



Siri Lonka
Mirka Takala

Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2020

NEA-HANKKEESSA KOHDATTUJEN NAISTEN HYVINVOINNIN RAKENTUMINEN ASUNNOT- TOMUUDEN JÄLKEEN

TIIVISTELMÄ

Siri Lonka & Mirka Takala

NEA-hankkeessa kohdattujen naisten hyvinvoinnin rakentuminen asunnottomuuden jälkeen

57 s., 3 liitettä

Syyskuu 2020

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten asunnottomuutta kokeneiden naisten hyvinvointi on rakentunut asunnottomuuden kokemuksen jälkeen ja mitkä ovat niitä tekijöitä, joiden he arvelivat lisäävän heidän hyvinvointiaan tutkimusajankohtana. Tutkimuksen tavoitteena oli naisten henkilökohtaisten kokemusten esiin tuominen ja tätä kautta vaikeasta asemasta ulos päässeiden ihmisten todellisuuden näkyväksi tekeminen. Teoriapohjana työssä käytettiin Erik Allardtin teoriaa hyvinvoinnin ulottuvuuksista.

Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Diakonissalaitoksen NEA-osahankkeen kanssa. NEA on lyhenne sanoista naiserytymäinen asunnottomuustyö. Opinnäytetyön tavoitteena oli koota NEA-osahankkeelle tietoa asunnottomuutta kokeneiden naisten henkilökohtaisista hyvinvoinnin kokemuksista asumaan muuttamisen jälkeen. Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jonka aineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla huhtikuussa 2020. Tutkimukseen osallistui neljä naista. Haastattelut litteroitiin tekstiksi ja analysoitiin teoriaohjauksen sisällönanalyysin avulla.

Opinnäytetyön tuloksena ilmeni, että turvallisuuden tunne muodosti pohjan naisten muutosprosessille yksilöllisen hyvinvoinnin kokemuksessa. Muutosprosessiin kuului myös muutos suhteessa itseen ja muutos suhteessa muihin. Muutos suhteessa itseen ilmeni muun muassa omanarvontunnon kasvamisena ja itsestään huolehtimisena. Muutos suhteessa muihin ilmeni osallisuuden kokemuksina yhteisöissä ja yhteiskunnassa sekä haluna vastavuoroiseen suhteeseen muiden kanssa. Naiset kokivat tulevaisuuden voimavarana ja uskoivat ja luottivat tulevaisuuteen.

Asiasanat: asunnottomuus, hyvinvointi, naiset, NEA-hanke

ABSTRACT

Siri Lonka & Mirka Takala

Building well-being of women within the NEA project after homelessness

57 p., 3 appendices

September 2020

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor`s Degree Programme of Social Services

Bachelor of Social Services

The purpose of the thesis was to find out how the well-being of women who have experienced homelessness has been built after the experience of homelessness and what the factors that increase their well-being now and in the future are. The aim of the study was to highlight the personal experiences of women and thereby make visible the reality of people who have emerged from a difficult position. The theory was based on Erik Allardt`s theory of the dimensions of well-being.

The thesis was carried out in collaboration with the Deaconess Foundation and their NEA subproject. NEA stands for the Finnish words *nais erityinen asunnottomuustyö*, women specificity in homelessness work. The aim of the thesis was to provide information to the NEA project on the personal well-being experiences of women who have previously experienced homelessness, after moving to an apartment of their own. The study was conducted as a qualitative study and the material for the study was collected through a semi-structured thematic interview in April 2020. Four women participated in the study. The interviews were transcribed into text and analysed using theory-guided content analysis.

As a result of the thesis it can be stated that a sense of security formed the basis for the process of change in women in their personal experience of well-being. The process of change also included change in relation to oneself and change in relation to others. The change in relation to oneself manifested itself in, among other things, as an increase in self-esteem and self-care. Change in relation to others manifested itself as experiences of inclusion in communities and society and a desire for reciprocity with others. The women saw the future as a resource, and they believed and trusted the future.

Keywords: homelessness, well-being, women, NEA-project

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 ASUNNOTTOMUUS JA HYVINVOINTI	6
2.1 Aikaisempi tutkimus	6
2.2 Asunnottomuuden ja kodittomuuden määritelmiä	7
2.3 Naisten kodittomuuden erityispiirteitä.....	10
2.4 Näkökulmia hyvinvointiin.....	12
2.5 Erik Allardtin hyvinvointiteoria	14
2.6 Naisnäkökulma asunnottomuuden aiheuttamiin hyvinvoinnin riskeihin	16
3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	19
3.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	19
3.2 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä	19
3.3 Haastattelutilanne	21
3.4 Aineiston analysointi	23
4 TULOKSET	29
4.1 Turvallisuuden tunne pohjana muutokselle	29
4.2 Muutos suhteessa itseän	30
4.3 Muutos suhteessa muihin	33
4.4 Tulevaisuus voimavarana	35
5 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	37
6 POHDINTA	40
7 AMMATILLINEN KASVU	46
LÄHTEET.....	48
LIITE 1. Haastattelurunko	54
LIITE 2. Suostumuslomake tutkimukseen osallistuvilla	56
LIITE 3. Tiedote tutkimukseen osallistuvilla	57

1 JOHDANTO

Suomessa oli vuonna 2018 yli 1200 asunnottomaa naista (ARA. Selvitys 3/2019. Asunnottomat 2018). Asunnottomat naiset ovat usein altistuneet erilaisille väkivallan ja hyväksikäytön kokemuksille (Asunnottomien yö). Tutkimusten mukaan asunnottomilla naisilla on asunnon omaaviin naisiin verrattuna enemmän mielen-terveyteen liittyviä ongelmia, kuten masennushäiriöitä, traumaperäistä stressihäiriötä sekä itsetuhoisten ajatusten suurta esiintyvyyttä. Myös fyysinen terveys on usein heikko. Siihen liittyvinä ongelmina näkyvät korostuneina muun muassa sydän- ja verisuonitaudit, hengitystiesairaudet sekä sukupuolitaudit. (Wolf, Anderson, van den Dries & Filipovic Hrast 2016, 158–161.) Asunnottomat naiset kokevat olevansa huono-osaisia asunnottomia miehiä useammin. Naiset myös arvioivat itsensä miehiä useammin yksinäisiksi ja elämässään epäonnistuneiksi sekä muiden arvostuksen itseään kohtaan negatiivisemmaksi. (Kainulainen & Saari 2013, 35.)

Asunnottomilla naisilla on siis tutkittu olevan haasteita niin fyysisen kuin psyykkisen terveyden kanssa. Nämä tutkimukset ovat kuitenkin pääosin kohdistuneet johonkin erityiseen terveydentilaan. Asunnottomien naisten yleistä hyvinvoinnin kokemusta ei ole juuri tutkittu (Wolf ym. 2016, 172.) Me lähestyimme opinnäytetyössämme aihetta siitä näkökulmasta, millaiselta naisten hyvinvointi asunnottomuuden kokemuksen jälkeen näyttää.

Toteutimme opinnäytetyömme yhdessä Diakonissalaitoksen kanssa ja tutkimuksemme tavoitteena on ollut selvittää asunnottomuutta kokeneiden naisten hyvinvointia. Työmme liittyi NEA (naiserityisyys asunnottomuustyössä) -hankkeeseen. STEA:n rahoittaman valtakunnallisen kolmivuotisen hankkeen keskiössä ovat asunnottomat tai asunnottomuusuhan alla olevat naiset ja heidän asumisensa turvaaminen. Hankkeen kautta kehitetään hajautettuja asumisratkaisuja, kokemusasiantuntijuuden vahvistumista sekä vertaisohjaaja–ammattilais-työparimallia asumiseen. NEA-hanke koostuu hankekoordinaatiosta ja kahdeksasta eri osahankkeesta. Diakonissalaitoksen NEA-osahankkeessa tavoitteena on kehittää hyvinvoinnin mittareita ja tarkastella millaista tukea naiset tarvitsevat

asunnottomuuden jälkeen. (Diakonissalaitos. NEA Naiserityisyys asunnottomuustyössä; Y-säätiö. Hankkeet. NEA – nais erityisyys asunnottomuustyössä.)

