .94 ja .85. Huynhin ja Fulingin (2010) tutkimuksessa Cronbachin alfa aikuisten taholta tulevan syrjinnän osioille oli .93. Umaña-Taylorin ja kumppaneiden (2015) tutkimuksessa tämä oli jaettu vielä kahteen alaluokkaan: koulun aikuisten rasistista käytöstä mittaavien kysymysten Cronbachin alfa oli .91 ja koulun ulkopuolisten tuntemattomien aikuisten syrjivää käytöstä mittaavien kysymysten alfa oli .93.

Huynhin ja Fulingin (2010) tutkimuksen lisäksi myös toisessa tutkimuksessa (Stein ym., 2014) hyödynnettiin Greenen ja hänen tutkimusryhmänsä kehittämää mittaria (2006). Stein ja kumppanit (2014) eivät kuitenkaan erotelleet koettua rasismia alaluokkiin. Heidän tutkimuksessaan rasismikokemuksia arvioivan mittarin sisäinen yhteneväisyys oli .81. Myös Phinney ja kumppanit (1998) mittasivat tutkimuksessaan rasismikokemusten toistumistiheyttä vertaisten, opettajien tai muiden aikuisten harjoittamana, joiden lisäksi he mittasivat tunnetta siitä, ettei tule hyväksytyksi yhteiskunnassa. Hekään eivät erotelleet rasismikokemuksia alaluokkiin. Koko mittarin alfa oli .81.

Kamin ja Bámaca-Colbertin (2013) tutkimuksessa koettu syrjintä oli jaettu kolmeen alaluokkaan: globaaliin syrjintään, auktoriteettien harjoittamaan syrjintään sekä opettajien syrjivään käytökseen. Cronbachin alfat olivat .84 eli hyvä globaalille syrjinnälle, .56 eli alle hyväksyttävä auktoriteettien harjoittamalle syrjinnälle ja .68 eli hyväksyttävä opettajien syrjivälle käytökselle. Tämän tutkimuksen lisäksi myös toisessa tutkimuksessa (Toomey ym., 2013) käytettiin versiota samasta Perceived Discrimination Scalesta (Whitbeck ym., 2001).

Toomeyn ja kumppaneiden tutkimuksessa (2013) eri rasismimuotoja ei ollut eroteltu toisistaan, vaikka mittari mittasi kaikkia näitä kolmea alaluokkaa. Cronbachin alfa koko mittarille oli heidän tutkimuksessaan .80.

Seaton ja kumppanit (2010) käyttivät Everyday Discrimination Scale -mittaria (Williams ym., 1997), johon he lisäsivät kolme kysymystä opettajan harjoittamasta syrjinnästä. Zhao ja Ngai (2022) käyttivät samaa mittaria, mutta ottivat tutkimukseensa vain kolme alakysymystä. Cronbachin alfat olivat näille .86 ja .80.

Verkuyten ja Thijs (2004) käyttivät osittain eri mittareita kahdessa eri osatutkimuksessa, jotka sisältyivät samaan tutkimukseen. Osatutkimukset on taulukoissa eritelty kahdelle eri riville. Ensimmäisessä osatutkimuksessa rasismia mitattiin yhden kysymyksen avulla (”Missä määrin koet syrjintää koulussa?”), ja tälle ei raportoitu Cronbachin alfaa. Toisessa osatutkimuksessa käytettiin kolmea kysymystä ja näiden kysymysten Cronbachin alfa oli .74.

