



Tilgangur og tengsl ungmenna við eigið líf, annað fólk, náttúru og hið yfirskilvitlega

Kolbrún Þ. Pálsdóttir

► Abstract ► Um höfund ► About the author ► Heimildir

Rannsóknir benda til þess að ungmenni í samtímanum upplifi líf sitt síður merkingarbært en ungmenni gerðu áður, og þau eigi erfiðara með að finna lífi sínu tilgang. Í þessari grein er sjónum beint að því hvaða tilgang og merkingu ungmenni upplifa í tengslum við eigið líf, annað fólk, náttúru og hið yfirskilvitlega. Vísbendingar eru um að það að upplifa sterk siðferðistengsl við sjálfa sig, annað fólk, náttúru og umhverfi sitt hafi jákvæð áhrif á líf einstaklinga og hjálpi þeim að takast á við erfiðleika og áskoranir. Í auknum mæli er litið á sterk andleg tengsl við veruleikann sem mikilvægan þátt í heilbrigðu lífi og til að geta tekist á við áföll og veikindi. Rannsóknin byggist á gögnum úr alþjóðlegu könnuninni Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) og Íslensku æskulýðsrannsókninni sem lögð var fyrir vorið 2022. Þátttakendur voru alls 1288, þar af voru drengir 51,8% og stúlkur 48,2%. Svarendur voru úr 8. bekk (N = 705) og úr 10. bekk (N = 583) grunnskóla. Stuðst er við svokallaðan „spiritual health“-mælikvarða sem þróaður hefur verið af alþjóðlegu rannsóknarteymi. Í rannsókninni var réttmæti kvarðans í íslensku samhengi kannað og leiddi greining í ljósi gott innra samræmi. Niðurstöður sýna að meirihluti ungmenna upplifði merkingarbær tengsl við annað fólk og náttúru og taldi mikilvægt að finna til persónulegs tilgangs. Minnst var tenging ungmenna við hið yfirskilvitlega, þ.e. að tengjast æðri mætti og telja mikilvægt að íhuga eða biðja. Ólíkt fyrri rannsóknum þá kom í ljós að tengsl við aðra var sá þáttur sem skoraði hæst, en tengsl við eigið sjálf fylgdi fast í kjölfarið. Þá sýna niðurstöður að drengir á Íslandi skora lítillga hærra en stúlkur á tengslum við hið yfirskilvitlega, sem er ekki í samræmi við fjölþjóðlegar rannsóknir. Niðurstöður þessarar rannsóknar sýna að ástæða er til að huga að því hvernig skapa megi ungmennum samfélag og svigrúm til að upplifa persónulegan tilgang og finna til merkingarbærra tengsla við annað fólk, náttúru og hið yfirskilvitlega.

Efnisorð: tilgangur, merking, náttúra, ungmenni, heilbrigði

Inngangur

Hvernig getur það að upplifa tilgang í lífinu og eiga í merkingarbærum samskiptum við sjálfan sig, aðra og náttúru stuðlað að farsælla lífi? Hvaða máli skiptir að við upplifum okkur sem hluta af stærri heild? Í þessari grein eru kynnar fyrstu niðurstöður rannsóknar sem hér er nefnt andleg heilsa (e. spiritual health) og lýtur að tilgangi og merkingu í lífi íslenskra ungmenna hér á landi. Með merkingarbærum samskiptum er átt við að einstaklingur upplifi gagnvirk tengsl sem séu viðkomandi dýrmæt og styðji við skynjun af tilgangi í lífinu. Stuðst var við alþjóðlegan matskvarða sem lagður var fyrir ungmenni úr 8. og 10. bekk grunnskóla hér á landi árið 2022. Rannsóknin var

hluti af Íslensku æskulýðsrannsókninni og kemur matskvarðinn úr þeim hluta könnunarinnar sem er sameiginlegur með fjölþjóðlegu rannsókninni Health and Behaviour of School-Aged Children (HBSC-rannsókninni) sem fram fer í 44 löndum.

Í þessari grein er enska hugtakið „spiritual health“ þýtt sem andleg heilsa, en mikilvægt er að rugla því ekki saman við geðheilsu eða enska hugtakið „mental wellbeing“. Á síðustu árum hafa stjórnvöld og íslenskt samfélag í auknum mæli rætt um andlega heilsu í tengslum við geðræna kvilla og geðsjúkdóma (e. mental health). Hér eru færð rök fyrir mikilvægi þess að aðgreint sé á milli *andlegrar heilsu* og *geðheilsu*. Andleg heilsa er í þessari grein skilgreind sem þau merkingarbæru tengsl sem einstaklingar mynda við annað fólk, náttúrulegan og yfirskilvitlegan veruleika, og þann tilgang sem þau upplifa með sínu lífi. Tilgangur og merking í lífi einstaklinga hefur verið skilgreind sem merkingarbær tengsl manneskju við sjálfa sig, annað fólk, náttúru og æðri mátt (Gomez og Fisher, 2003). Rannsóknin sem hér er kynnt byggir að miklu leyti á þeirri heimspekilegu sýn að við mannfólkið séum að mörgu leyti einstakar verur sem búum yfir frjálsum vilja og umtalsverðri getu til að móta okkar eigið líf, um leið og við erum bundin ákveðnum efnislegum og félagslegum veruleika (Páll Skúlason, 2015). Sem sjálfsverur þá sköpum við okkar eigin merkingu, en ávallt í sterku samhengi við þau sem eru í kringum okkur, og þann menningar-, náttúru- og hugmyndaheim sem umvefur okkur (Kolbrún Þ. Pálsdóttir, 2016). Verði rof á slíkum merkingartengslum aukast líkur á að einstaklingur upplifi tómhyggju, vanlíðan, þunglyndi og jafnvel örvæntingu (Chirico, 2016). Því er mikið í húfi að varpa ljósi á andlega heilsu (e. spiritual health) íslenskra ungmenna og ræða leiðir til að stuðla að því að allar manneskjur fái notið þeirra lífsgæða sem felast í að finna til tilgangs í lífinu, tengingar við annað fólk og náttúruna, og upplifa sig sem hluta af stærrri heild. Í greininni verður því bæði rætt um andlega heilsu í tengslum við rannsóknina og einnig um tilgang og merkingu í lífi ungmenna.

Á síðustu tveimur áratugum hefur kastljósið beinst í auknum mæli að því að kanna hvernig bæta megi líðan og virkni fólks með aðferðum jákvæðrar sálfræði og núvitundar. Slík nálgun getur skipt verulegu máli til að auka lífsgæði og ýmislegt bendir til að aðferðafræði jákvæðrar sálfræði geti nýst í skóla- og frístundastarfi til að kenna ungmennum aðferðir til að takast á við flókinn veruleika. Auknar rannsóknir og þekking á síðustu árum hafa leitt í ljós að sterk tengsl eru á milli andlegrar heilsu, þ.e. upplifun einstaklings af merkingarbærum tengslum, og betri lífsgæða og seiglu. Matskvarðinn um *andlega heilsu* sem stuðst er við í rannsókninni var fyrst notaður 2014 og var lagður fyrir hér á landi árið 2022. Við þróun hans var byggt á ítarlegri rýni á fyrri rannsóknum á tilgangi og merkingu í lífi einstaklinga, ásamt sem tekin voru viðtöl við 98 grunnskólakennara um hvað þeir töldu helst styðja upplifun nemenda þeirra af tilgangi og merkingarbærum tengslum í lífinu (Gomez og Fisher, 2003). Í þessari grein er kannað réttmæti kvarðans í íslensku samhengi. Þá eru greint frá meginniðurstöðum á þeim andlegu og merkingarbæru tengslum sem ungmenni í efri bekkjum grunnskóla upplifa, og er sérstaklega skoðaður samburður á upplifun ungmennanna eftir kyni, aldri og uppruna þeirra.