2 ASUNNOTTOMUUS JA HYVINVOINTI

2.1 Aikaisempi tutkimus

Suomessa naisten asunnottomuutta on tutkittu 1990-luvulta lähtien (Kärkkäinen 2001, 184). Keskeisimpiä tutkimuksia on Riitta Granfeltin väitöskirja vuodelta 1998. Granfelt nosti tutkimuksessaan esiin naisten kokemukset kodittomuudesta tuoden ilmi siihen liittyviä erityispiirteitä, kuten piiloasunnottomuuden ja särkyneen sekä stigmatisoituneen äitiyden. Riikka Haahtela on puolestaan väitellyt asiakkaiden rakentumisesta asunnottomille suunnatussa naistyössä (2015). Haahtela tarkasteli muun muassa sitä, miten asiakkaina olleet naiset itse merkityksellistävät sukupuolierityisen toiminnan ja miten naistyön toimintamuodot ja naisten tarpeet kohtaavat. Naisten kodittomuutta on tutkinut pro gradussaan myös Martta Viisanen (2019). Viisanen tuo esiin kodittomuuden negatiivisen kierteen, jossa kodin menettäminen lisää päihteiden käyttöä riippuvuuden kehittymiseen asti, ja joka taas edelleen johtaa epäluotettaviin ja väkivaltaisiin ihmissuhteisiin. Nämä vaikeat ja traumatisoivat kokemukset heijastuivat tutkimuksessa naisten minäkuvaan musertavalla tavalla.

Kansainvälistä asunnottomuustutkimusta edustavat muun muassa Paula Mayock ja Joanne Bretherton (2016), jotka ovat toimittaneet kootun teoksen naisten asunnottomuustutkimuksista Euroopasta. Myös Joe Doherty ja Bill Edgar (2001) ovat koonneet yhteen eurooppalaista, naisten asunnottomuuteen liittyvää tutkimusta.

Sakari Kainulainen ja Juho Saari (2013) ovat suomalaisten kokemaa huono-osaisuutta selvittäneessä tutkimuksessa tutkineet asunnottomien kokemaa hyvinvointia kyselytutkimuksen avulla. Tutkimuksen mukaan asunnottomat naiset kokiivat itsensä asunnottomia miehiä huono-osaisemmaksi. Nora Lehtonen on tutkinut sosionomiopintojen (AMK) opinnäytetyössään (2016) asunnottomuuden vaikutusta hyvinvointiin asumaan muuttamisen jälkeen. Kohderyhmänä hänellä oli sekä miehet että naiset. Lehtosen mukaan asunnottomuus jättää ihmiseen pitkäkestoisen jäljen. Tämä ilmenee hänen mukaansa muun muassa

epäluottamuksena viranomaisia kohtaan, laitostumisen pelkona ja varovaisuutena tulevaisuuden suunnittelussa.

2.2 Asunnottomuuden ja kodittomuuden määritelmiä

Sirkka-Liisa Kärkkäinen kuvaa asunnottomuutta ilmiönä, joka saa eri aikoina ja eri maissa hyvinkin erilaisia sisältöjä (Granfelt 1998, 46). Tällä hetkellä asunnottomuudesta ei toistaiseksi ole yhtä tyhjentävää yhteistä määritelmää, vaan määritelmät vaihtelevat maittain. Suppeimman määritelmän mukaan asunnottomiksi ymmärretään ulkona ja yömajoissa asuvat, kun taas laajimpaan määritelmään sisältyvät myös puutteellisesti asuvat ja asunnottomuusuhan alla olevat. Asunnottomuutta tutkittaessa on asunnottomuuden määrittelyllä kuitenkin keskeinen sija, sillä sen kautta saadaan lisäymmärrystä tutkimuksen kohteesta, ilmiön laajuudesta sekä saaduista tuloksista. (Kostiainen & Laakso 2013, 26.) Suomessa Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA) julkaisee kerran vuodessa selvityksen Suomen asunnottomuudesta kuntakohtaisesti. Julkaistavassa selvityksessä huomioidaan lukumäärän lisäksi myös asunnottomuuden eri muodot ja jakautuminen eri väestöryhmien kesken. ARA:n kunnille antaman asunnottomuuden määritelmän mukaan asunnottomiksi määritellään ihmiset, joilla ei ole omaa vuokra- tai omistusasuntoa ja jotka elävät

1. ulkona, porrashuoneissa tai ns. ensisuojuissa,
 2. asuntoloissa tai majoitusliikkeissä,
 3. huoltokotityyppisissä asumispalveluyksiköissä, kuntouttavissa yksiköissä, sairaaloissa tai muissa laitoksissa
 4. tilapäisesti tuttavien ja sukulaisten luona asunnon puutteen vuoksi
 5. ilman tietoa asunnosta vankilasta vapautumisen jälkeen
- (ARA. Asunnottomat 2018.)

ARA:n selvityksessä pitkäaikaisasunnottomalla tarkoitetaan asunnottomia, jolla on asumista merkittävästi vaikeuttavia sosiaalisia tai terveydellisiä ongelmia, ja jonka asunnottomuus on pitkittynyt tai uhkaa pitkittyä tavanomaisten asumisratkaisujen toimimattomuuden ja puuttuvien tukipalvelujen vuoksi. Asunnottomuus

luokitellaan pitkäaikaiseksi, kun se on kestänyt vähintään yhden vuoden tai henkilö on toistuvasti ollut asunnottomana viimeisen kolmen vuoden aikana. (ARA. Asunnottomat 2018, 14.)

Euroopan asunnottomuustoimijoiden kattojärjestö FEANTSA on kehittänyt asunnottomuuden muotojen kartoittamiseen ETHOS-luokittelun. Kyseisessä luokittelussa käsitys kodista jaetaan tilalliseen, sosiaaliseen ja lailliseen osa-alueeseen, joissa esiintyvät puutteet määrittelevät asunnottomuuden muodon. Tilallisella osa-alueella kuvataan kansallisten laatusuosituksen mukaista asuntoa, johon henkilöllä ja hänen perheellään on yksinoikeus. Sosiaalisella osa-alueella kuvataan yksilön mahdollisuutta yksityisyyteen ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseen. Laillinen osa-alue kuvaa asumisoikeuteen liittyviä laillisia perusteita. Näistä osa-alueista on johdettu neljä pääkategoriaa:

1. Katuasunnottomuus
2. Asunnottomuus
3. Asunnottomuusuhan alaisuus
4. Puutteelliset asumisolosuhteet

Katuasunnottomuuden kategoriaan sisältyvät ensisuojoissa, kaduilla ja muissa julkisissa paikoissa nukkuvat. Asunnottomuuden kategoriaan sisältyvät muun muassa naisten turvakodeissa ja maahanmuuttajien majoituksessa asuvat sekä eri laitoksista vapautuvat henkilöt. Asunnottomuusuhan alaisuus käsittää muun muassa häätöuhan tai väkivallan uhan alla elävät sekä epävarmoissa olosuhteissa asuvat, esimerkiksi ilman laillista alivuokralaissopimusta elävät. Puutteellisilla asumisolosuhteilla tarkoitetaan esimerkiksi asumiskelvottomassa rakennuksessa elämistä. Nämä neljä pääkategoriaa jakautuvat vielä kolmeentoista asunnottomuuden toiminnalliseen määritelmään, joissa on tarkemmin määritelty asunnottomien henkilöiden olosuhteet. (Asuntoensin. Tietoa. Ethos asunnottomuuden luokitteluja.) Asunto ensin -periaatteessa asunnottomalla tarkoitetaan ketä tahansa henkilöä, jolla ei ole omaa vuokra- tai omistusasuntoa. (Y-säätiö. Asunnottomuus Suomessa.) Asunto ensin -periaatteella tarkoitetaan asunnottomuustyön mallia, jonka keskeinen ajatus on asunnon saamisen ensisijaisuus muihin tukitoimiin nähden. (Asunto ensin. Tietoa. Asunto ensin.)

Asunnottomuus voidaan myös karkeasti jakaa absoluuttiseksi ja suhteelliseksi. Absoluuttisella asunnottomuudella tarkoitetaan muun muassa kadulla, metsässä tai rappukäytävissä asustelua. Suhteellinen asunnottomuus taas käsittää esimerkiksi erilaisissa laitoksissa, hoito- ja turvakodeissa tai tuttujen luova asuvat. Absoluuttinen asunnottomuus on näkyvä merkki äärimmäisestä köyhyydestä, kun taas suhteellinen asunnottomuus ei ole konkreettisesti yhtä silmiinpistävää. (Granfelt 1998, 54–55.)