3.3 Koetun rasismien yhteys itsetuntoon

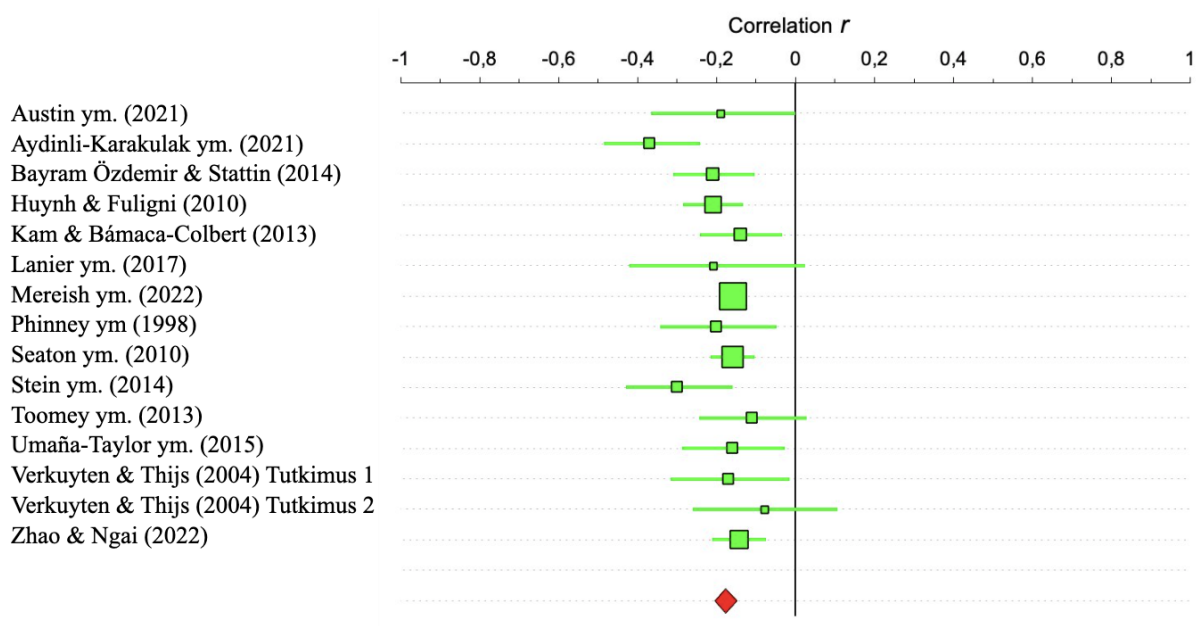
Tutkimuskysymyksemme oli, onko rasismien kokemisella yhteyttä 10–19-vuotiaiden nuorten itsetuntoon. Korrelaatiot näitä mitanneiden muuttujien välille on raportoitu Taulukossa 2. Tulokset ovat kaikissa tutkimuksissa samansuuntaisia: koetun rasismien ja itsetunnon välisten korrelaatioiden perusteella voidaan sanoa, että ilmiöiden välillä vaikuttaa olevan pieni negatiivinen yhteys. Korrelaatiot vaihtelivat tutkimuksissa .01 ja -.37 välillä. Pienin korrelaatio oli Kamin ja Bámaca-Colbertin (2013) tutkimuksessa, jossa syrjintä oli jaettu vertaisten, opettajien ja koulun ulkopuolisten aikuisten harjoittamaan rasistiseen syrjintään. Heikoin korrelaatio oli opettajien harjoittaman syrjinnän ja itsetunnon välillä. Suurin yhteys havaittiin Aydinli-Karakulakin ja kumppaneiden tutkimuksessa (2021), jossa mitattiin etnisyyden, uskonnon, aksentin ja vähemmistöstatuksen perusteella tapahtuvaa syrjintää. Neljää tutkimusta lukuun ottamatta korrelaatiot olivat tilastollisesti merkitseviä vähintään viiden prosentin riskitasolla.

Vaikka rasismien mittarit olivat tutkimuksissa erilaisia, mitattiin kaikissa kuitenkin rasismien kokemisen määrää tai toistuvuutta. Lisäksi itsetunnon mittari oli kaikissa tutkimuksissa sama, ja jokaisessa tutkimuksessa oli raportoitu korrelaatio näiden muuttujien välille. Tuloksia voidaan siis vertailla keskenään. Jokaisessa tutkimuksessa raportoitiin negatiivinen yhteys koetun rasismien ja itsetunnon välille, ja efektikoot olivat kaikissa tutkimuksissa pieniä, lukuun ottamatta Aydinli-Karakulakin ja kumppaneiden (2021) tutkimusta, jossa se oli keskisuuri.

Suurimmat otoskoot olivat Mereishin ja kumppaneiden (2022) ja Seatonin ja kumppaneiden (2010) tutkimuksissa (N = 8898 ja N = 1170), ja molemmissa havaittiin pieni korrelaatio (-.16). Vahvin yhteys (-.37) oli tutkimuksessa, jonka otoskoko oli 195 (Aydinli-Karakulak ym., 2021). Kyseisessä tutkimuksessa rasismin mittariin oli yhdistetty muitakin käsitteitä, jotka liittyvät jollain tavalla rotuun tai etnisyyteen, mutta saattavat silti samaan mittariin sisällytettynä sekoittaa tulosta. Vahvimman yhteyden havainnut tutkimus ei siis ole metodologisesti vahvin.

3.4 Meta-analyysin tulokset

Saimme meta-analyysistä tulokseksi, että keskimääräinen yhteys rasismin kokemisen ja itsetunnon välillä oli -.18 (95 % luottamusväli: -.21, -.15), eli muuttujien välillä oli heikko negatiivinen yhteys. Meta-analyysin tulokset on esitetty Kuvaajassa 2. Heterogeenisyyden vaikutus tuloksiin oli vähäistä ($I^2 = 0.189$), joten tutkimukset olivat vertailukelpoisia. Tutkimusten tulokset olivat yhteneväiset; kaikissa tutkimuksissa havaittiin pieni negatiivinen yhteys rasismin kokemisen ja itsetunnon välille, eikä yhteyden voimakkuus vaihdellut merkittävästi tutkimusten välillä ($Q = 17.27$, $p = .242$). Suurimman otoskoon tutkimukset, eli laadukkain näyttö, asettuu katsauksen tulosten keskitasolle. Tämä tukee kokonaisarviota löydetyn yhteyden suuruudesta.