Fræðilegur bakgrunnur

Heilsa, tilgangur og tengsl

Í kjölfar síðari heimsstyrjaldar um miðja tuttugustu öld ruddi sér til rúms ný sýn á heilsu og virka þátttöku einstaklinga, þegar Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin (World Health Organization, WHO) skilgreindi heilsu sem ekki eingöngu lausn undan sjúkdómum, heldur „það að njóta fullkomlega líkamlegrar, andlegrar og félagslegrar vellíðunar...“ (World Health Organization, 2020). Skilgreining þessi markaði tímamót og endurspegladi nýjar áherslur innan læknisfræðinnar sem áður hafði skilgreint heilbrigði fyrst og fremst út frá neikvæðri sýn, þ.e. lausn frá sjúkdómum. Segja má að þessi skilgreining hafi lítið sem ekkert breyst á þeirri rúmlega hálfu öld sem liðin er frá því hún var fyrst sett fram. Á síðustu áratugum hefur jákvæð sýn á heilsu rutt sér til rúms og felst í að einstaklingur hefur sjálfur töluverð áhrif á eigin heilsu með því að vera við stjórn í eigin lífi, lifa innihaldsríku og virku lífi. Einn af frumkvöðlum þessarar jákvæðu sýnar á heilbrigði er hollenski læknirinn og heimspekingurinn Machteld Huber. Hún hefur verið leiðandi innan læknisfræðinnar og staðið fyrir því sjónarhorni að til að stuðla að heilbrigði fólks þurfi að hjálpa því að aðlaga sig og taka stjórn

á eigin lífi, ekki síst því fólki sem tekst á við sjúkdóma og langvinn veikindi (Huber o.fl., 2011). Tilgangur, þátttaka, andleg vellíðan og lífsgæði eru einmitt meðal þeirra sex vídda sem talið er nauðsynlegt að vinna með til að valdefla og virkja fólk sem tekst á við ýmiss konar heilsuþrest (VIRK starfsendurhæfingarsjóður, 2019).

Gagnrýnt hefur verið um árabíl að skilgreining Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar á heilbrigði tekur ekki nægilega vel á andlegri heilsu (e. spiritual health) sem skal varast að rugla saman við geðheilsu og andlega velferð (e. mental well-being, Chirico, 2016). Engu að síður hafa rannsóknir á sviði læknisfræði, sálfræði og heimspeki um árabíl sýnt fram á að það að upplifa persónulegan tilgang og merkingarbær tengsl við umheiminn getur haft jákvæð áhrif á líðan einstaklings, minnkað streitu og aukið lífsgæði (Makanui o.fl., 2019; Shin og Steger, 2014).

Tilgangur og tengsl í lífi ungmenna

Innan menntunarfræða eru fáar rannsóknir sem hafa skoðað sérstaklega upplifun ungmenna af tilgangi og tengslum. Hér er greint frá rannsóknum sem hafa varpað ljósi á tilgang og tengsl í lífi ungmenna hér á landi. Könnun á lífsviðhorfum og lífsgildum íslenskra ungmenna leiddi í ljós að greina mætti ákveðið rötleysi í lífsgildum ungs fólks á aldrinum 8–24 ára (Gunnar E. Finnbogason o.fl., 2011). Minnihluti þátttakenda taldi sig þurfa að leita til trúarbragða til að upplifa merkingarbær tengsl og niðurstöður leiddu í ljós áberandi kynjamun þar sem hlutfallslega fleiri drengir en stúlkur skilgreindu sig utan trúfélaga. Sú rannsókn tók meðal annars mið af kenningum um einstaklingsvæðingu sem greina mætti í nútímasamfélögum þar sem breyttir lífs- og samskiptahættir og aukin fjölhyggja hefðu á síðustu áratugum leitt til uppbrots á félagslegum tengslum (Beck og Beck-Gernsheim, 2001). Spurðir hvort trúarleg iðkun/bæn hefði þýðingu fyrir svarendur þá merktu einungis 18,7% við mjög eða frekar sammála, þó heldur hærra hlutfall stúlkna, eða um 23% á móti 16% drengja. Sama rannsókn leiddi jafnframt í ljós að ungt fólk á Íslandi væri almennt jákvætt gagnvart fjölmenningu og fjölbreytileika, teldi trúarbrögð ekki samfélagslegt mál, heldur tilheyra persónulegu vali hvers og eins, og vildi leitast við að stuðla að mannréttindum allra (Hanna Ragnarsdóttir o.fl., 2016). Þó sýna rannsóknir að ungmenni af erlendum uppruna hér á landi eru í meiri áhættu á að finna síður til sterkra tengsla við skólafélaga og kennara (Kolbrún Þ. Pálsdóttir o.fl., 2021) og eru líklegri til að eiga færri vini en skólasystkin af íslenskum uppruna (Eyrún María Rúnarsdóttir, 2022).

Efnahags- og framfarastofnunin (OECD) leggur fyrir þriðja hvert ár samanburðarkönnun á námsárangri 15 ára nemenda í löndum OECD í læsi, stærðfræði og náttúrufræði, PISA-könnunina. Á síðustu árum hefur stofnunin horfið frá því að einblína á námsárangur og tekið inn í könnunina þætti sem snúa að líðan, tengslum og stöðu nemenda (Xiaomin og Auld, 2020). Í fyrirlögninni 2015 var í fyrsta sinn bætt inn spurningum sem snúa að lífshamingju (e. life satisfaction) og tilgangi í lífinu (e. purpose, meaning in life). Niðurstöður úr PISA hafa sýnt að íslensk ungmenni skora að jafnaði ívið hærra en meðaltal OECD þegar spurt er um lífsánægju þeirra. Í könnuninni 2018 var spurt sérstaklega um tilgang lífsins. Um 65% íslenskra ungmenna töldu að líf þeirra hefði skýran tilgang; 54% töldu sig hafa fundið tilgang lífs síns; og 60% töldu sig hafa góða hugmynd um hvað gæfi lífi þeirra merkingu (OECD, 2019). Töluverður kynjamunur var á svörum ungmenna við ofangreindum spurningum: Ívið færri stúlkur en drengir svörðu því til að þær væru ánægðar með lífið eða að þær hefðu fundið tilgang lífs síns.

Náttúran hefur í gegnum aldirnar mótað reynslu og skilning fólks. Rannsóknir á merkingarbærum tengslum fólks við eigin tilvist og umhverfi hafa í gegnum tíðina leitt í ljós að náttúran gegnir þar lykilhlutverki (Gomez og Fisher, 2003). Því er einn af fjórum meginþáttum andlega heilsukvarðans tengsl við náttúru og er ætlað að draga fram „... virðingu og umhyggju fyrir heimi náttúru og óbyggða, ásamt að verða hugfanginn af náttúrunni, upplifa undrun og einingu með umhverfi sínu“ (Þýð. höf., Gomez og Fisher, 2003).¹ Þverfræðileg yfirlitsgrein sýnir að náttúran gegnir margþættu hlutverki í lífi fólks og geta sterk tengsl við náttúru dregið úr ýmsum áhættuþáttum, líkt og streitu og heilsuþresti (Sahlin o.fl., 2014). Ýmsir uppeldis- og menntunarfræðingar hafa haldið á lofti mikilvægi náttúrunnar fyrir þroska og nám, til að mynda Rudolf Steiner sem mótaði hugmyndafræði Waldorf-

¹ „The environmental domain deals with care and nurture for the physical and biological world, including a sense of awe, wonder and unity with the environment.“

skólans sem hverfist um að tengja skólastarf við rytma náttúrunnar, en hann var raunar harðlega gagnrýndur einmitt vegna áherslna á hinn andlega og yfirsíkilvitlega þátt menntunar (Gidley, 2007). Bandaríski heimspekingurinn John Dewey steig varfærnari skref en er jafnan talinn hafa sýnt fram á með sinni pragmatísku menntaheimspeki hve mikilvæg náttúran væri sem uppspretta reynslu og náms (sjá t.d. Dewey, 2000). Nýleg rannsókn hér á landi sýndi að náttúran getur aukið ígrundun, tengsl og nám háskólanema, þegar kennarar og nemendur fara í nokkra daga vettvangsferð og takast saman á við náttúruöflin og óvæntar aðstæður (Jakob F. Þorsteinsson o.fl., 2023). Páll Skúlason, heimspekingur, hélt því fram að náttúran gegndi margþættu hlutverki í lífi fólks, um leið og hún væri órjúfanlegur hluti okkar (Páll Skúlason, 2015). Hann benti á að náttúran væri okkur óendanleg uppspretta skynjunar og merkingarsköpunar, en um leið nýtti mannfólkið einnig náttúruna sem hlutgerðan efnivið til að auka lífsgæði sín og leysa lífsverkefni (Páll Skúlason, 2014). Á undanföllum árum hafa sjónir menntaheimspekinga einnig beinst í auknum mæli að mikilvægi þess að upplifa undrun og lotningu (e. awe) gagnvart heiminum, sem bæði drífur áfram þrá okkar til að skilja veruleikann betur og eflir andleg merkingarbær tengsl okkar við hinn náttúrulega veruleika (Jón Ásgeir Kalmansson, 2019; Schinkel, 2017).