Riitta Granfelt (1998) kuvailee väitöskirjassaan Suomessa käytyä asunnottomuuskeskustelua. Hän nostaa esiin, miten Suomessa asunnottomuuden määrittely on korostuneesti painottunut erityisryhmätarkkailuun ja eri asumismuotojen luettelemiseen, joiden on katsottu sisältyvän asunnottomuuskäsitteen alaisuuteen. Sirkka-Liisa Kärkkäinen (1998) toteaa, että Suomessa asunnottomuutta lähdetään määrittelemään siitä paikasta, jossa asunnoton oleilee. Hänen mukaansa Suomessa on jätetty huomioitta sellaiset määrittelyt, jotka perustuisivat asunnottoman ihmisen muihin ominaisuuksiin. Asunnoton viittaa vain konkreettiseen tilan puutteeseen. (Granfelt 1998, 46–47.) Asunnottomuuden nähdään siis linkittyvän materiaalisiin resursseihin ja niiden puutteeseen. Sen sijaan kodittomuus paikantuu niihin subjektiivisesti koettuihin ominaisuuksiin, joita liitetään tiettyyn konkreettiseen tilaan. Asunnottomuus ja kodittomuus paikantuvat siten eri ulottuvuuksille. (Lehtonen & Salonen 2008, 20.)

Riitta Granfelt (1998) määrittelee kodittomuuden käsitettä kotiin liittyvien merkitysten kautta. Hän jakaa kodin kolmelle tasolle. Kodin ensimmäiseen tasoon liittyy kuuluminen niin että ihmisellä on jokin paikka, johon hän kokee kuuluvansa ja jonka hän kokee kuuluvan itselleen. Tällöin kodittomuus on irrallisuutta ja juurettomuutta, eikä ihmisellä ole mitään omaa tilaa, joka tuntuisi omalta. Kodin toinen taso ilmenee suhteena luovan ja itselleen tärkeän tekemisen ja paikan välillä. Oman kodin rauhassa saa toteuttaa itseään. Jos ihminen ei voi toteuttaa itseään haluamallaan tavalla, ihminen kokee, ettei hänellä ole omaa paikkaa maailmassa. Kodin kolmas taso on sisäinen koti. Granfelt ymmärtää sen omaksi sisäiseksi maailmaksi, jonka voi kuvitella ja rakentaa juuri sellaiseksi kuin haluaa. Granfelt näkee sisäisen kodin psyykkisen autonomian kokemuksena; ihmisellä

on kyky puolustaa omaa minuuttiaan. Tällöin kodittomuus näyttäytyy sisäisenä kodittomuutena, jolloin ihmisen psyykkinen autonomia ja turvallisuuden kokemus vaarantuvat. (Granfelt 1998, 104–106.)

2.3 Naisten kodittomuuden erityispiirteitä

Kodittomuutta on perinteisesti pidetty kaduilla tai yömajoissa yönsä viettäviä, yksinäisiä miehiä koskettavana ilmiönä. Yksi syy tähän on se, että mielikuvissa koti, perhe ja naiset ovat yhdistyneet hyvin vahvasti toisiinsa. Koditonta naista on siten pidetty poikkeavana. (Lofstrand & Quilgars 2016, 47, 60.) Tästä syystä naisten kodittomuutta ilmiönä ei ole samalla tapaa tunnustettu tai tunnistettu asunnottomuustyöhön liittyvissä käytännöissä, politiikassa tai tutkimuksessa. 1990-luvulla uuden sukupolven asunnottomien naisten ilmestyessä katukuvaan ja palveluiden piiriin kiinnostus naisten kodittomuutta kohtaan kasvoi ja se tuli tunnistetuksi erityispoliittisena ongelmana Pohjoismaissa. Kiinnostuksen myötä syntyi myös naisten kodittomuutta koskevia käytäntöjä ja tutkimuksia. (Kärkkäinen 2001, 184; Lofstrand & Quilgars 2016, 60.)

Riitta Granfeltin (1998, 74) mukaan naisten kodittomuus poikkeaa miesten kodittomuudesta sekä sisällöltään että määrältään. Se on määrällisesti marginaalisempi ilmiö, mutta siinä näkyy erityisen selkeästi syrjäytymisen kovuus. Naisten kodittomuudesta puhutaan usein näkymättömänä kodittomuutena, sillä naiset majailevat todennäköisemmin ystävien, sukulaisten tai tilapäisten miestuttavien luona. Naiset myös usein pyrkivät peittämään kodittomuuttaan siihen liittyvän häpeän takia. Näistä syistä naisten kodittomuus ei aina näy tilastoissa todenmukaisella tavalla. (Lofstrand & Quilgars 2016, 61.) Granfelt (1998, 74) liittääkin naisten kodittomuuden vahvasti marginalisaatioon.

Lähisuhdeväkivalta on naisten kodittomuuteen usein yhdistetty ilmiö (Mayock, Bretherton & Baptista 2016, 127). Joanne Brethertonin (2017, 14) mukaan lähisuhdeväkivalta on naisten kodittomuuden suurin yksittäinen laukaisija. Bretherton tuo esiin, että tässä suhteessa monet kodittomat naiset kokevat jotain sellaista, mitä suurin osa miehistä eivät; kodittomuuden alkamisen väkivaltaisen

suhteen hajoamisesta. Naiset ovat joutuneet pakenemaan omasta kodistaan, paikasta, jonka pitäisi olla tuttu ja turvallinen. Brethertonin mukaan tällainen kokemus tuo kodittomuuteen omanlaisensa ulottuvuuden. Kärkkäinen (2001, 187) tuo myös esiin, että naisten kodittomuus usein alkaa avioerosta tai avoliiton kariutumisesta. Tällaisissa tapauksissa on saattanut käydä niin, että nainen on jäänyt huoneistoon asumaan, mutta koska hänen kontolleen ovat jääneet myös entisen puolison vuokravelat, hän ei selviä laskuista ja saa lopulta hädän.

Vaikka naisten kokema lähisuhdeväkivalta johtaakin usein kodittomuuteen, ilman vakituista kotia oleminen ja heikkojen taloudellisten resurssien omaaminen saa naiset usein kuitenkin palaamaan väkivaltaisen kumppaninsa luo. Itsenäisen talouden rakentamiseen liittyvien haasteiden lisäksi väkivaltaa kokeneilla naisilla on myös usein rajalliset sosiaaliset resurssit, jolloin esimerkiksi yksinäisyys ajaa heidät takaisin kumppanin luo. (Mayock, Sheridan & Parker 2015, 890–891.) Lähisuhdeväkivallan fyysiset, sosiaaliset ja emotionaaliset vaikutukset voivat myös edelleen heikentää naisten kykyä turvata pysyvä asuminen (Mayock ym. 2016, 135).

Joe Doherty (2001, 11) tuo esiin, että vaikka naisten kokemuksiin kodittomuudesta liittyy samoja piirteitä kuin miesten, heijastaa naisten kokema kodittomuus lisäksi naisten alisteista ja epäsuotuisampaa asemaa yhteiskunnassa. Doherty puhuu ”köyhyyden feminisaatiosta” (feminisation of poverty). Tällä hän tarkoittaa naisen aseman kehityskulkua miesjohtoisesta ydinperheestä ja siihen liittyvästä riippuvaisuudesta työelämän tarjoamalle vapaudelle. Hän tuo esiin, että tämän kehityskulun tahattomana seurauksena kuitenkin yhä suurempi määrä naisia on altistunut kodittomuuden riskille. Doherty kuvaa köyhyyden feminisaation keskeisiksi piirteiksi naisten keskittymisen matalapalkka-aloille, työurien keskeytymisen, tarpeen (uudelleen) kouluttautumiselle sekä työpaikkasyrjinnän, joka estää naisten pääsyn miesten palkka- ja vastuutasolle.

Kärkkäisen (2001, 184) mukaan monet kodittomat naiset ovat usein kohdanneet useita samanaikaisia ongelmia – useimmiten sosiaalisia, taloudellisia ja päihdeidenkäyttöön liittyviä. Hän tuo esiin, että oli kodittomuuden laukaisevana tekijänä mikä tahansa, on kodittomuus usein pitkäkestoisen ja raskaan prosessin

synnyttämää, ja tämän prosessin seurauksena nainen on menettänyt elämänsä hallinnan.