Kuvaaja 2

Meta-analyysin tulokset forest plot -kuvaajassa

4 Pohdinta

Tässä tutkimuksessa selvitimme, millainen yhteys rasismin kokemisella ja itsetunnolla on nuoruusiässä. Toteutimme systemaattisen kirjallisuuskatsauksen sekä meta-analyysin. Aiemmissä katsauksissa ja meta-analyyseissa on havaittu negatiivinen yhteys rasismin kokemisen ja lasten ja nuorten hyvinvoinnin eri osa-alueiden välillä (Cave ym., 2020; Priest ym., 2013). Näissä katsauksissa on todettu, että johdonmukaisimpia yhteydet ovat olleet rasismin kokemisen ja mielenterveysvaikutusten sekä rasismin kokemisen ja käytösongelmien välillä. Tässä katsauksessa keskityimme rasismin kokemisen ja itsetunnon väliseen yhteyteen 10–19-vuotiailla nuorilla. Tulokset olivat hypoteesin mukaiset: rasismin kokemisen ja itsetunnon välillä havaittiin pieni negatiivinen yhteys. Koska yhteys oli samansuuntainen ja melko samankokoinen kaikissa systemaattiseen katsaukseen valikoituneissa tutkimuksissa, tulosta voidaan pitää luotettavana.

Kaikissa systemaattiseen katsaukseemme sisällytetyissä tutkimuksissa yhteys rasismin kokemisen ja itsetunnon välillä oli samansuuntainen, eli negatiivinen ja efektikooltaan heikko tai keskisuuri. Myös muodollinen meta-analyysi osoitti, että näiden tekijöiden välillä on heikko negatiivinen yhteys, eli rasismin kokeminen oli yhteydessä heikompaan itsetuntoon. Tutkimuksissa, joissa otoskoot olivat suurimmat (Mereish ym., 2022; Seaton, 2010; Zhao & Ngai, 2022), yhteys oli tulosten keskitasolla. Yhteydet olivat systemaattisesti samansuuntaisia, ja vain kolmessa neljästätoista tutkimuksesta korrelaatio ei ollut tilastollisesti merkitsevä, eli korrelaation luottamusväli sisälsi nollan. (Lanier ym., 2017; Toomey ym., 2013; Verkuyten & Thijs, 2004). Tulokset ovat siis hyvin yhteneväisiä.

Osassa tutkimuksista (Austin ym., 2021; Huynh & Fuligni, 2010; Kam & Bámaca-Colbert, 2013; Umaña-Taylor ym., 2015) rasismin kokeminen oli eroteltu useammaksi alaluokaksi tai rajattu yhteen tarkempaan alaluokkaan, kuten vertaisten tai aikuisten rasistiseen käytökseen. Näissä tutkimuksissa havaittiin samankaltainen yhteys sekä vertaisten että aikuisten rasistisen käytöksen ja itsetunnon välillä. Muissa tutkimuksissa sekä vertaisten että opettajien ja muiden aikuisten harjoittaman rasistisen syrjinnän ja itsetunnon välillä havaittiin pieni negatiivinen yhteys, mutta poikkeuksena oli Kamin ja Bámaca-Colbertin tutkimus (2013), jossa opettajan taholta koetun rasismin ja itsetunnon välillä ei havaittu yhteyttä. Vaikuttaa siis siltä, että kaikenlainen vuorovaikutuksessa tapahtuva rasismi on yhteydessä heikompaan itsetuntoon, eikä tekijällä ole ainakaan suurta merkitystä yhteyden vahvuudelle. Keskityimme tässä

katsauksessa tarkastelemaan vuorovaikutuksessa tapahtuvaa rasismia, joten saattaa olla, että sisäistetyn tai rakenteellisen rasismin yhteydet itsetuntoon olisivat erilaisia.

4.1 Tutkimuksen heikkoudet ja vahvuudet

Tutkimuksessamme oli useita vahvuuksia. Katsaukseen sisällytetyt tutkimukset olivat monipuolisia: niitä oli neljältä eri vuosikymmeneltä, eri mantereilta ja maista, ja tutkimusten otoksiin sisältyi eri ihmisryhmiä, kuten seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia nuoria. Osallistujien joukossa oli myös nuoria useista eri etnisistä ryhmistä. Vaikka valtaosa tutkimuksista oli tehty Yhdysvalloissa, katsauksen otos oli kuitenkin melko kattava. Nämä tekijät lisäävät katsauksemme edustavuutta ja yleistettävyyttä eri kulttuureihin ja ihmisryhmiin. Valikoimme katsaukseen sisällytettävät artikkelit sokkoutetusti, ja olimme melko samanmielisiä siitä, mitkä artikkelit otettiin mukaan. Tämä osoittaa, että tutkimuksen menetelmä oli reliabiliteetiltaan hyvä eli toistettavissa.

Tutkimuksessamme oli kuitenkin myös joitakin heikkouksia, jotka saattavat vaikuttaa tulosten yleistettävyyteen ja luotettavuuteen. Koska päätimme tarkastella vain korrelaatioita rasismien ja itsetunnon välillä, ja jätimme ulkopuolelle analyysit, joissa on käytetty monimutkaisempia tilastollisia malleja, ei tutkimuksemme havaitse muita ilmiöön mahdollisesti vaikuttavia muuttujia. On siis todennäköistä, että rasismien ja itsetunnon yhteyttä välittävät tai siihen vaikuttavat myös muut tekijät. Valitsimme itsetunnon mittariksi Rosenbergin mittarin, ja rajasimme rasismien arviointimenetelmät keskenään samankaltaisiin menetelmiin. Tämä saattaa rajoittaa tulosten yleistettävyyttä muihin mittareihin, mutta toisaalta valintamme lisäsi tulosten vertailukelpoisuutta, koska alkuperäisissä tutkimuksissa käytetyt mittarit olivat keskenään mahdollisimman samankaltaisia.