Rannsóknir benda til þess að einstaklingar upplifi frekar tilgang og merkingu þegar líða tekur á ævina, en að ungt fólk sé líklegra til að vera að leita að tilgangi sínum og því sem geti gefið lífi þeirra merkingu (Steger o.fl., 2009). Í því ljósi er verðugt að kennarar og fagfólk sem starfar með ungmennum í skóla- og frístundastarfi hafi þekkingu á mikilvægi andlegra merkingarbærra tengsla og tilgangs í lífi ungs fólks. Kristján Kristjánsson, heimspekingur, blés nýju lífi í farsældarkenningu hins forngríska hugsuðar Aristótelesar og tefldi fram öflugum hugmyndum hans um mikilvægi siðferðislegrar þekkingar (gr. phronesis) inn í nútímaumræðu um hlutverk skóla og menntunar (Kristján Kristjánsson, 2020). Menntun til farsældar hverfist, að minnsta kosti að miklu leyti, um að öðlast þroska og hæfni til merkingarbærra samskipta við annað fólk, náttúru og samfélag, og að einstaklingur beri virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, og sýni almenna ábyrgð og umhyggju. Bent hefur verið á að innan skóla skorti verulega á þekkingu kennara og fagfólks á því sem kalla má mannkostamenntun (e. character education), en á sama tíma hefur eflst fræðileg þekking á þeim aðferðum og kennsluháttum sem gætu stuðlað að slíku námi (Arthur o.fl., 2017).

Fjölbjódlegar rannsóknir á andlegri heilsu ungmenna

Birtar hafa verið nokkrar fjölbjódlegar fræðigreinar þar sem tilgangur og merkingarbær tengsl ungmenna eru rannsökuð með andlega heilsukvarðanum í HBSC-rannsókninni. Michaelson, Brooks og fleiri (2016) báru saman andlega heilsu og merkingarbær tengsl ungmenna í sex löndum og komust að því að almennt skora stúlkur hærra á kvarðanum en drengir. Niðurstöður þeirra sýndu ennfremur sterk tengsl á milli andlegrar heilsu og sjálfsmats ungmenna á heilsu sinni. Í þeirra rannsókn kom einnig fram skýr félags- og menningarmunur þar sem meðalskor voru ólík milli landa, t.d. skorðu ísraelsk ungmenni mun hærra en jafningjar þeirra í öðrum löndum varðandi tengsl við æðri mátt. Nýleg samanburðarrannsókn með yfir 70.000 þátttakendum í 12 löndum sýndi fram á að í öllum löndum skoraðu ungmenni hæst á merkingarbærum tengslum við eigið sjálf, þ.e. þau töldu mikilvægast að finna til tilgangs og finna fyrir gleði, þá komu tengsl við aðra, náttúru og lægsta skor var ávallt á tengslum við æðri mátt eða hið yfirsíkilvitlega (Michaelson o.fl., 2023). Sama rannsókn sýndi fram á sterk jákvæð marktæk tengsl á milli mats ungmennanna á andlegri heilsu og mats þeirra á eigin líðan. Niðurstöður þessar umfangsmiklu rannsóknar leiddi í ljós að mestur breytileiki var á mati ungmenna á tengslum við hið yfirsíkilvitlega.

Í Kanada hafa rannsakendur sýnt fram á að skýr tengsl finnast á milli þess að finna til sterkra merkingarbærra tengsla og að stunda síður áhættuhegðun, líkt og reykingar, áfengisdrykkju og fíkniefnanotkun (Hatala o.fl., 2021). Þá sýndi nýleg kanadísk rannsókn að sterk merkingarbær tengsl við eigið sjálf höfðu verndandi áhrif, sérstaklega hjá stúlkum, í reynslu viðkomandi af einelti (Shaver o.fl., 2022). Ennfremur hafa niðurstöður borið vitni um félags- og menningarlegan mun í andlegri heilsu og merkingarbærum tengslum, meðal annars með hliðsjón af félags- og efnahagslegri stöðu og uppruna ungmennanna (Michaelson, Freeman o.fl., 2016).

Markmið og rannsóknarspurningar

Rannsókninni er ætlað að bregðast við þeim skorti sem er á fræðilegri þekkingu á merkingarbæru lífi og persónulegum tilgangi ungmenna hér á landi. Niðurstöður fjölþjóðlegra rannsókna hafa sýnt að það að ungmenni upplifi tilgang og merkingarbær tengsl hefur verndandi og jákvæð áhrif á andlega heilsu og velferð þeirra. Tilgangur rannsóknarinnar er að varpa ljósi á tilgang og merkingarbær tengsl 13 og 15 ára ungmenna á Íslandi til að skapa þekkingu sem nýst geti fagfólki, uppáendum og kennurum sem starfa með börnum. Markmiðið er í fyrsta lagi að kanna réttmæti spiritual health-kvarðans í íslensku samhengi og í öðru lagi að kanna hvort sé marktækur munur á viðhorfum ungmenna á tilgangi og merkingarbærum tengslum út frá kyni, aldri og uppruna þeirra.

Aðferðafræði og framkvæmd

HBSC-rannsóknin og Íslenska æskulýðsrannsóknin

Íslensku æskulýðsrannsókninni (ÍÆ) er ætlað að kanna líðan, velferð og heilbrigði barna og ungmenna hér á landi og er hún framkvæmd árlega í grunnskólum af Menntavísindastofnun Háskóla Íslands samkvæmt samningi við mennta- og barnamálaráðuneyti. Hluti af ÍÆ er unninn í tengslum við fjölþjóðlegu rannsóknina Health and Behaviour of School-age Children (HBSC) sem framkvæmd er fjórða hvert ár og er unninn í samstarfi við Alþjóðaheilbrigðismálastofnunina (WHO). Um er að ræða þversniðsrannsókn sem lögð er fyrir í 44 löndum.

Framkvæmd

Fyrirlögn könnunar fór fram í grunnskólum haustið 2022. Þátttakendur voru 1.288, þar af drengir (51,8%) og stúlkur (48,2%) í 8. bekk (N = 705) og 10. bekk (N = 583) grunnskóla. Þess var gætt að ungmennin væru upplýst um tilgang könnunar og að framsetning spurninga hentaði aldri og þroska þátttakenda. Ekki reyndist unnt að kanna sérstaklega viðhorf kynsegin ungmenna þar sem fjöldi kynsegin þátttakenda var of lítill til að hægt væri að fjalla á marktækan og ópersónugreinanlegan máta um þau.

Leyfi og siðferðisleg álitamál

Leitað var umsagnar hjá Vísindasiðanefnd Háskóla Íslands sem gerði ekki athugasemdir við framkvæmd rannsókna. Óskað var eftir þátttöku meirihluta grunnskóla á landinu með því að hafa samband við skólustjórnendur. Upplýsingar um rannsóknina voru sendar foreldrum sem gafst kostur á að hafna þátttöku barns síns í rannsókninni. Könnunin er alfarið ópersónugreinanleg, ungmennin fengu munnlegar og skriflegar upplýsingar um markmið könnunar og voru upplýst um að þau gætu hafnað þátttöku.

Mælitækið

Stuðst var við matskvarða andlegrar heilsu (e. spiritual health) sem varð hluti af HBSC-könnuninni árið 2014 og byggði á líkani Gomez og Fisher (2003) um andlega heilsu ungmenna. Kvarðanum er ætlað að varpa ljósi á upplifun ungmenna af tilgangi og merkingarbærum tengslum. Fjórir meginþættir matskvarðans eru tengsl við sjálfið, tengsl við annað fólk, tengsl við náttúru og tengsl við hið yfirskilvitlega. Upplifun ungmennanna af tilgangi og merkingarbærum tengslum var metin út frá tíu spurningum. Svarkvarði mælitækisins er fimm stiga raðkvarði, frá „Alls ekki mikilvægt“ (1) til „Mjög mikilvægt“ (5).