2.4 Näkökulmia hyvinvointiin

Hyvinvointi on monitahoinen käsite, jonka merkitys eroaa arkipuheessa ja tutkijakielessä. Arkipuheessa siihen liitetään usein sanat nautinto ja mielihyvä, kun taas tutkijakielessä käsite hyvinvoinnista on laajempi kattaen ihmisenä olemisen aineellisen perustan lisäksi terveyden, sosiaaliset suhteet ja sosiaalisen identiteetin. Tyytyväisyys elämään on yhtä kuin koettu hyvinvointi, joka koostuu elinolojen lisäksi yksilön omista mieltymyksistä ja kyvyistä tuottaa omaa hyvinvointiaan. Hyvinvoinnin perusrakenteista ei ole yksimielisyyttä tutkijoidenkaan keskuudessa. Heidän näkemyksensä ovat aina yhteydessä sovellettuun viitekehykseen tai teoriaperinteeseen. (Karvonen 2019, 96.)

Suomenkielisessä hyvinvointikeskustelussa sekaannusta saattaa aiheuttaa siihen liittyvien käsitteiden monimuotoisuus, sillä käsitteeseen hyvinvointi voi kuulua yksilötasoinen hyvä elämä (well-being), hyvinvointivaltion hyvä (wellfare) sekä hemmottelun ja hetkellisen mielihyvän (wellness) käsitteet (Karisto 2016, 29).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) jakaa hyvinvoinnin osatekijät kolmeen ulottuvuuteen, joita ovat terveys, materiaallinen hyvinvointi sekä koettu hyvinvointi eli elämänlaatu. Käsitteeseen hyvinvointi kuuluu yksilön ja yhteisön hyvinvointi. Yksilötasolla tärkeitä hyvinvoinnin osatekijöitä ovat sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. Yhteisötasolla siihen vaikuttavat eritoten asuinolot ja ympäristö, työllisyys ja työolot sekä toimeentulo. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointi- ja terveyserot. Hyvinvointi.)

Teoriataustaa hyvinvoinnin määrittelylle tarjoaa jo ihmisen psykologisten perustarpeiden havainnointi perustana hyvinvoinnille (Ryan & Deci 2017). Teoreettisia viitekehyksiä sen tutkimiselle löytyy myös esimerkiksi Aaron Antonovskyn

elämän hallinnan teoriasta (1987) tai kuulumisen tunteesta turvaamassa hyvinvointia, jota on tutkinut Vanessa May (2013).

Pauli Niemelän (2000) mukaan turvallisuus on yksi ihmisyyteen liittyvistä perustarpeista, joka on tunnistettu useissa psykologian suuntauksissa. Franz-Xaver Kaufmannin (1970) mukaan turvallisuuden tarve ilmenee muun muassa suojan tarpeena ulkoisia vaaroja kohtaan sekä tarpeena ylläpitää ja saavuttaa jatkuvuutta ja sisäistä tasapainoa. Turvattomuus taas kuvastaa sitä, ettei tämä perustarve pysty toteutumaan kaikissa olosuhteissa. Tarpeiden tyydytys on kuitenkin perusta ihmisen hyvinvoinnille. (Niemelä 2000, 22.) Näin ollen sosiaalisen turvallisuuden käsite kytkeytyykin läheisesti hyvinvoinnin käsitteeseen (Kainulainen 2000, 288). Sosiaalinen turvallisuuskäsite koskee muun muassa ihmisen lähipiiriä, sosiaalisia verkostoja sekä asuin- ja liikkumisympäristöä. Turvattomuutta aiheuttavat siten esimerkiksi ihmissuhteisiin liittyvä väkivaltaisuus, ilkivaltaisuus ja asuinympäristön turvattomuus. (Niemelä 2000, 31.)

Sosiaalisuutta voidaan pitää ihmisenä olemisen perustana. Sosiaaliset suhteet liitetäänkin keskeisesti hyvinvoinnin tutkimukseen. Maritta Törrönen (2018) tarkastelee yksilöiden ja laajemmin yhteiskuntien välisiä suhteita vastavuoroisuuden käsitteen avulla. Törrönen kuvaa vastavuoroisuutta myönteisenä käsitteenä, joka voi viitata suoraan tai epäsuoraan sekä materiaaliseen että immateriaaliseen vaihtoon ihmisten, yhteisöjen tai yhteiskuntien kesken. Törrönen yhdistää vastavuoroisuuden koetun hyvinvoinnin ja yhteiskunnallisesti tuetun hyvinvoinnin tutkimukseen. Sen keskeisenä ajatuksena toimii ihmisten keskinäinen riippuvuus, joka asettaa sosiaalisia velvoitteita. Vastavuoroiset suhteet täten vahvistavat ihmisiä auttaen heitä tuntemaan rakkautta ja empatiaa ja luoden halua olla lojaali toisia kohtaan. Yhteenkuuluvuuden tunne mahdollistaa ihmisten hyvät teot toisten tai koko yhteiskunnan puolesta. (Törrönen 2018, 114, 115, 120.)

Törrönen (2018, 114) tarkastelee myös vastavuorottomuutta. Hän kuvaa vastavuorottomuuden aiheuttavan yksilötasolla epäluottamusta yksilöiden välille ja vähentävän halua auttaa ja tukea toisia. Vastavuorottomuuden kokemus myös saa ihmisen eristäytymään sosiaalisista yhteisöistä, jolloin he menettävät niiden tuomat ilot.

Hyvinvointia on monimutkaista mitata. Hyvinvoinnin mittaamiseen käytettävät mittarit voidaan jakaa esimerkiksi objektiivisiin ja subjektiivisiin mittareihin, jolloin objektiiviset mittarit toimivat kohteesta riippumattomina mittareina ja subjektiiviset ottavat huomioon mittarin kohteen. Mittaamista voidaan jakaa myös myönteiseen ja kielteiseen mittaamiseen. Hyvinvoinnin tutkijan on joissain tilanteissa helpompi arvioida hyvinvoinnin käänköpuolia, kuten huono-osaisuutta tai riskiä syrjäytymiseen. Hyvinvointitutkimus on saanut osakseen kritiikkiä siitä, että siinä sovelletut mittarit kuvaavatkin ihmiselle vahingollisia asioita hyvinvoinnin lisäämisen sijaan. Sovellettavien mittareiden kautta mittaamiseen vaikuttaa myös se, halutaanko tutkimuksessa kuvata yksittäisiä ihmisiä ja heidän välisiä erojaan vai esimerkiksi joitakin alueita tai maita. Yksilöiden hyvinvoinnin ulottuvuuksia voi mitata monella tavalla, muun muassa kyselyitä, tilastoja ja rekistereitä käyttäen. (Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointi- ja terveyserot. Hyvinvoinnin mittaaminen.)

Juho Saaren (2015, 185) mukaan huono-osaisten ihmisten hyvinvointia voi tutkia resurssien, toimintakykyjen tai elämänlaadun suhteen. Mikäli nämä kolme elementtiä kasautuvat, hyvinvoinnin perusta löytyy hänen mukaansa elintason muodostavista resursseista. Toimintakyvyt mahdollistavat näiden resurssien käytön. Saaren mukaan hyvinvointi on siis elämänlaadun käsitteeseen tiivistyvä subjektiivinen kokemus, joka on riippuvainen sekä resursseista että toimintakyvystä.

2.5 Erik Allardtin hyvinvointiteoria

Lähestyimme työmme aihetta hyvinvointiteorian pohjalta, sillä tavoitteenamme oli selvittää asunnottomuutta kokeneiden naisten hyvinvointia. Valitsimme tähän lähteeksi Erik Allardtin (1976) teorian hyvinvoinnin ulottuvuuksista. Allardtin teos on klassikko omassa sarjassaan ja sitä on sovellettu paljon etenkin pohjoismaisessa hyvinvointitutkimuksessa (Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointi- ja terveyserot. Hyvinvoinnin mittaaminen). Allardtin teoria sijoittuu elämänlaadututkimuksen ja resurssipohjaisen hyvinvointitutkimuksen väliin. Teorian mukaan hyvinvointi on tila, jossa yksilön on mahdollista saada keskeiset tarpeensa tyydytyksi. (Allardt 1976, 9, 38.)