Arviointimenetelmät vaikuttavat tietysti myös siihen, kuinka kattavasti alkuperäisissä tutkimuksissa on onnistuttu tavoittamaan tutkittava ilmiö, mikä saattaa näkyä tässä katsauksessa: on mahdollista, että rasismien mittarit eivät havaitse syrjintää sen kaikessa laajuudessa, esimerkiksi mikroaggressioita tai piilossa olevaa, normalisoitua syrjintää. Tämä saattaa pienentää korrelaatioita rasismien ja itsetunnon välillä. Vastauksiin, ja siten myös efektiivisyyteen, voi vaikuttaa myös minimointiharha, eli ihmisten taipumus aliarvioida kokemaansa syrjintää (Kaiser & Major, 2006).

Lisäksi pohdinnan arvoista on, ovatko tutkimuksissa käytetyt rasismien mittarit parhaita kuvaamaan juuri nuorten kokemusta syrjinnästä, ja soveltuvatko kaikki arviointimenetelmät

tutkimuskysymykseemme parhaalla mahdollisella tavalla. Rosenbergin itsetuntomittari on osoittautunut toimivaksi (Schmitt & Allik, 2005), mutta sen taustalla vallitsee käsitys itsetunnosta henkilön sisäisenä rakenteena, joka ei muodostu esimerkiksi sosiaalisen peilaamisen kautta. Rasismi puolestaan on sosiaalinen ilmiö, joten voi olla, että tähän aiheeseen olisi sopinut paremmin jokin toinen mittari, joka huomioisi enemmän sosiaalisia tekijöitä.

Yhteyden vahvuuteen saattavat vaikuttaa myös muut tekijät. Vaikka korrelaatiot ovat heikkoja, ne esiintyvät kuitenkin johdonmukaisesti kaikissa katsaukseen sisällytetyissä tutkimuksissa. On siis aiheellista pohtia, mitkä tekijät saattavat muuntaa ja mahdollisesti vaimentaa alkuperäisissä tutkimuksissa havaittua yhteyttä. Mittausvirheen lisäksi yhteyteen vaikuttavat luultavasti monet tekijät, jotka eivät tässä tutkimuksessa nousseet esille.

Esimerkiksi sukupuoli saattaa olla tällainen yhteyttä muuntava muuttuja. Tyttöihin ja poikiin kohdistuva rasismi saattaa ilmetä eri tavoilla, ja myös reagoitavat syrjintään saattavat olla eri sukupuolilla erilaisia. Jotkut aiemmat tutkimukset (esim. Céspedes & Huey, 2008) antavat viitteitä siitä, että etnisiin vähemmistöihin kuuluvat teini-ikäiset tytöt ovat alttiimpia heikolle psykologiselle sopeutumiselle kuin pojat. Sukupuoleen kohdistuvan ja rasistisen syrjinnän kasautuminen samoille ihmisille voi myös lisätä negatiivisia vaikutuksia itsetuntoon esimerkiksi sukupuolivähemmistöillä. Myös muut risteävät erot, kuten sosioekonominen asema tai maahanmuuttajastatus, saattavat vaikuttaa yhteyteen, joten aihetta olisi tärkeää tutkia intersektionaalisemmin eli kasautuvat syrjintämuodot huomioiden.

Tässä katsauksessa rajasimme rasismin koskemaan interpersoonallista rasismia, joka on usein helpointa havaita (David ym., 2019). Muita rasismin muotoja ovat sisäistetty ja rakenteellinen rasismi. Koska itsetunto ja sisäistetty rasismi ovat käsitteinä melko lähellä toisiaan, olisi niiden välinen yhteys luultavasti vahvempi kuin itsetunnon ja vuorovaikutuksessa tapahtuvan rasismin välinen yhteys. Toisaalta käsitteet saattavat olla liian päällekkäiset, jotta niiden yhteyttä olisi mielekästä tutkia. Sisäistetty rasismi voi olla myös rasismin kokemisen ja itsetunnon välisen yhteyden välittävä tekijä.

Lisäksi saattaa olla, että tutkimuksiin osallistuneilla nuorilla on ollut elämässään sellaisia suojaavia tekijöitä, jotka ovat vähentäneet rasismin kokemisen negatiivisia vaikutuksia itsetuntoon ja selittävät siten yhteyden heikkoutta. Tällöin yhteys ei olisi katsauksessamme tullut ilmi todellisessa vahvuudessaan. Suojaavia tekijöitä voisivat olla esimerkiksi sosiaaliset turvaverkot, kokemus vaikuttamismahdollisuuksista, positiiviset ajatukset itseä kohtaan,

terveelliset elintavat sekä turvallinen elinympäristö (Boden-Albala ym., 2023; Mieli Suomen Mielenterveys ry, 2022). Lisäksi tutkimme pelkkiä korrelaatioita, joten yhteyden suuntaan liittyviä oletuksia ei voi tämän tutkimuksen perusteella todentaa. Katsauksemme tarjoaa siis kaiken kaikkiaan vain yhden, hyvin rajatun näkökulman aiheeseen, eikä kata rasismia ja itsetunnon yhteyttä koko laajuudessaan.