Tafla 1*Yfirlit um 10 meginatriðin sem mynda andlega heilsukvarðann (e., spiritual health instrument)*

Fræðileg atriði matskvarðans	Hve mikilvægt er fyrir þig að ...?
Tengsl við aðra	Vera góð(ur) við annað fólk Fyrirgefa öðru fólki Sýna öðru fólki virðingu
Tengsl við sjálf	Finna að líf þitt hefur merkingu eða tilgang Upplifa gleði í lífinu
Tengsl við náttúru	Upplifa tengsl við náttúru eða óbyggðir Sýna náttúrunni umhyggju
Tengsl við hið yfirskilvitlega	Íhuga eða biðja Finna til tengsla við æðri mátt Finna að þú sért hluti af einhverja stærra en þú sjálf(ur)

Hægt var að taka saman niðurstöður á hverri spurningu með því að taka saman heildarskor (á bilinu 10–50) eða þáttagreind skor (e. domain specific scores) frá 2–10. Fyrir hvern undirþátt sem og heildarþátt var reiknað meðaltal með því að leggja saman svör á atriðum sem mynduðu þáttinn og deila með fjölda atriða. Með því að reikna þetta meðaltal reynist hægt að gera raunhæfan samanburð á meðalskori hvers þáttar. Meðaltalsgildið gefur til kynna miðsækni atriða sem gerir kleift að meta mikilvægi þátta. Hærra meðaltalsgildi gefur í skyn hærra mikilvægi á meðan lægra meðaltalsgildi bendir til lægra mikilvægis.

Tölfræði

Réttmæti mælitækis var kannað með þáttagreiningu þar sem verið var að þýða og staðfæra mælitækið í fyrsta sinn í íslensku samhengi. Fjölpjódlegar rannsóknir hafa áður staðfest réttmæti mælitækisins til að spá fyrir um tengsl andlegrar heilsu við ýmsa áhættuþætti í lífi ungmenna (Michaelson, Brooks o.fl., 2016; Shaver o.fl., 2020). Í staðfestandi þáttagreiningu var stillt upp tveimur líkönum, annars vegar eins þátta líkani og hins vegar fjögurra þátta líkani (De Jager Meezenbroek o.fl., 2012). Þar sem gögnin eru á radkvarða og dreifing ekki normleg var notast við DWLS (e. diagonally weighted least squares estimation method) til að meta líkanið.

Stuðst var við mátstuðla til að bera saman eins þátta líkan og fjögurra þátta líkan. Notast var við almenn viðmið um „cut-off“ á mátstuðlum í samræmi við Shaver o.fl. (2020) eða: SRMR < 0,08, AGFI > 0,95 og NFI > 0,9. Við athugun á innri samkvæmni undirþátta var stuðst við Cronbachs' Alpha og miðað við stuðul upp á 0,8 sem góða innri samkvæmni. Mátgæði fjögurra þátta líkans (SRMR = 0,046, NFI = 0,998, AGFI = 0,995) voru umtalsvert betri en eins þátta líkans (SRMR = 0,155, NFI = 0,978, AGFI = 0,954) sem styður það að skoða undirþætti sérstaklega. Innri samkvæmni þátta var í öllum tilvikum yfir 0,8, sjá nánar í Töflu 2.

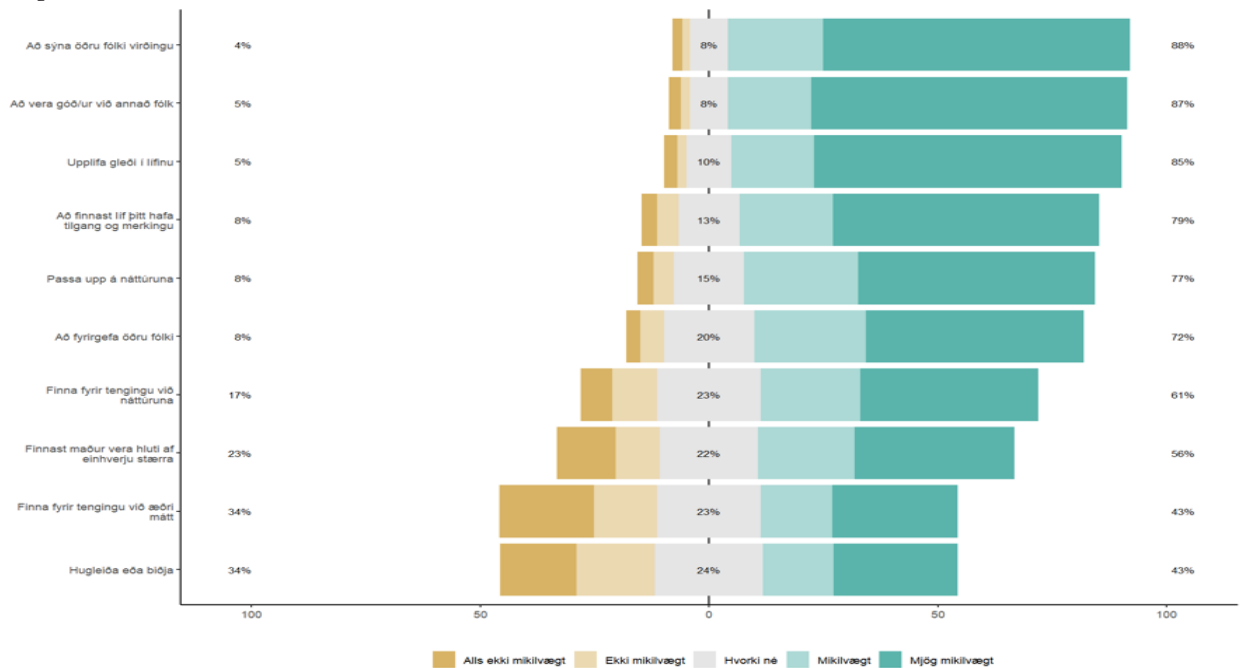
Lýsandi tölfræði, tíðni lykilmeyra, meðaltöl og staðalfrávik voru reiknuð með jamovi-forritinu. Gildi á fjórum lykilmeyrum sem og heildarþætti voru vegin til að fá réttmætan samanburð á niðurstöðum þáttanna. Til að kanna hvort marktækur munur væri á viðhorfum eftir annars vegar kyni og hins vegar aldri var svarendum skipt í hópa. Rétt er að hafa í huga að þó að skipting hafi verið jöfn þá var ólík dreifing í hópunum. Marktekt var því metin með Welch's t-prófi (e. Welch's t-test) til að meta mun á milli hópa í úrtakinu.

Niðurstöður

Á mynd 1 má sjá niðurstöður fyrir öll atriðin. Myndin sýnir hlutfall hvors enda svarkvarðans með hliðsjón af hlutlausum svarkosti fyrir miðju. Efst í myndinni er sá þáttur sem flest ungmennin sögðu að væri mikilvægastur, og svo koll af kalli.

Mynd 1

Svör þátttakenda á atriðum kvarðans



Mynd 1 sýnir að tengsl við aðra var sá þáttur sem flestir svarendur töldu mikilvægan eða mjög mikilvægan, og fylgja tengsl við sjálfið þétt í kjölfarið. Ívið færri töldu mikilvægt að finna til tengsla við náttúruna en þó má sjá að mikill meirihluti ungmenna taldi mikilvægt að vernda náttúruna. Rúmlega helmingi svarenda þótti mikilvægt að finna hluti af einhverju stærra en 43% töldu íhugun og bæn, eða tengsl við æðri mátt, skipta máli.

Tafla 2 sýnir meðalskor fyrir kvarðann í heild og á hverjum af fjórum meginþáttum hans.

Tafla 2

Lýsandi tölfræði fyrir þættina og innri samkvæmni

	N	Meðaltal	Staðalfrávik	Cronbach's Alpha
Heildarþáttur	1287	3,96	0,88	0,91
Aðrir	1287	4,35	0,87	0,89
Sjálfið	1287	4,35	0,96	0,88
Náttúran	1287	3,96	1,06	0,80
Hið yfirsíkilvitlega	1287	3,30	1,31	0,91

Í *Töflu 3* má sjá meðalskor drengja annars vegar og stúlkna hins vegar. Nokkur munur er á viðhorfum drengja og stúlkna. Framkvæmd voru fimm Welch's t-próf óháðra hópa til að greina muninn á hópunum. Marktækur munur var á undirþættinum Aðrir á milli drengja ($M = 4,28$, $Sf = 0,98$) og stúlkna ($M = 4,43$, $Sf = 0,73$), $t(1225) = -3,12$, $p < 0,05$. Einnig var marktækur munur á undirþættinum Hið yfirskilvitlega á milli drengja ($M = 3,38$, $Sf = 1,36$) og stúlkna ($M = 3,22$, $Sf = 1,26$), $t(1285) = 2,20$, $p < 0,05$. Stúlkur mældust marktækt hærri í mati sínu á mikilvægi tengsla við annað fólk, en drengir mældust hærri í tengslum við hið yfirskilvitlega.