Erik Allardt kuvaa hyvinvointia monisäikeiseksi ilmiöksi, joka ei ole ainoastaan aineellisista resursseista koostuvaa. Hän käyttää hyvinvoinnin ulottuvuuksista kolmea iskusanaa, jotka ovat elintaso (having), yhteisyysuhteet (loving) sekä vieraantumisen vastakohta eli itsensä toteuttamisen muodot (being). Allardt keskittyy tutkimuksessaan objektiivisen hyvinvoinnin lisäksi myös subjektiiviseen hyvinvointiin, jota tuovat onnellisuuden kokemukset sekä kyky ilmaista tyytymättömyyttään. Hänen mukaansa objektiivinen elintaso ja subjektiiviset kokemukset voivat olla jopa toisistaan täysin riippumattomia osia ihmisen elämässä. (Allardt 1976, 9–10, 38.)

Allardtin jaottelumiin kolmeen hyvinvoinnin ulottuvuuteen kuuluu jokaiseen omia osatekijöitään. Tulot, asuminen, työllisyys, koulutus ja terveys kuuluvat elintasaan; paikallisyhteisyys, perheyhteisyys ja ystävyysuhteet yhteisyysuhteisiin ja lopuksi arvonanto, korvaamattomuus, poliittiset resurssit sekä mielenkiintoinen vapaa-ajan toiminta itsensä toteuttamisen ulottuvuuteen. Allardt näkee nämä hyvinvoinnin osatekijät sekä arvoina sinänsä että resursseina. Esimerkiksi korkea elintaso, solidaariset ihmissuhteet ja mahdollisuudet päättää omasta elämästä voivat toimia resursseina edelleen muiden resurssien saavuttamiseen. Allardtin mukaan kaikkia osatekijöitä voidaan pitää itseisarvoisina ja siten niitä voi kutsua hyvinvointiarvoiksi. (Allardt 1976, 50–51.)

Elintasaan liittyvät osatekijät kuvastavat sellaisia tarpeita, jotka ovat kaikille ihmisille välttämättömiä. Siihen liittyy myös tärkeitä fysiologisia perustarpeita kuten ravinto, lämpö ja turvallisuus. Yhteisyysuhteisiin liittyy olennaisesti symmetriisyys. Allardt tarkoittaa tällä suhteita, jotka sisältävät molemminpuolista huolenpitoa ja rakkauden sekä välittämisen ilmauksia. Ihmisillä on tarve kuulua sosiaalisten suhteiden verkostoon, jossa toisistaan pitäminen ja välittäminen ilmaistaan. Itsensä toteuttamisessa keskeistä on saada kokea olevansa oma persoonansa ja sellaisenaan korvaamaton yksilö. Vastakohtana on tällöin vieraantuminen, jolloin inhimillisiä suhteita arvioidaan vain niihin liittyvän hyödyn kannalta. (Allardt 1976, 39–46.)

Allardt tuo esiin pohdintaa hyvinvoinnin osatekijöihin liittyvästä arvojärjestyksestä. Allardtin mukaan on syytä olettaa elintason arvojen olevan perustavia hyvinvoinnissa, sillä esimerkiksi alhainen elintaso vaikuttaa ihmisen koko käyttäytymiseen ja sosiaaliseen ympäristöön. Aineellisten resurssien minimitaso luo pohjimmaisat edellytykset elämälle. Elintason arvoja voidaankin pitää välttämättöminä edellytyksinä muiden hyvien asioiden saavuttamiselle. Allardt kuitenkin myös huomauttaa, ettei yksin elintason arvojen toteutuminen ei ole riittävä ehto esimerkiksi rakkauden ja itsensä toteuttamisen tarpeiden täyttymiselle. Aineellisten resurssien esiintyminen voi kuitenkin pitkällä aikavälillä lisätä mahdollisuuksia saavuttaa myös ihmissuhteisiin liittyviä resursseja. (Allardt 1976, 41, 62, 64.)

Käytimme Allardtin hyvinvointiteoriaa lähteenä lähtiessämme tarkastelemaan hyvinvoinnin teemaa. Allardtin teorian kautta kykenimme laajasti hahmottamaan yksilön hyvinvointiin liittyviä osatekijöitä kolmen pääulottuvuuden avulla. Opinnäytetyömme suunnitteluvaiheessa peilasimme hänen kolmea hyvinvoinnin teemaansa ja niiden osatekijöitä – elintaso, yhteisyyssuhteita ja itsensä toteuttamista – suoraan haastattelurunkoomme.

2.6 Naisnäkökulma asunnottomuuden aiheuttamiin hyvinvoinnin riskeihin

Kodittomien naisten kokemat fyysiset, psyykkiset ja päihteiden väärinkäyttöön liittyvät ongelmat ovat usein yleisiä myös asunnon omaavien, mutta köyhissä oloissa elävien naisten joukossa. Tämä herättää kysymyksen siitä, missä määrin kodittomien naisten heikko terveydentila johtuu kodittomuudesta ja missä määrin muista riskitekijöistä, kuten köyhyydestä ja päihteiden väärinkäytöstä. Tutkimuskirjallisuus antaa kuitenkin useita selityksiä siihen, miksi kodittomuus itsessään on merkittävä riskitekijä terveydelle ja hyvinvoinnille. (Wolf ym. 2016, 162.)

Kadulla asuvilla naisilla kodittomuuden aiheuttamat suorat vaikutukset fyysiseen hyvinvointiin johtuvat muun muassa epäsäännöllisestä ja riittämättömästä ravinnonsaannista, raaolle sääolosuhteille altistumisesta, kohonneesta riskistä joutua fyysisen tai seksuaalisen väkivallan uhriksi, jatkuvasta altistumisesta katujen sosiaaliselle ympäristölle sekä vähäisistä mahdollisuuksista henkilökohtaisesta

hygieniasta huolehtimiseen. Ilman riittävää ja tarkoituksenmukaista suojaa eläminen tarkoittaa, että muutoin arkipäiväisistä ja pienistä terveysongelmista muodostuukin huomattavasti vakavampia. Kaduilla asuvilla ei ole lääkekaappia, josta saisi nopeasti helpotusta eikä varaa ostaa tarvittavia lääkkeitä. (Jasinski, Wesely, Wright & Mustaine 2010, 48.) Myös asuntoloissa asuneiden naiset kokemukset kertovat epämukavasta ja epämiellyttävästä elämästä. Naisten kokemuksissa toistuu kaoottisuus ja stressaavuus sekä yksityisyyden puute. Naiset ovat myös kokeneet henkilökunnan suhtautumisen olevan holhoavaa ja elämisen olevan jatkuvan valvonnan alaista. (Mayock ym. 2015, 886.)

Kodittomuudella on merkittäviä riskitekijöitä myös psyykkiseen hyvinvointiin. Kodittomaksi joutuminen tarkoittaa kodin, naapureiden, oman sosiaalisen roolin ja jopa ystävien ja perheen menettämistä. Goodmanin, Saxen ja Harvey'n (1991) mukaan nämä traumaattiset menetykset voivat johtaa psyykkiseen traumaan. (Wolf ym. 2016, 162.) Kasautuneet menetysten, surun ja väkivallan kokemukset tuottavat myös arvottomuuden tunteita, jotka voivat edelleen johtaa välinpitämättömyyteen omaa hyvinvointia kohtaan (Jasinski ym. 2010, 141).