4.2 Jatkotutkimus- ja sovellusehdotukset

Vaikka tutkimus rasismia vaikutuksista hyvinvointiin ja terveyteen lisääntyy jatkuvasti, on rasismia ja itsetunnon välisestä yhteydestä vielä melko vähän empiiristä tietoa.

Katsauksemme ja meta-analyysimme perusteella rasismia ja itsetunnon välillä on poikittaistutkimuksissa toistuvasti havaittu negatiivinen yhteys 10–19-vuotiailla nuorilla. Jotta ilmiöstä saadaan lisää tietoa, olisi tärkeää tutkia myös rasismia kokemisen pitkäaikaisvaikutuksia vielä aiempaa enemmän pitkittäistutkimusten avulla.

Pitkittäisasetelman avulla voitaisiin saada tarkempaa tietoa esimerkiksi siitä, miten ikä vaikuttaa rasismia ja itsetunnon väliseen yhteyteen. Nuoruusiässä kognitiiviset taidot kehittyvät vielä, joten rasismia havaitsemisessa on luultavasti eroja eri ikäryhmien välillä.

Siten voidaan myös olettaa, että rasismia kokemisella voisi olla erilaisia vaikutuksia itsetuntoon ja sen kehitykseen nuoruuden eri vaiheissa. Myös rasismia eri tasojen yhteys itsetuntoon olisi tärkeä tutkimuskohde, sillä esimerkiksi sisäistetty rasismi saattaa ilmetä eri tavoin kuin vuorovaikutuksessa tapahtuva rasismi, ja sen yhteys itsetuntoon voi myös olla erilainen.

Tällä hetkellä myöskään rasismikokemusten ja itsetunnon välisen yhteyden suunnasta ei ole selkeää yksimielisyyttä. Suurimmassa osassa katsaukseen valikoituneista tutkimuksista oletettiin, että rasismia kokeminen heikentää itsetuntoa. Poikkeuksena oli yksi tutkimus (Phinney ym., 1998), jossa oletettiin päinvastainen vaikutussuunta; huonon itsetunnon oletettiin vaikuttavan rasismia kokemiseen herkistämällä rasismia havaitsemiselle.

Tutkimuksessa siis ajateltiin, että yhteyteen voisi vaikuttaa valppausharhan kaltainen ilmiö. Rasismikokemuksia voi olla kuitenkin vaikeaa tutkia kokeellisesti, sillä esimerkiksi eettisyyskysymykset ovat vahvasti läsnä tutkimusasetelmassa, jossa osallistujia altistettaisiin rasistiselle syrjinnälle.

Vaikka meta-analyysimme mukaan rasismia kokemisen ja itsetunnon välinen yhteys on heikko, vaikuttavat syrjintäkokemukset myös muihin hyvinvoinnin ja terveyden osa-alueisiin (esim. Cave ym., 2020; Priest ym., 2013). Rasismia kokemisen vaikutukset voivat myös

yksilötasolla olla vahvempia, vaikka keskimääräinen yhteys onkin heikko, ja yksittäisen nuoren kokema rasismi voi olla hänen elämässään merkittävä huonovointisuutta aiheuttava tekijä. Siksi tarvitaankin matalan kynnyksen interventioita, joilla voidaan sekä ennaltaehkäistä syrjintää että tukea syrjintää kokeneita. Koska lapset ja nuoret viettävät suuren osan ajastaan koulussa, voivat koulussa toteutetut syrjinnän vastaiset interventiot olla vaikuttavia. Tutkimustuloksia syrjintäkokemusten negatiivisesta yhteydestä itsetuntoon ja sen kehitykseen on tärkeää soveltaa myös kliinisessä hoidossa. Erityisesti nuorten kanssa kliinistä työtä tekevien terveydenhuollon ammattilaisten olisi hyvä huomioida rasismien sekä muiden syrjinnän muotojen yhteys nuorten itsetuntoon ja muihin mielenterveyden osa-alueisiin sekä niiden kehitykseen.

4.3 Lopuksi

Rasismien kokemisella ja itsetunnolla on tämän systemaattisen katsauksen perusteella johdonmukainen, heikko negatiivinen yhteys, eli rasismien kokeminen on yhteydessä heikompaan itsetuntoon 10–19-vuotiailla nuorilla. Katsauksen ja meta-analyysin tulokset täydentävät aiempaa empiiristä ja teoreettista tietoa koetun rasismien ja itsetunnon yhteydestä nuoruudessa kokoamalla yhteen aiempia tutkimustuloksia ja osoittamalla, että ilmiöiden välillä on yhteys. Tulokset ovat yhdenmukaiset hypoteesin kanssa, mutta rasismien kokemisen vaikutuksista hyvinvointiin tarvitaan vielä laajasti uutta tutkimustietoa esimerkiksi iän, sukupuolen ja moniperusteisen syrjinnän vaikutuksista, jotta ilmiötä voidaan ymmärtää paremmin. Vaikka sekä rasismikokemusten vaikutusten että niitä lieventävien resurssien ja hallintakeinojen tutkiminen onkin tärkeää, tulisi suurempana tavoitteena kuitenkin olla syrjinnän vähentäminen eli ongelman juurisyihin puuttuminen.