Tafla 3

Samanburður á meðaltali drengja og stúlkna úr 8. og 10. bekk á fjórum meginþáttum andlegrar heilsu (e. spiritual health)

	Kyn	N	Meðaltal	Staðalfrávik
Heildarþáttur	Drengir	666	3,95	0,96
	Stúlkur	621	3,96	0,78
Aðrir	Drengir	666	4,28*	0,98
	Stúlkur	621	4,43	0,73
Sjálfið	Drengir	666	4,32	1,02
	Stúlkur	621	4,37	0,89
Náttúran	Drengir	666	3,95	1,11
	Stúlkur	621	3,97	1,02
Hið yfirskilvitlega	Drengir	666	3,38*	1,36
	Stúlkur	621	3,22	1,26

* $p < 0,05$

Í *Töflu 4* má sjá meðalskor nemenda í 8. bekk annars vegar og nemenda í 10. bekk hins vegar. Framkvæmd voru fimm Welch's t-próf óháðra hópa til að greina muninn á hópunum. Marktækur munur var á heildarþættinum á milli 8. bekkjar ($M = 4,00$, $Sf = 0,86$) og 10. bekkjar ($M = 3,90$, $Sf = 0,89$), $t(1223) = 2,02$, $p < 0,05$. Einnig var marktækur munur á undirþættinum Yfirskilvitlega á milli 8. bekkjar ($M = 3,42$, $Sf = 1,24$) og 10. bekkjar ($M = 3,16$, $Sf = 1,38$), $t(1182) = 3,50$, $p < 0,01$. Nemendur úr 8. bekk mældust þannig marktækt hærri í heild á andlega heilsukvarðanum og sérstaklega í mati sínu á tengslum við hið yfirskilvitlega.

Tafla 4

Samanburður á meðaltali ungmenna í 8. og 10. bekk á fjórum meginþáttum andlegrar heilsu (e. spiritual health)

	Bekkur	N	Meðaltal	Staðalfrávik
Heildarþáttur	8. bekkur	704	4,00*	0,86
	10. bekkur	583	3,90	0,89
Aðrir	8. bekkur	704	4,36	0,86
	10. bekkur	583	4,34	0,89
Sjálfið	8. bekkur	704	4,37	0,93
	10. bekkur	583	4,32	0,99
Náttúran	8. bekkur	704	3,98	1,07
	10. bekkur	583	3,94	1,06
Hið yfirskilvitlega	8. bekkur	704	3,42**	1,24
	10. bekkur	583	3,16	1,38

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Í Töflu 5 má sjá meðalskor nemenda skipt eftir bakgrunni, þ.e. íslenskum bakgrunni og erlendum bakgrunni. Framkvæmd voru fimm Welch's t-próf óháðra hópa til að greina muninn á hópunum. Marktækur munur var á undirþættinum Aðrir á milli þeirra sem voru með íslenskan bakgrunn ($M = 4,37$, $Sf = 0,85$) og þeirra sem voru með erlendan bakgrunn ($M = 4,00$, $Sf = 1,11$), $t(140) = 3,63$, $p < 0,01$. Einnig var marktækur munur á undirþættinum Sjálfíð á milli þeirra sem voru með íslenskan bakgrunn ($M = 4,37$, $Sf = 0,94$) og þeirra sem voru með erlendan bakgrunn ($M = 4,07$, $Sf = 1,12$), $t(139) = 2,79$, $p < 0,01$. Niðurstöður gefa því til kynna að ungmenni með íslenskan bakgrunn séu líklegri en ungmenni með erlendan bakgrunn til að leggja ríkari áherslu á tengsl við annað fólk og við eigið sjálf.

Tafla 5

Samanburður á meðaltali svarenda eftir íslenskum og erlendum bakgrunni á fjórum meginþáttum andlegrar heilsu

	Bakgrunnur	N	Meðaltal	Staðalfrávik
Heildarþáttur	Íslenskur bakgrunnur	1168	3,97	0,86
	Erlendur bakgrunnur	119	3,82	1,03
Aðrir	Íslenskur bakgrunnur	1196	4,37**	0,85
	Erlendur bakgrunnur	125	4,00	1,11
Sjálfíð	Íslenskur bakgrunnur	1191	4,37**	0,94
	Erlendur bakgrunnur	123	4,07	1,17
Náttúran	Íslenskur bakgrunnur	1194	3,97	1,06
	Erlendur bakgrunnur	124	3,79	1,12
Hið yfirskilvitlega	Íslenskur bakgrunnur	1183	3,28	1,31
	Erlendur bakgrunnur	120	3,49	1,29

** $p < 0,01$

Umræða

Fáar rannsóknir beinast að því að kanna þá sýn sem ungmenni hafa til þess tilgangs og merkingar sem þau leggja í líf sitt. Rannsóknin sem hér er kynnt byggist á þeirri fræðilegu nálgun að merkingarbær tengsl séu mikilvægur liður í heilbrigðu og farsælu lífi einstaklinga (Huber o.fl., 2011; Shin og Steger, 2014). Niðurstöður byggjast á eigin mati ungmenna á merkingarbærum tengslum við sjálf sig, annað fólk, náttúru og hið yfirskilvitlega. Þau voru beðin að svara tíu spurningum og meta hvað þau töldu mikilvægt og síður mikilvægt. Þessi rannsókn sýnir að þáttgreining á andlega heilsukvarðanum (e. spiritual health instrument) sem lagður var fyrir í Íslensku æskulýðsrannsókninni og HBSC-rannsókninni árið 2022 leiðir í ljós að góð samkvæmni er á milli allra fjögurra þátta mælitækisins. Því má ætla að kvarðinn sé réttmætur í íslensku samhengi, líkt og fjölþjóðlegar rannsóknir á mælitækinu hafa sýnt (Michaelson, Brooks o.fl., 2016; Shaver o.fl., 2020). Hér verða helstu niðurstöður ræddar og settar í samhengi við fyrri rannsóknir og kenningar.

Meirihluti ungmenna úr 8. og 10. bekk grunnskóla upplifði sterk merkingarbær tengsl við sjálf sig og annað fólk, sem er sambærilegt við niðurstöður PISA um mat ungmenna á lífsánægju og merkingu í eigin lífi (OECD, 2019). Meirihluti svarenda taldi mikilvægt að bera virðingu fyrir náttúrunni og upplifa tengsl við náttúruna. Hvað varðar tengsl við hið yfirskilvitlega fækkar þeim hlutfallslega sem telja slík tengsl skipta verulegu eða miklu máli. Um 44% töldu þó mikilvægt að íhuga eða biðja, en könnun hér á landi frá 2011 sýndi að einungis 19% ungs fólks á aldrinum 18–24 ára töldu bænina

skipta sig máli (Gunnar E. Finnbogason o.fl., 2011). Rétt er að ítreka að orðalag spurningarinnar í andlega heilsukvarðanum dregur að sumu leyti úr marktækni hennar þar sem spurt er um tvö atriði, þ.e. annars vegar íhugun og hins vegar bæn. Á hinn bóginn er ljóst að vægi trúarbragða hefur minnkað verulega í hinum vestræna heimi, og þar með á Íslandi. Núna eru 58% þjóðarinnar skráð í Þjóðkirkjuna, árið 2011 voru um 78% íslensku þjóðarinnar í þjóðkirkjunni og árið 1998 voru um 90% af þjóðinni skráð í hana (Hagstofa Íslands, e.d.). Á sama tíma hefur fjöldi trúfélaga á landinu margfaldast og eru nú yfir 50 talsins (Hagstofa Íslands, e.d.). Fjölbjódleg menning hefur aukið fjölbreytni trúarbragða og veitir einstaklingum svigrúm til að finna sér stað, eða ekki, í trúarlegu samfélagi. Þá hafa staðið yfir átök í íslensku samfélagi um fræðslu á vegum íslensku kirkjunnar í samvinnu við leik- og grunnskóla, og sýnist sitt hverjum. Samkvæmt Hönnu Ragnarsdóttur o.fl. (2016) er ungt fólk á Íslandi jákvætt gagnvart menningarlegum og trúarlegum fjölbreytileika og telur trúarbrögð vera persónulegt val hvers og eins. Niðurstöður þessarar rannsóknar sýna að ríflega helmingur ungmenna úr 8. og 10. bekk telur það skipta sig máli að finnast þau vera hluti af stærri heild, og finna til tengingar við æðri mátt. Líkur eru á að mikilvægi þess að finna fyrir slíkum tengslum aukist eftir því sem líður á ævina (Steger o.fl., 2009). Rannsóknir sýna ennfremur að trú og tenging við æðri mátt öðlast meira vægi þegar einstaklingar takast á við áföll, veikindi og erfiðleika (Hanna Ragnarsdóttir o.fl., 2016; Huber o.fl., 2011). Draga má þá ályktun að það skipti verulegu máli að hugað sé vel að trúarbragðafræðslu í skólum en einnig, og ekki síður, samfélagi og menningu sem skapar svigrúm fyrir andleg tengsl og að upplifa sig hluta af stærra samhengi.