Merkittävä riskitekijä naisten henkiselle ja psyykkiselle hyvinvoinnille on lapsista eroon joutuminen. Lapsista eroon joutuminen kodittomuuden alkamisen yhteydessä voi olla vapaaehtoinen ratkaisu tai äidin tahdosta riippumaton. Äidin omaehtoisessa ratkaisussa voi olla kyse äidin halusta suojella lasta kodittomuuden aiheuttamalta mahdolliselta traumalta sekä turvata lapsen koulunkäynti. Tällöin äidit voivat pyytää sukulaisiaan tai ystäviään huolehtimaan lapsestaan. Tahdosta riippumaton eroaminen tarkoittaa lastensuojelun tekemää sijoitusta tai huostaanottoa. (van den Dries, Mayock, Gerull, van Loenen, van Hulst & Wolf 2016, 191–192.) Tämä on äideille usein musertavaa ja lyö heihin epäonnistuneen ja pilalle menneen äitiyden stigman. Lapsista erossa oleminen voi saada aikaan jatkuvan ahdingon ja syyllisyydentunteen siitä, että on pettänyt omat lapsensa. Kodittomien äitien voimattomuuden tunne tällaisessa tilanteessa on usein kokonaisvaltaista. Samalla halu ylläpitää tai uudelleenrakentaa suhdetta lapseen voi toimia vahvana motivaattorina kodittomuudesta irti pyrkimisessä. (Mayock ym. 2015, 889, 894.)

Pitkäaikaista kodittomuutta kokeneilla on tyypillisesti monitahoisia ja suuria tuen tarpeita ja suurella osalla on todennäköisesti hoitamattomia fyysisiä ja psyykkisiä ongelmia. Kodittomien naisten kohdalla traumaattiset kokemukset, joihin kuuluu fyysistä ja seksuaalista hyväksikäyttöä ja väkivaltaa, merkitsevät usein tarvetta erityiselle ja joskus pitkäkestoiselle emotionaaliselle ja sosiaaliselle tuelle. (Mayock ym. 2015, 895.)

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

3.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksemme tarkoituksena on tuottaa NEA-hankkeelle tietoa naisten hyvinvoinnin rakentumisesta. Tavoitteena on teemahaastatteluiden avulla tuoda esiin, miten NEA-hankkeessa kohdattujen asunnottomuutta kokeneiden naisten hyvinvointi on rakentunut asunnottomuuden kokemuksen jälkeen ja mitkä ovat niitä tekijöitä, jotka lisäävät heidän hyvinvointiaan tutkimusajankohtana. Tavoitteenamme on naisten henkilökohtaisten kokemusten esiin tuominen ja tätä kautta vaikeasta asemasta ulos päässeiden ihmisten todellisuuden näkyväksi tekeminen. Tavoitteenamme on myös tuottaa tietoa niistä osatekijöistä, joista naisten hyvinvoinnin kokemus muodostuu, jolloin tulee mahdolliseksi pohtia, miten niiden muodostumista voidaan tukea.

Tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Mistä naiset ajattelevat oman hyvinvointinsa koostuvan?
2. Millaisena he kokevat hyvinvointinsa?
3. Mitä he tarvitsisivat voidakseen hyvin?

3.2 Teemahaastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Työmme on laadullinen tutkimus. Laadullinen tutkimus pyrkii ymmärtämään inhimilliseen todellisuuteen kuuluvia merkityksiä ja jäsennyksiä. Laadullisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita osallistuvien antamista merkityksistä asioille. (Ruusuvuori, Nikander ja Hyvärinen 2010.) Pertti Alasuutarin (2011) mukaan ihmisten merkitysrakenteita tutkittaessa tulee aineistona olla sellaista tekstiä, joka on ihmisten omin sanoin kertomaa. Valitun metodin tulee tällöin olla sellainen, joka keskittyy haastattelun sisältöön eikä muotoon.

Tutkimuksemme tavoitteena on tuoda siihen osallistuvien naisten kokemuksia ja ajatuksia esiin. Tästä syystä valitsimme menetelmäksi haastattelun. Hirsjärven ja

Hurmeen (2010, 28) mukaan laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on tuoda tutkittavien oma näkökulma esiin, ja laadullisilla menetelmillä päästä lähemmäksi ihmisten eri ilmiöille ja tapahtumille antamia merkityksiä. Haastattelu sopi menetelmäksi tutkimukseemme myös siitä syystä, että sen kautta on mahdollisuus saada syvällistä ja monitahoista tietoa. Käytimme haastattelumuotona teemahaastattelua. Se on välimaastoon jäävä puolistrukturoitu tai puolistandardoitu haastattelu, jossa jokin näkökulma on sovittu ja päätetty ennakolta, mutta jossa jotain jää myös avoimeksi. Teemahaastattelussa kaikkein oleellisinta on eteneminen tiettyjen teemojen varassa, eikä huomion kiinnittäminen yksityiskohtaisiin kysymyksiin. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 47–48.) Teemahaastattelu sopi tutkimukseemme hyvin, sillä siinä haastatteliija tietää, että haastateltavat ovat kokeneet tietyn tilanteen - meidän tapauksessamme haastateltavat olivat kaikki kokeneet kodittomuuden ja olivat saaneet asunnon.

Myös teoreettinen viitekehys määrää, millaista menetelmää kannattaa käyttää aineiston keräämisessä. Teoreettisen viitekehysten tulisi olla sopusoinnussa metodin kanssa. (Alasuutari 2011.) Työmme teoreettiseen viitekehykseen kuuluu Erik Allardtin (1976, 38,50) hyvinvointitutkimukseen kuuluvat kategoriat – elintaso, yhteisyyssuhteet ja itsensä toteuttamisen muodot – jolloin oleellista oli antaa tutkimukseen osallistuvien kertoa hyvinvoinnin kokemuksistaan laajasti. Teimme teemahaastattelurungon Allardtin kategorioiden avulla sekä lisäsimme taustoitusta varten teeman asunnottomuudesta. Hyvinvoinnin viitekehykseen pohjautuen lisäsimme myös tulevaisuutta koskevan teeman. (LIITE 1.)

Tutkimusluvan opinnäytetyöllemme anoimme Diakonissalaitoksen eettiseltä neuvostolta. Luvan saatuaamme olimme yhteydessä NEA-hankkeen projektityöntekijä Sari Rantaniemeen, joka rekrytoi meille haastateltavia jakamalla laatimaamme tiedotetta tutkimuksestamme (LIITE 3) eteenpäin NEA-hankkeessa mukana olleille asunnottomuutta kokeneille naisille.

3.3 Haastattelutilanne

Toteutimme haastattelut yksilöhaastatteluina. Kaikki naiset ottivat ensin yhteyttä Sari Rantaniemeen, joka ilmoitti sekä naisten kiinnostuksen että heidän toivomansa yhteydenottotavan meille sähköpostilla. Olimme naisiin yhteydessä joko sähköpostin tai tekstiviestien välityksellä. Tavoitteenamme oli haastatella viittä asunnottomuutta kokenutta naista. Meillä olikin jo tiedossa viisi haastateltavaa, mutta yksi haastatteluista peruuntui, ja myöhemmin kyseinen nainen ei enää vastannut viestiimme. Emme aikataulullisista syistä onnistuneet saamaan enää viidettä haastateltavaa peruuntuneen haastattelun tilalle. Totesimme kuitenkin jo heti analyysivaiheeseen siirtyessämme, että neljän haastattelun aineisto on kattava ja riittävä tutkimustamme ajatellen.

Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan ennen suostumuksen kysymistä tulee haastateltavalle kertoa selkeästi, mitä haastattelu koskee. Aloitimme jokaisen haastattelun kertomalla, keitä olemme ja mitä haastattelu koskisi sekä miten aiomme suojata heidän henkilöllisyytensä. Jokaisen haastattelun alussa kävimme myös haastateltavien kanssa yhteisesti läpi suostumuslomakkeen (LIITE 2). Kerroimme myös, että haastattelut nauhoitettaisiin ja kirjoitettaisiin tekstiksi, ja että tuhoaisimme materiaalit tutkimuksemme valmistumisen jälkeen. Kolme neljästä haastattelusta toteutimme etäyhteyksien avulla koronatilanteesta johtuvien poikkeusolosuhteiden takia. Etäyhteys oli näissä tapauksissa haastateltavien oma toive. Kaksi haastattelua toteutimme Skypein välityksellä ja yhden puhelimitse. Tällöin luimme haastattelun alussa suostumuslomakkeen ääneen haastateltavalle ja sovimme haastateltavan kanssa, että hän vastaa nimellään ja fraasilla "allekirjoitan", mikäli hän hyväksyy suostumuslomakkeessa esiin tulleet asiat. Kasvokkain tehdyn haastattelun teimme haastattelijan ehdotuksesta hänen työpaikallaan, ja hän allekirjoitti suostumuslomakkeen käsin ennen haastattelun aloittamista.

Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan on eettisesti perusteltua antaa tutkittaville etukäteen tietoa läpikäytävistä teemoista. Lähetimme haastateltaville sähköpostitse haastattelurungon etukäteen tutustuttavaksi ennen haastattelua. Olimme molemmat kolmessa ensimmäisessä haastattelussa mukana, mutta neljännen

haastattelun toteutti lopulta vain toinen meistä yhteysongelmien vuoksi. Muissa etähaasteluissa yhteydet toimivat hyvin, lukuun ottamatta yksittäistä yhteyden katkeamista sekä satunnaisia hankaluuksia puheen kuulemisen kanssa.

Käyttämämme teemahaastattelurunko oli tehty työhömmä liittyvän teoreettisen viitekehyksen ohjaamana ennen ensimmäistä haastattelua, mutta huomasimme tuon ensimmäisen haastattelun aikana, että osa teemoista oli hankalasti ymmärrettävissä ja me myös hieman takeltelimme pyrkiessämme selittämään niitä. Tämän jälkeen lisäsimme haastattelurunkoon sulkuihin teemaa kuvaavia apukysymyksiä, joiden avulla seuraavissa haastateluissa teemat tulivat paremmin ymmärretyiksi. Tällä tavalla pyrimme myös varmistamaan, että kaikki ymmärtäisivät teemat mahdollisimman samalla tavalla. Haastattelurungon avulla haastattelujen sisällöt pysyivät samansuuntaisina, mutta siinä oli eroja, miten syvälle eri teemoissa mentiin. Kolme neljästä haastattelusta antoi hyvin samantyyppisiä vastauksia ja niissä menimme useassa teemassa melko syvälle aiheeseen. Yksi haastatteluista pysyi muihin verrattuna enemmän yleisellä tasolla.

Pääosin etenimme haastattelurungon (LIITE 1) mukaisessa järjestyksessä teemoittain, joita olivat taustan lisäksi elintaso, yhteisyyssuhteet sekä itsensä toteuttaminen, johon olimme lisänneet lopuksi ajatuksia tulevaisuudesta. Pyrimme kuitenkin myös myötäilemään keskustelun luonnollista kulkua, joten joskus jokin teema nousikin jo aiemmin esiin tai saatoimme johonkin teemaa myös myöhemmin uudelleen. Huomasimme, että toisinaan siirtyminen toisesta teemasta toiseen oli meille haastavaa. Erityisesti jos olimme jossakin teemassa menneet syvällekin ja hieman poikenneet aiheesta, tuntui haastavalta ohjata keskustelu seuraavaan teemaan.

Ruusuvuoren ja Tiittulan (2005, 41, 44, 51) mukaan haastattelun sisältämän informaation saannin kannalta on tärkeää ottaa huomioon kiinnostus, luottamuksen rakentaminen ja neutraalius. Haastattelijoina pyrimme osoittamaan kiinnostusta haastateltavan kertomaan läsnä olevalla kuuntelulla, jota ilmaisimme ajoittaisilla myönteisillä äännähdyksillä. Tämä tuli meiltä hyvin luonnostaan, sillä aiheet olivat meitä suuresti kiinnostavia. Luottamusta pyrimme rakentamaan kertomalla haastatteluun liittyvistä asioista mahdollisimman avoimesti sekä korostamaan

haastateltavien oikeutta haastattelun keskeyttämiseen. Pyrimme välttämään omien mielipiteidemme esiin tuomisen, mutta koimme että täysin neutraalina pysyminen haastateltavan kertoessa raskaista asioita menneisyydestään olisi ollut melko kylmäkiskoista. Tällaisissa tapauksissa empaattinen suhtautuminen ymmärrystä osoittavilla lausahduksilla tuntui luontevalta.

Tutkimusmetodina haastattelu on lähellä arkista käytäntöä ja se koetaan usein myös miellyttäväksi metodiksi. Ihmiset suurin piirtein tietävät, mitä on odotettavissa, kun heitä pyydetään haastateltaviksi. Yksinkertaisesti sanottuna haastattelu on keskustelu, jolla on tarkoitus. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 11.) Kaikki haastattelut olivat ilmapiiriltään rentoja ja keskustelunomaisia, ja vaikutti siltä, että haastateltavat kertoivat ajatuksistaan ja kokemuksistaan mielellään.

Haastattelumme sivusivat haastavia elämäntilanteita, joten on mahdollista, että menneistä vaikeista asioista puhuminen nosti haastateltavissa pintaan ikäviä tunteita ja muistoja. Haastattelut päättyivät kuitenkin vapautuneissa ja positiivissa tunnelmissa, mikä antoi meille vaikutelman siitä, että naiset olivat käsitelleet vaikeita asioita syvällisesti jo aiemmin.

3.4 Aineiston analysointi

Aineistomme koostui neljän NEA-hankkeessa kohdatun asunnottomuutta kokeneen naisen haastattelusta. Naiset olivat syntyneet vuosien 1962–1988 välillä. Kaikki haastattelemamme naiset asuivat haastatteluhetkellä itsenäisesti. Heillä ei ollut asumiseen liittyvää tuen tarvetta. Kolme neljästä haastateltavasta kertoi päihdetaustastaan. Kolmen naisen asunnottomuudesta oli kulunut haastatteluhetkellä noin 2–3 vuotta ja yhdellä yli 10 vuotta. Naisista kolmella oli työ- tai opiskelupaikka ja yksi oli työkokeilussa.

Tutkimustamme varten nauhoitimme haastattelut älypuhelimella sekä nauhurilla, ja litteroimme ne tekstiksi jokaisen omaksi erilliseksi Word -tiedostoksi. Nauhoitettua haastattelumateriaalia kertyi yhteensä 212 minuuttia. Haastattelujen pituudet vaihtelivat ajallisesti noin 45 minuutista noin yhteen tuntiin. Litteroitua

tekstimassaa tuli 63 sivua rivivälillä 1,5 ja fontilla Times New Roman (fonttikoko 11). Säilytimme tietokoneella olevan materiaalin salasanojen takana.

Johanna Ruusuvuoren (2010) mukaan tutkimusongelma ja tutkittavan ilmiön laajuus määrittävät litteroinnissa käytettävän tarkkuustason. Litteroimme puheen sanatarkasti puhekieltä noudattaen, mutta joitakin täytesanoja, kuten usein toistuvia ”niinku” ja ”tota”, karsimme hieman pois, jotta teksti olisi helppolukuisempaa. Litteroimme myös merkitykselliset tunneilmaisut, kuten naurun, jonka merkitsimme sulkeisiin. Litterointivaiheessa poistimme tai muutimme tunnistetietoja erisnimistä yleisnimiin, jotta haastateltavien henkilöllisyys pysyisi suojattuna.

Analysoimme litteroimamme aineiston laadullisen sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysillä etsitään tekstin merkityksiä ja aineiston sisältöä kuvataan sanallisesti. Sen kautta aineisto pyritään järjestämään tiiviiseen ja selkeään muotoon kadottamatta aineiston sisältämää informaatiota. Tuomi ja Sarajärvi (2018) jakavat sisällönanalyysin aineistolähtöiseen, teoriaohjaavaan ja teorialähtöiseen analyysimuotoon. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä aineistoa pyritään lähestymään ja analysoimaan ilman ennalta määrättyjä teoreettisia sitoumuksia ja analyysistä syntyvät käsitteet nostetaan aineistosta. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Ruusuvuori ym. (2010) huomauttavat, että puhdas aineistolähtöisyys on kuitenkin käytännössä mahdotonta, sillä jo tutkijan alustavat jäsenyykset, järjestelyt ja keräysvaihe sisältävät tutkijan tekemiä teoreettisia valintoja ja käsityksiä.

Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä aiempi tieto ja sen pohjalta muodostetut analyysirungot tai käsitejärjestelmät ohjaavat analyysiä. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä taas teoria toimii analyysin tukena ja apuna, mutta analyysi ei pohjaa suoraan mihinkään teoriaan. Teorian vaikutus analyysiin on havaittavissa, mutta sen pääasiallisena tehtävänä on löytää uusia näkökulmia ja ajatuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Meidän käyttämämme analyysimuoto on jossakin teoriaohjaavan ja teorialähtöisen sisällönanalyysin välimaastossa. Teoria on ohjannut aineistonkeruutamme teemahaastattelun kautta ja analyysivaiheessa jo aiemmin tiedetty on auttanut aineiston rajaamista ja tarkastelua. Ajattelussamme on toisaalta vaihdellut aineiston antama informaatio sekä teoria. Ulla-Maija Salo

(2015, 180) kirjoittaakin, että ”ilman teoreettista perustaa kirjoitetut sanat hajoa-
vat palasiksi ja kadottavat yhteytensä.”