Lähteet

- *Austin, S., Lee, F., & Palmer, S. (2021). A mixed-methods exploration of ethnic identity and self-esteem among mixed-race adolescent girls. *Educational and Child Psychology, 38*(4), 76–93.
- *Aydinli-Karakulak, A., Tepe, B., Nurcan, E., & Dimitrova, R. (2021). How prosocial behavior turns bad into good: An examination among Turkish-Bulgarian adolescents. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues, 40*(8), 3986–3996. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00352-4>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest, 4*(1), 1–44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- *Bayram Özdemir, S., & Stattin, H. (2014). Why and when is ethnic harassment a risk for immigrant adolescents' school adjustment? Understanding the processes and conditions. *Journal of Youth and Adolescence, 43*(8), 1252–1265. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0038-y>
- Benner, A. D., Wang, Y., Shen, Y., Boyle, A. E., Polk, R., & Cheng, Y.-P. (2018). Racial/ethnic discrimination and well-being during adolescence: A meta-analytic review. *American Psychologist, 73*(7), 855–883. <https://doi.org/10.1037/amp0000204>
- Berman, G., & Paradies, Y. (2010). Racism, disadvantage and multiculturalism: Towards effective anti-racist praxis. *Ethnic and Racial Studies, 33*(2), 214–232. <https://doi.org/10.1080/01419870802302272>
- Bleich, S. N., Findling, M. G., Casey, L. S., Blendon, R. J., Benson, J. M., SteelFisher, G. K., Sayde, J. M., & Miller, C. (2019). Discrimination in the United States: Experiences of black Americans. *Health Services Research, 54*(S2), 1399–1408. <https://doi.org/10.1111/1475-6773.13220>
- Boden-Albala, B., Ding, X., Ryan, N., Goodman, S., Wing, J., Runnerstrom, M. G., Gutierrez, D., Gibbs, B., Robb, J. M., & Drum, E. (2023). Anti-Asian racism related stigma, racial discrimination, and protective factors against stigma: A repeated cross-sectional survey among university students during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Public Health, 11*, 958932. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.958932>

- Cave, L., Cooper, M. N., Zubrick, S. R., & Shepherd, C. C. J. (2020). Racial discrimination and child and adolescent health in longitudinal studies: A systematic review. *Social Science & Medicine*, *250*, 112864. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.112864>
- Céspedes, Y. M., & Huey, S. J. (2008). Depression in Latino adolescents: A cultural discrepancy perspective. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, *14*(2), 168–172. <https://doi.org/10.1037/1099-9809.14.2.168>
- Cumming, G. (2016). *ESCI (Estimation Statistics with Confidence Intervals)* [Software].
- David, E. J. R., Schroeder, T. M., & Fernandez, J. (2019). Internalized racism: A systematic review of the psychological literature on racism's most insidious consequence. *Journal of Social Issues*, *75*(4), 1057–1086. <https://doi.org/10.1111/josi.12350>
- European Union Agency for Fundamental Rights. (2023). *Being black in the EU: Experiences of people of African descent*. Publications Office. <https://data.europa.eu/doi/10.2811/327480>
- Greene, M. L., Way, N., & Pahl, K. (2006). Trajectories of perceived adult and peer discrimination among Black, Latino, and Asian American adolescents: Patterns and psychological correlates. *Developmental Psychology*, *42*(2), 218–236. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.218>
- *Huynh, V. W., & Fuligni, A. J. (2010). Discrimination hurts: The academic, psychological, and physical well-being of adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, *20*(4), 916–941. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00670.x>
- James, D. (2022). An initial framework for the study of internalized racism and health: Internalized racism as a racism-induced identity threat response. *Social and Personality Psychology Compass*, *16*(11), e12712. <https://doi.org/10.1111/spc3.12712>
- James, W., & Burkhardt, F. H. (1983). *The principles of psychology / by William James*. Holt,. <https://doi.org/10.5962/bhl.title.47583>
- Kaiser, C. R., & Major, B. (2006). A social psychological perspective on perceiving and reporting discrimination: Perceiving and reporting discrimination. *Law & Social Inquiry*, *31*(4), 801–830. <https://doi.org/10.1111/j.1747-4469.2006.00036.x>
- *Kam, J. A., & Bámaca-Colbert, M. Y. (2013). Supportive parenting as a moderator of perceived ethnic/racial discrimination's associations with psychological and academic adjustment: A comparison between Mexican-origin females in early and middle adolescence. *Communication Research*, *40*(5), 645–668. <https://doi.org/10.1177/0093650212441362>