Niðurstöður benda til þess að óverulegur munur sé á mati ungmenna á merkingarbærum tengslum eftir því hvort sé um að ræða drengi eða stúlkur, nema í tengslum við annað fólk og hið yfirsíkilvitlega. Meirihluti ungmenna telur tengsl við annað fólk mikilvæg eða mjög mikilvæg, en þó skorðu stúlkur marktækt hærra en drengir á þeim þætti andlega heilsukvarðans. Það er í samræmi við umfangsmikla fjölbjódlega rannsókn í 12 löndum þar sem stúlkur skorðu alla jafna hærra á andlega heilsukvarðanum (Michaelson, Brooks o.fl., 2016). Hins vegar skorðu drengir í íslenska úrtakinu lítillega en marktækt hærra en stúlkur í tengslum við hið yfirsíkilvitlega, sem vekur athygli þar sem það er ekki í samræmi við fjölbjódlegar rannsóknir (Michaelson, Freeman o.fl., 2016). Íslensk rannsókn á lífsgildum og lífsviðhorfum ungs fólks á aldrinum 18–24 ára leiddi einnig í ljós að hlutfallslega fleiri stúlkur en drengir töldu bæn og trúarbrögð skipta máli (Gunnar E. Finnbogason o.fl., 2011). Vert er að hafa í huga að færri stúlkur en drengir telja sig ánægðar með lífið og þær eru líklegri til að finna fyrir kvíða og depurð (Menntavísindastofnun, 2023; OECD, 2019). Þetta getur þýtt að verðugt sé að hugsa ólíkar leiðir til að ná til einstaklinga af ólíku kyni, til að auka vitund þeirra og áhuga á að ræða og skilja merkingarbær tengsl sín við umheiminn.

Það skiptir ungmenni máli að finna tilgang í lífinu og upplifa gleði, en vísbendingar eru um að ungt fólk eigi erfiðara með að ljá lífi sínu persónulegan tilgang í vestrænum samfélögum (Damon, 2009). Niðurstöður þessarar rannsóknar sýndu að meirihluti svarenda taldi mikilvægt að finna tilgang (79%), en 13% voru óviss og 8% töldu svo ekki vera. Það er umhugsunarvert að fimmtungur ungmenna úr 8. og 10. bekk hér á landi sé óviss eða telji ekki mikilvægt að finna tilgang í lífi sínu. Sé haft í huga að sterk merkingarbær tengsl og andleg heilsa geti haft verndandi áhrif á ungmenni, ekki síst jafnarsett ungmenni (Makanui o.fl., 2019), og geti dregið úr líkum á áhættuhegðun (Hatala o.fl., 2021) þá kalla niðurstöður á að hugað sé að þeim hópi ungmenna sem finnur ekki til persónulegs tilgangs í lífinu.

Niðurstöður gefa vísbendingu um að munur geti verið á andlegri heilsu og merkingarbærum tengslum ungmenna eftir því hvort báðir foreldrar þeirra séu fæddir hér á landi eða báðir foreldrar séu fæddir erlendis. Hlutfallslega færri ungmenni af erlendum uppruna en íslenskum uppruna töldu mikilvægt eða mjög mikilvægt að finna til tengsla við aðra og við eigið sjálf. Þetta er í samræmi við fyrri rannsóknir sem hafa leitt í ljós töluverðan mun á svörum ungmenna eftir uppruna og félagslegum bakgrunni (Michaelson o.fl., 2023). Í rannsókn Michaelson o.fl. kom til að mynda í ljós að ísraelsk ungmenni skorðu hæst varðandi mikilvægi þess að tengjast hinu yfirsíkilvitlega. Rétt er að túlka niðurstöður í íslenska úrtakinu af varfærni þar sem um fámennan hóp svarenda af erlendum uppruna var að ræða (N=119). Á hinn bóginn hafa aðrar íslenskar rannsóknir bent til þess að ungmenni af erlendum uppruna eigi færri vini en jafningjar þeirra af íslenskum uppruna (Eyrún

María Rúnarsdóttir, 2022) og ungmenni af erlendum uppruna eru einnig líklegri til að upplifa sig jaðarsett innan skóla (Kolbrún Þ. Pálsdóttir o.fl., 2021). Mikilvægt er að litið sé til þessara niðurstaðna og sérstaklega hugað að andlegri heilsu og merkingarbærum tengslum ungmenna af erlendu bergi brotnu í íslensku samfélagi.

Aldur og þroski geta haft veruleg áhrif á hvers konar tilgang og merkingarbær tengsl fólk upplifir við umhverfi sitt. Nemendur úr 8. bekk skorðu marktækt hærra á andlega heilsukvarðanum miðað við nemendur úr 10. bekk, sem er sambærilegt því sem almennt greinist í fjölþjóðlegum rannsóknum (Michaelson, Brooks o.fl., 2016; Michaelson o.fl., 2023). Þetta er áhugavert í ljósi þess að ýmsar rannsóknir hafa sýnt fram á að einstaklingar öðlist sterkari andlegri heilsu og merkingarbær tengsl eftir því sem líður á ævina (Shin og Steger, 2014; Steger o.fl., 2009). Á unglingsárunum ganga einstaklingar ósjaldan í gegnum tímabil þar sem þeir leitast við að móta stöðu sína í heiminum og skilja hverjir þeir eru. Á Íslandi líkt og í öðrum vestrænum löndum hefur kvíði og þunglyndi unglunga aukist verulega (Menntavísindastofnun, 2023). Því má færa rök að því að niðurstöður þessarar rannsóknar kalli á að aðilar sem eru í aðstöðu til að stuðla að bættri andlegri heilsu nemenda úr efri bekkjum grunnskóla og í framhaldsskóla velti fyrir sér hvernig skapa megi merkingarbæra reynslu sem stuðli að einstaklingsbundnum þroska og tilgangi í lífi hvers og eins unglings.

Rannsóknin sem hér hefur verið kynnt byggir á þverfræðilegum rannsóknum sem sýnt hafa fram á að tengsl eru á milli andlegrar heilsu, þ.e. að einstaklingur finni lífi sínu tilgang og upplifi tengsl við sjálfan sig, annað fólk, náttúruna og hið yfirskilvitlega – og farsældar (Gomez og Fisher, 2003; Kristján Kristjánsson, 2020; Páll Skúlason, 2015; Shin og Steger, 2014). Niðurstöður sýna að félags-, menningar- og kynjamunur getur haft áhrif á andlega heilsu og þau tengsl sem ungmenni upplifa til sjálfs sín, annars fólks, náttúru og hins yfirskilvitlega. Á þessum grunni má beina til foreldra, kennara og fagfólks sem vinna með börnum og ungu fólki að huga vel að því hvernig starfshættir og samskipti við ungmenni geta styrkt merkingarbær tengsl þeirra við umhverfi sitt og þannig stuðlað að verndandi þáttum í lífi þeirra og seiglu, sem getur verið ómetanlegt í gegnum lífsins ólgusjó.