- Kam, J. A., & Cleveland, M. J. (2011). Perceived discrimination as a risk factor for Latina/o youth's substance use: Do parent- and peer-based communication and relationship resources act as protective factors? *Health Communication, 26*(2), 111–124. <https://doi.org/10.1080/10410236.2010.539180>
- Kuster, F., Orth, U., & Meier, L. L. (2012). Rumination mediates the prospective effect of low self-esteem on depression: A five-wave longitudinal study. *Personality and Social Psychology Bulletin, 38*(6), 747–759. <https://doi.org/10.1177/0146167212437250>
- Kuster, F., Orth, U., & Meier, L. L. (2013). High self-esteem prospectively predicts better work conditions and outcomes. *Social Psychological and Personality Science, 4*(6), 668–675. <https://doi.org/10.1177/1948550613479806>
- *Lanier, Y., Sommers, M. S., Fletcher, J., Sutton, M. Y., & Roberts, D. D. (2017). Examining racial discrimination frequency, racial discrimination stress, and psychological well-being among Black early adolescents. *Journal of Black Psychology, 43*(3), 219–229. <https://doi.org/10.1177/0095798416638189>
- Leary, M. R. (2012). Sociometer theory. Teoksessa *Handbook of theories of social psychology* (2. p., ss. 141–159).
- Leary, M. R., & Tangney, J. P. (2003). The self as an organizing construct in the behavioral and social sciences. Teoksessa *Handbook of self and identity* (ss. 3–14).
- Lee, D. L., & Ahn, S. (2013). The relation of racial identity, ethnic identity, and racial socialization to discrimination–distress: A meta-analysis of Black Americans. *Journal of Counseling Psychology, 60*(1), 1–14. <https://doi.org/10.1037/a0031275>
- Marshall, S. L., Parker, P. D., Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. L. (2014). Is self-esteem a cause or consequence of social support? A 4-year longitudinal study. *Child Development, 85*(3), 1275–1291. <https://doi.org/10.1111/cdev.12176>
- Marshall, S. L., Parker, P. D., Ciarrochi, J., Sahdra, B., Jackson, C. J., & Heaven, P. C. L. (2015). Self-compassion protects against the negative effects of low self-esteem: A longitudinal study in a large adolescent sample. *Personality and Individual Differences, 74*, 116–121. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.09.013>
- Martin, M. J., McCarthy, B., Conger, R. D., Gibbons, F. X., Simons, R. L., Cutrona, C. E., & Brody, G. H. (2011). The enduring significance of racism: Discrimination and delinquency among Black American youth: Discrimination and delinquency. *Journal of Research on Adolescence, 21*(3), 662–676. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00699.x>

- *Mereish, Parra, Watson, & Fish. (2022). Subtle and intersectional minority stress and depressive symptoms among sexual and gender minority adolescents of color: Mediating role of self-esteem and sense of mastery. *Prevention Science : The Official Journal of the Society for Prevention Research*, 23(1), 142–153.
<https://doi.org/10.1007/s11121-021-01294-9>
- Mieli Suomen Mielenterveys ry. (2022, elokuuta 25). *Suojatekijät vahvistavat, riskitekijät heikentävät mielenterveyttä*. <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/suojatekijat-vahvistavat-riskitekijat-heikentavat-mielenterveytta/>
- Molina, K. M., & James, D. (2016). Discrimination, internalized racism, and depression: A comparative study of African American and Afro-Caribbean adults in the US. *Group Processes & Intergroup Relations*, 19(4), 439–461.
<https://doi.org/10.1177/1368430216641304>
- Nielsen, M., Haun, D., Kärtner, J., & Legare, C. H. (2017). The persistent sampling bias in developmental psychology: A call to action. *Journal of Experimental Child Psychology*, 162, 31–38. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2017.04.017>
- Orth, U. (2017). The lifespan development of self-esteem. Teoksessa *Personality Development Across the Lifespan* (ss. 181–195). Elsevier.
<https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804674-6.00012-0>
- Orth, U., Erol, R. Y., & Luciano, E. C. (2018). Development of self-esteem from age 4 to 94 years: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 144(10), 1045–1080. <https://doi.org/10.1037/bul0000161>
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>
- *Phinney, J. S., Madden, T., & Santos, L. J. (1998). Psychological variables as predictors of perceived ethnic discrimination among minority and immigrant adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, 28(11), 937–953. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1998.tb01661.x>
- Priest, N., Paradies, Y., Trener, B., Truong, M., Karlsen, S., & Kelly, Y. (2013). A systematic review of studies examining the relationship between reported racism and health and wellbeing for children and young people. *Social Science & Medicine*, 95, 115–127. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2012.11.031>
- Quintana, S. M., Aboud, F. E., Chao, R. K., Contreras-Grau, J., Cross, W. E., Hudley, C., Hughes, D., Liben, L. S., Nelson-Le Gall, S., & Vietze, D. L. (2006). Race, ethnicity,