Takmarkanir rannsóknarinnar eru ýmsar, meðal annars er ógerningur að álykta um orsakir og afleiðingar þar sem um þversniðsrannsókn var að ræða. Þá er úrtakið fremur einsleitt og ekki reyndist unnt að kanna stöðu jaðarsettra hópa, s.s. kynsegin ungmenna, vegna fárra svarenda. Þá hefur reynt áskorun að tryggja þátttöku þeirra ungmenna sem ekki hafa íslensku að móðurmáli, en könnunin er lögð fyrir á íslensku, ensku og pólsku. Rannsaka þarf mun betur stöðu fatlaðra og langveikra ungmenna, en gögnin gerðu ekki kleift að skoða stöðu þeirra sérstaklega. Kanna þyrfti betur tengsl andlegrar heilsu ungmenna og ýmissa annarra þátta, s.s. sálílkamlegrar líðanar, áhættuhegðunar, félagslegrar og efnahagslegrar stöðu, í íslensku samhengi. Þá væri mjög verðugt að rannsökuð yrðu með eigindlegum aðferðum viðhorf og reynsla ungmenna í efstu bekkjum grunnskóla af andlegum merkingarbærum tengslum við sjálf sig, annað fólk, náttúru og hið yfirskilvitlega. Slík gögn gætu gefið betri innsýn í reynslu ungmennanna sjálfra af þeim þáttum sem móta slík tengsl, styðja við þau eða hindra.

Þakkir

Ég þakka ritstjórum og ritrýnum Netlu fyrir uppbyggilegar athugasemdir og að fá tækifæri til að birta þessa grein í Netlu. Ársæll Már Arnarsson beindi upphaflega sjónum mínum að andlega heilsukvarðanum og þeim áhugaverðu gögnum sem þar leyndust og fyrir það er ég ákaflega þakklát. Þá vil ég þakka Ástríði Stefánsdóttur, Hervöru Ölmú Árnadóttur, Kristjáni Kristjánssyni, Ragnari Antonssyni Gambrell og Róberti H. Haraldssyni fyrir dýrmæt samtöl og ábendingar um efni rannsókna. Síðast, en ekki síst, vil ég þakka Unnari Geirdal Arasyni, aðferðafræðingi á Menntavísindastofnun, fyrir aðstoð hans við vinnslu og greiningu gagnanna.

Purpose and youth connection to other people, nature and the transcendental

Research indicates that young people today find their lives less meaningful than in the past, and they have more difficulty finding their life. This article focuses on what purpose and meaning young people experience in relation to their own lives, other people, nature, and the transcendental. There is evidence that experiencing strong moral relationships with oneself, other people, and nature and the environment has a positive effect on the lives of individuals and helps them cope with difficulties and challenges. Increasingly, a strong spiritual connection to reality is seen as an important part of a healthy life and coping with trauma and illness (Huber et al., 2011). It is important to distinguish between spiritual health and mental health. Spiritual health is defined in this research as the meaningful relationships individuals form with other people, natural and transcendent realities, and the purpose they experience in their lives. Purpose and meaning in a person's life (i.e. spiritual health) have been defined as a person's meaningful relationships with themselves, other people, nature, and a higher power (Gomez & Fisher, 2003). Such ideas can be traced back to philosophy and the view that we humans are unique beings, in many respects, who have free will and a significant ability to shape our own lives while we are bound to certain material and social realities (Páll Skúlason, 2015). An international comparative study with over 70,000 participants in 12 countries showed that in all countries, young people scored highest on meaningful relationships with their own selves, i.e. they considered it most important to feel a sense of purpose and joy, then came connections with others, nature, and the lowest score was always a connection with a higher power or the transcendent (Michaelson et al., 2023).

The study is based on data from the international survey Health Behavior in School-Aged Children (HBSC) and the Icelandic Youth Survey, which was submitted in the spring of 2022. There were a total of 1288 participants, of which 51.8 % were boys and 48.2% were girls. The respondents were from the 8th grade (N = 705) and the 10th grade (N = 583) of primary school. It is based on the so-called "Spiritual Health" scale, developed by an international research team (Gomez & Fisher, 2003; Michaelson, Brooks et al., 2016; Shaver et al., 2020). The study examines and confirms the scale's validity in the Icelandic context. The results show that the majority of young people experienced meaningful connections with other people and nature and believed it was important to find a personal purpose. Young people's connection with the transcendental was the least, i.e., connecting with a higher power and considering it important to meditate or pray. Unlike previous studies, it was found that connection with others was the factor that scored the highest, but the connection with one's own self closely followed. The results also show that boys in Iceland score slightly higher than girls on the relationship with the transcendental, which does not follow the multinational studies. Relatively fewer young people of immigrant origin than of Icelandic origin thought it was important or very important to feel a connection with others and with oneself. Furthermore, students from grade 8 scored significantly higher on the mental health scale than students from grade 10, which is comparable to what is generally found in the multinational studies (Michaelson et al., 2023; Michaelson, Brooks et al., 2016). Religious activities have decreased significantly in the Western world and also in Iceland. Today, 58 % of the population is registered in the National Church; in 2011, around 78 % of the Icelandic population was in the National Church, and in 1998, around 90 % of the population (Hagstofa Íslands, n.d.). At the same time, the number of religious organisations in the country has multiplied and now counts over 50 (Hagstofa Íslands, n.d.). The multinational culture has increased the religious diversity and gives individuals the freedom to find a place, or not, in a religious community.

It is thought-provoking that a fifth of young people from the 8th to 10th grade in Iceland are unsure or do not think it is important to experience a purpose in their lives. Previous

research has shown that strong, meaningful relationships and mental health can have a protective effect on young people, especially marginalised young people (Makanui et al., 2019), and can reduce the likelihood of risky behaviour (Hatala et al., 2021). Therefore, the findings of this study show that specific attention should be paid to the group of young people who do not feel a personal purpose in life. The results of this study show that there is a reason to consider how to create a community and scope for young people to experience personal purpose and find meaningful relationships with other people, nature, and the transcendental.

Keywords: Purpose, meaning, nature, youth, spiritual health

Um höfund

Kolbrún Þ. Pálsdóttir (kolbrunp@hi.is) er dósent og forseti Menntavísindasviðs Háskóla Íslands. Hún lauk BA-prófi í heimspeki 1997, MA-gráðu í menntunarfræðum 2001 og PhD-gráðu í menntunarfræðum frá Háskóla Íslands árið 2012. Í rannsóknum sínum hefur Kolbrún beint sjónum að ferðalagi ungmenna milli ólíks námsumhverfis, formlegs og óformlegs, og lærdómi þeirra innan og utan skóla. Rannsóknarsvið hennar eru meðal annars fagþróun frístundaheimila, formleg og óformleg menntun, menntastefna, fagmennska og samstarf í skóla- og frístundastarfi. Hún hefur birt fjölda fræðigreina og bókarkafla um þau viðfangsefni, ásamt að vera stjórnvöldum og sveitarfélögum til ráðgjafar um menntamál. Á meðal núverandi rannsóknarverkefna hennar eru farsæld og menntun, tilgangur og merking í lífi ungmenna, og innleiðing gæðaviðmiða í starf frístundaheimila.

About the author

Kolbrún Þ. Pálsdóttir (kolbrunp@hi.is) is an associate professor and dean of the School of Education at the University of Iceland. She received her BA degree in philosophy in 1997, an MA in education in 2001 and a PhD in education from the University of Iceland in 2012. In her academic work, Kolbrún has explored the connection between formal and informal learning as young people navigate their lives between school and out-of-school venues. Her research areas include school-aged educare, formal and informal education, education policy, professionalism, and interdisciplinary collaboration. She has published several peer-reviewed articles and book chapters on those issues, as well as acting as an advisor at the government and municipality levels. Amongst her current research projects are well-being and education, meaning and purpose in the lives of young people, and implementation of a quality framework in school-aged educare.

Heimildir

- Arthur, J., Kristján Kristjánsson, Harrison, T., Sanderse, W. og Wright, D. (2017). *Teaching character and virtue in schools*. Routledge Taylor & Francis Group.
- Beck, U. og Beck-Gernsheim, E. (2001). *Individualization*. Sage.
- Chirico, F. (2016). Spiritual well-being in the 21st century: It is time to review the current WHO's health definition. *Journal of Health and Social Sciences*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.19204/2016/sprt2>
- Damon, W. (2009). *The path to purpose: How young people find their calling in life*. Free Press.
- De Jager Meezenbroek, E., Garssen, B., Van Den Berg, M., Van Dierendonck, D., Visser, A. og Schaufeli, W. B. (2012). Measuring spirituality as a universal human experience: A review of spirituality questionnaires. *Journal of Religion and Health*, 51(2), 336–354. <https://doi.org/10.1007/s10943-010-9376-1>
- Dewey, J. (2000). *Reynsla og menntun* (Gunnar Ragnarsson þýddi). Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands (frumútgáfa 1938).

- Eyrún María Rúnarsdóttir. (2022). Vinatengsl unglinga og stuðningur vina eftir uppruna. *Tímarit um uppeldi og menntun*, 31(1), 1–23. <https://doi.org/10.24270/tuom.2022.31.1>
- Gidley, J. M. (2007). Educational imperatives of the evolution of consciousness: The integral visions of Rudolf Steiner and Ken Wilber. *International Journal of Children's Spirituality*, 12(2), 117–135. <https://doi.org/10.1080/13644360701467428>
- Gomez, R. og Fisher, J. W. (2003). Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual well-being questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 35(8), 1975–1991. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00045-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00045-X)
- Gunnar E. Finnbogason, Gunnar J. Gunnarsson, Halla Jónsdóttir og Hanna Ragnarsdóttir. (2011). Lífsviðhorf og gildi: Viðhorfakönnun meðal ungs fólks í framhaldsskólum á Íslandi. *Ráðstefnurit Netlu – Menntakvika 2011*. <https://netla.hi.is/serrit/2011/menntakvika2011/009.pdf>
- Hagstofa Íslands. (e.d.). *Mannfjöldi eftir trú og lífskoðunarfélögum 1998–2023*. https://px.hagstofa.is/pxis/pxweb/is/Samfelag/Samfelag__menning__5_trufelog__trufelog/MAN10001.px/table/tableViewLayout2/
- Hanna Ragnarsdóttir, Gunnar E. Finnbogason, Gunnar J. Gunnarsson og Halla Jónsdóttir. (2016). Viðhorf ungmenna í íslensku fjölmenningsarsamfélagi til menningar- og trúarlegs margbreytileika. *Tímarit um uppeldi og menntun*, 25(2), 219–238. <https://ojs.hi.is/index.php/tuom/article/view/2437>
- Hatala, A., McGavock, J., Michaelson, V. og Pickett, W. (2021). Low risks for spiritual highs: Risk-taking behaviours and the protective benefits of spiritual health among Saskatchewan adolescents. *Paediatrics & Child Health*, 26(2), e121–e128. <https://doi.org/10.1093/pch/pxaa007>
- Huber, M., Knottnerus, J. A., Green, L., Horst, H. V. D., Jadad, A. R., Kromhout, D., Leonard, B., Lorig, K., Loureiro, M. I., Meer, J. W. M. V. D., Schnabel, P., Smith, R., Weel, C. V. og Smid, H. (2011). How should we define health? *BMJ*, 343, d4163. <https://doi.org/10.1136/bmj.d4163>
- Jakob F. Þorsteinsson, Hervör Alma Árnadóttir, Karen Rut Gísladóttir og Ólafur Páll Jónsson. (2023). Undir berum himni: Ígrundun og áskoranir háskólanema. *Netla – Veftímarit um uppeldi og menntun*. <https://netla.hi.is/greinar/2022/alm/20.pdf>
- Jón Ásgeir Kalmansson. (2019). „Hið þanda segl, hinn rennandi lækur ...“: Athygli, ást og lotning í siðfræði náttúrunnar. *Ritið*, 19(3), 69–94. <https://doi.org/10.33112/ritid.19.3.4>
- Kolbrún Þ. Pálsdóttir. (2016). Hin hugsandi sjálfsvera. Formlegt og óformlegt nám skoðað í ljósi heimspeki Páls Skúlasonar. *Sérrit Netlu 2016 – Menntun, mannvit og margbreytileiki*. https://netla.hi.is/serrit/2016/menntun_mannvit_og_margbreytileiki_greinar_fra_menntakviku/009.pdf
- Kolbrún Þ. Pálsdóttir, Kolbeinn H. Stefánsson og Hermína Gunnþórsdóttir. (2021). Að tilheyra í skólanum: Áhrifaþættir á upplifun grunnskólanema. *Sérrit Netlu 2021 – HBSC og ESPAD rannsóknirnar*. https://netla.hi.is/serrit/2021/HBSC_ESPAD_rannsoknir/06.pdf
- Kristján Kristjánsson. (2020). *Flourishing as the aim of education: A neo-Aristotelian view*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Makanui, K. P., Jackson, Y. og Gusler, S. (2019). Spirituality and its relation to mental health outcomes: An examination of youth in foster care. *Psychology of Religion and Spirituality*, 11(3), 203–213. <https://doi.org/10.1037/rel0000184>
- Menntavísindastofnun. (2023). *Íslenska æskulýðsrannsóknin: Farsældarvísar vorönn 2023*. https://menntavisindastofnun.hi.is/sites/menntavisindastofnun.hi.is/files/2023-09/IAE23_farsaeld_birt_0.pdf
- Michaelson, V., Brooks, F., Jirásek, I., Inchley, J., Whitehead, R., King, N., Walsh, S., Davison, C. M., Mazur, J. og Pickett, W. (2016). Developmental patterns of adolescent spiritual health in six countries. *SSM – Population Health*, 2, 294–303. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2016.03.006>
- Michaelson, V., Freeman, J., King, N., Ascough, H., Davison, C., Trothen, T., Phillips, S. og Pickett, W. (2016). Inequalities in the spiritual health of young Canadians: A national, cross-sectional study. *BMC Public Health*, 16(1), 1200. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3834-y>
- Michaelson, V., Šmigelskas, K., King, N., Inchley, J., Malinowska-Ciešlik, M. og Pickett, W. (2023). Domains of spirituality and their importance to the health of 75 533 adolescents in 12 countries. *Health Promotion International*, 38(3), daab185. <https://doi.org/10.1093/heapro/daab185>
- OECD. (2019). *PISA 2018 results (volume III) : What school life means for students' lives*. <https://doi.org/10.1787/acd78851-en>

- Páll Skúlason. (2014). *Náttúrupælingar*. Háskólaútgáfan.
- Páll Skúlason. (2015). *Merking og tilgangur*. Háskólaútgáfan.
- Sahlin, E., Ahlborg, G., Matuszczyk, J. og Grahn, P. (2014). Nature-based stress management course for individuals at risk of adverse health effects from work-related stress – effects on stress-related symptoms, workability and sick leave. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(6), 6586–6611. <https://doi.org/10.3390/ijerph110606586>
- Schinkel, A. (2017). The educational importance of deep wonder. *Journal of Philosophy of Education*, 51(2), 538–553. <https://doi.org/10.1111/1467-9752.12233>
- Shaver, N., Michaelson, V., Whitehead, R., Pickett, W., Brooks, F. og Inchley, J. (2020). Structural validity of a brief scale adapted to measure adolescent spiritual health. *SSM – Population Health*, 12, 100670. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100670>
- Shaver, N., Michaelson, V. og Pickett, W. (2022). Do spiritual health connections protect adolescents when they are bullied: A national study of 12,593 young Canadians. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(13-14), NP11034–NP11065. <https://doi.org/10.1177/0886260521989853>
- Shin, J. Y. og Steger, M. F. (2014). Promoting meaning and purpose in life. Í A. C. Parks og S. M. Schueller (ritstjórar), *The Wiley Blackwell handbook of positive psychological interventions* (1. útg., bls. 90–110). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118315927.ch5>
- Steger, M. F., Oishi, S. og Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43–52. <https://doi.org/10.1080/17439760802303127>
- VIRK starfsendurhæfingarsjóður. (2019). *Heilsuhjól heilbrigðara lífs*. <https://www.virk.is/is/um-virk/upplýsingar/frettir/heilsuhjol-heilbrigdara-lifs>
- World Health Organization. (2020). *Basic documents* (49. útgáfa). https://apps.who.int/gb/bd/pdf_files/BD_49then.pdf#page=6
- Xiaomin, L. og Auld, E. (2020). A historical perspective on the OECD's 'humanitarian turn': PISA for development and the Learning framework 2030. *Comparative Education*, 56(4), 503–521. <https://doi.org/10.1080/03050068.2020.1781397>



Kolbrún Þ. Pálsdóttir. (2023).

Tilgangur og tengsl ungmenna við eigið líf, annað fólk, náttúru og hið yfirsíkilvitlega.

Netla – Vef tímarit um uppeldi og menntun: Sérít 2023 – Menntavika 2023.

Sótt af http://netla.hi.is/serrit/2023/menntavika_2023/04.pdf

DOI: <https://doi.org/10.24270/serritnetla.2023.16>