- and culture in child development: Contemporary research and future directions. *Child Development*, 77(5), 1129–1141. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2006.00951.x>
- Robins, R. W., & John, O. P. (1997). Effects of visual perspective and narcissism on self-perception: Is seeing believing? *Psychological Science*, 8(1), 37–42. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00541.x>
- Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-Esteem Development Across the Lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 158–162. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00353.x>
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale. *Journal of Religion and Health*. <https://doi.org/10.1037/t01038-000>
- Schmitt, D. P., & Allik, J. (2005). Simultaneous administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 nations: Exploring the universal and culture-specific features of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(4), 623–642. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.4.623>
- *Seaton, E. K. (2010). The influence of cognitive development and perceived racial discrimination on the psychological well-being of African American youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(6), 694–703. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9438-4>
- Spears Brown, C., & Bigler, R. S. (2005). Children’s perceptions of discrimination: A developmental model. *Child Development*, 76(3), 533–553. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00862.x>
- *Stein, G. L., Kiang, L., Supple, A. J., & Gonzalez, L. M. (2014). Ethnic identity as a protective factor in the lives of Asian American adolescents. *Asian American Journal of Psychology*, 5(3), 206–213. <https://doi.org/10.1037/a0034811>
- Suárez-Orozco, C. (2002). Identities under siege: Immigration stress and social mirroring among the children of immigrants. Teoksessa *Interdisciplinary Perspectives on the New Immigration: Volume 4: The New Immigrant and the American Family*. Routledge.
- *Toomey, R. B., Umaña-Taylor, A. J., Updegraff, K. A., & Jahromi, L. B. (2013). Ethnic identity development and ethnic discrimination: Examining longitudinal associations with adjustment for Mexican-origin adolescent mothers. *Journal of Adolescence*, 36(5), 825–833. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.06.004>
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., Moffitt, T. E., Robins, R. W., Poulton, R., & Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal

- behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42(2), 381–390. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.381>
- *Umaña-Taylor, A. J., Tynes, B. M., Toomey, R. B., Williams, D. R., & Mitchell, K. J. (2015). Latino adolescents' perceived discrimination in online and offline settings: An examination of cultural risk and protective factors. *Developmental Psychology*, 51(1), 87–100. <https://doi.org/10.1037/a0038432>
- *Verkuyten, M., & Thijs, J. (2004). Psychological disidentification with the academic domain among ethnic minority adolescents in The Netherlands. *British Journal of Educational Psychology*, 74(1), 109–125. <https://doi.org/10.1348/000709904322848842>
- Wanda, M. B., & Mumba, M. N. (2024). Race as a structural determinant of mental health. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 62(2), 3–5. <https://doi.org/10.3928/02793695-20240109-01>
- Whitbeck, L. B., Hoyt, D. R., McMorris, B. J., Chen, X., & Stubben, J. D. (2001). Perceived discrimination and early substance abuse among American Indian children. *Journal of Health and Social Behavior*, 42(4), 405. <https://doi.org/10.2307/3090187>
- Williams, D. R., Yan Yu, Jackson, J. S., & Anderson, N. B. (1997). Racial differences in physical and mental health: Socio-economic status, stress and discrimination. *Journal of Health Psychology*, 2(3), 335–351. <https://doi.org/10.1177/135910539700200305>
- Wu, E. (2023). Health equity research: A clarion call to focus on racism, not race. *American Journal of Public Health*, 113(6), 604–606. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2023.307282>
- Yhdenvertaisuusvaltuutettu. (ei pvm.). *Rasismi*. Noudettu 26. huhtikuuta 2024, osoitteesta <https://yhdenvertaisuusvaltuutettu.fi/rasismi>
- *Zhao & Ngai. (2022). Perceived discrimination at school and developmental outcomes among Bai adolescents: The mediating roles of self-esteem and ethnic identity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph19020657>
- *:llä merkityt tutkimukset sisältyvät systemaattiseen katsaukseen ja meta-analyysiin

Liitteet

Liite 1. Hakulausekkeet

Tässä liitteessä kuvaamme tarkasti niissä tietokannoissa käyttämämme hakulausekkeet, joita ei ole kuvattu menetelmäosiossa, sekä rajauskriteerit.

PsycInfo- ja PsycArticles -tietokannoissa käytimme seuraavaa hakulausetta:

(racis* OR "racial discrimination" OR "ethnic/racial discrimination" OR "ethnic-racial discrimination" OR "perceived racism" OR "perceived racial discrimination" OR DE "Racism" OR DE "Internalized Racism" OR DE "Systemic Racism" OR DE "Discrimination" OR DE "Cognitive Discrimination" OR DE "Perceptual Discrimination" OR DE "Social Discrimination") AND ("self-esteem*" OR DE "Self-Esteem") AND (child* ORadolesc* OR youth* OR teen* OR young).

PsycInfossa rajauskriteerinä oli akateemiset lehdet (engl. *academic journals*).

Psychology Database -tietokannassa käytimme seuraavaa hakulausetta:

(noft(racis*) OR noft("racial discrimination") OR noft("ethnic/racial discrimination") OR noft("ethnic-racial discrimination") OR noft("perceived racism") OR noft("perceived racial discrimination")) AND (noft("self-esteem*")) AND (noft(child*) OR noft(adolesc*) OR noft(youth*) OR noft(teen*) OR noft(young)).

Rajauskriteerinä oli tieteelliset lehdet (engl. *scholarly journals*).