Aloitimme litteroidun aineiston läpikäymisen rajaamalla sitä värikoodeilla teemoi-
hin. Ajattelimme, että hyvinvointia on hyvä kuvata analyysissämme laajasti, joten
valitsimme värikoodattavaksi kaikki viisi haastattelurungon (LIITE 1) pääteemaa,
joita olivat tausta, elintaso, yhteisyysuhteet, itsensä toteuttaminen ja tulevai-
suus. Jaoimme valitut teemat viiden värikoodin mukaan ja taulukoimme ne. Huo-
masimme kuitenkin, että teemoittelu tällä tavoin oli liian laaja ja siitä oli vaikea
saada otetta. Näkökulma ei myöskään antanut tarpeeksi tarkkuutta tutkimusky-
symyksiämme ajatellen.

Otimme tämän jälkeen aineiston rajaamisen avuksi tämän vuoden lopussa päät-
tyvässä NEA-hankkeessa jo tehdyn Excel-taulukon (TAULUKKO 1). Taulukkoon
oli kirjattu teemoja naisten hyvinvoinnin muutoksista, joista hankkeessa oli saatu
kerättyä tietoa. Saimme taulukon työelämäkumppaniltamme Diakonissalaitoksen
Sari Rantaniemeltä sähköpostitse. Vertailtuamme teemahaastattelurunkoamme
ja haastatteluista saamiamme vastauksia NEA-hankkeessa tehtyyn taulukkoon,
tulimme siihen tulokseen, että taulukon teemoista *itsestä huolehtiminen* oli nous-
sut myös meillä suurena teemana esiin. Tämän lisäksi osallisuus nousi molem-
missa esiin. Myös teemat *toiveet tulevaisuudelle* ja *suunnitelmat työ koulu* nousi-
vat esiin haastattelukysymystemme kautta ja haastateltavat naiset antoivat meille
vastauksia niihin. Pidimme näitä vastauksia erityisen tärkeinä haastateltavien ko-
keman hyvinvoinnin näkökulmasta ja halusimme ottaa teemat tästä syystä laa-
jempaan analyysiin. Näin ollen valitsimme taulukosta neljä teemaa, joiden poh-
jalta lähdimme analysoimaan tekstiä uudelleen. Teemat olivat *itsestä huolehtimi-
nen*, *toiveet tulevaisuudelle*, *osallisuuden lisääntyminen* (sekä yhteisössä että yh-
teiskunnassa) ja *suunnitelmat työ koulu*.

Jaoimme litteroidun materiaalin uudelleen keskenämme niin, että toinen meistä
etsi kahdesta ja toinen kahdesta litteroidusta haastattelusta edellä mainittuihin
kategorioihin liittyviä alkuperäisilmauksia. Värikoodatut tekstit ja jo aiemmin luo-
mamme taulukot auttoivat meitä löytämään ilmaisuja myös näihin tarkentuneisiin
kategorioihin. Loimme erilliseen Word-tiedostoon taulukon, jossa olivat

alkuperäisilmaukset jokaiseen kategoriaan liittyen ja muodostimme niistä pelkistetyt ilmaukset. Seuraavaksi siirryimme aineiston klusterointiin eli ryhmittelyyn, jolloin loimme toisen taulukon, jonka avulla laitoimme samaa ilmiötä kuvaavat käsitteet omiin ryhmiinsä ja muodostimme ryhmistä alaluokat. Klusteroinnista jatkoimme muodostuneiden luokkien käsitteellistämiseen eli abstrahointiin (TAULUKKO 2). Tuomi ja Sarajärvi (2018) kuvaavat abstrahointia prosessiksi, jossa muodostettujen käsitteiden avulla luodaan kuvaus tutkimuskohteesta. Analyysimme tuloksena hahmotimme neljä pääluokkaa, jotka olivat *Muutos suhteessa muihin*, *Muutos suhteessa itseen*, *Turvallisuuden tunne pohjana muutokselle* ja *Tulevaisuus voimavarana*. Käsittelemme näitä neljää pääluokkaa seuraavaksi Tulokset-luvussa.

TAULUKKO 1. Diakonissalaitoksen NEA-hankkeen Excel-taulukko naisten hyvinvoinnin muutoksista.

Mistä näkee muutoksen
Itsestä huolehtiminen
Omien rajojen asettaminen
Päivärytmi löytynyt
Toiveet tulevaisuudelle
Päihteiden käytön väheneminen
Terveystila kohentunut
Irrottautuminen väkivaltaisesta suhteesta
Saa tavata lapsia
Lapsen hoito
Huostaanotto purettu
Yhteys lähiverkoston palautunut
Taloudenhallinta parantunut
Kodin puhtaana pito
Vuokranmaksu hoituu
Rikollisuudesta irrottautuminen
Tuentarve vähentynyt
Muu mikä elämänmuutos
Muu mikä elämänmuutos lisätiedot
Osallisuuden lisääntyminen
Saa tarvittavat palvelut
Osallisuus yhteisössä lisääntynyt
Kiinnittyminen päiväkeskus
Osallisuus yhteiskunnassa
Käynyt pop up
Kiinnittynyt vertaisryhmään
Toimii vertaisena
Toimii kokemusasiantuntijana
Suunnitelmat työ koulu
Aloittanut opiskelun
Opiskelu jatkuu
Aloittanut työtoiminnan
Aloittanut kuntouttavat
Työllistynyt
Muu mikä osallisuus
Muu mikä osallisuus lisätiedot
Palautetta/Asiakkaan arvio, miten työntekijä auttanut

TAULUKKO 2. Esimerkki luokittelusta analyysissä.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokat	Yläluokat	Pääluo- kat
<p>”...En mä tiedä, alitajunta varmaan suojelee kans aikapaljon, niinku semmoselta kokemukselta, mitä tuolla on sillon joskus aikoinaan, on, on joutunu kokemaan, ja näin, mutta et. Joo, et, mä oon niin monesta... monesta vastoinkäymisestä selvinny, että niin. Ei mua tämäkään kyllä sitte lannista.”</p> <p>”Syön terveellisesti, nukun. Oon siis lopettanu päihteeet, oon lopettanu tupakan, oon lopettanu kaiken eläinperäisen syömis- sen (nauraa). Ja sit liikunta, et luonnossa oleminen, sehän on se mikä rauhottaa.”</p>	<p>Monista aiemmista vastoinkäymisistä selviytyminen</p> <p>Terveelliset elämäntavat</p>	<p>Omien voimavarojen tunnistaminen ja hyödyntäminen</p> <p>Elämäntapojen muuttaminen terveellisempään suuntaan sekä henkisesti tai fyysisesti</p>	<p>Itsetuntemuksen harjoittaminen</p> <p>Itsestään huolehtiminen</p>	<p>Muutos suhteessa itseen</p>
<p>”Tällä hetkellä mä koen, että mua kohdellaan niin kuin vertaista.”</p> <p>” ... Että mulla on siitä myös ammentaa, et joo et. Et jos mä pystyn sillä jotain toistaki auttamaan, niin. Niin niin. Ei tää mitää turhaa sitte oo ollu.”</p> <p>”Mut et siinä on niinku muut aspektit, jotka tuo sit sellasta niinkun. Et se tärkeys on siinä, et on se oma työ kuitenkin ja et voi antaa takas.”</p>	<p>Työyhteisössä kohdellaan kuin vertaista</p> <p>Jos pystyy auttamaan muita, omat kokemukset eivät ole olleet turhia</p> <p>Saa antaa takaisin sitä hyvää, mitä on itse saanut</p>	<p>Kokemus olla tasavertainen työyhteisön jäsen</p> <p>Saa antaa takaisin</p>	<p>Osallisuuden kokemus</p> <p>Halu vastavuoroisuuteen</p>	<p>Muutos suhteessa muihin</p>

4 TULOKSET

Tutkimuksemme tuloksina hahmotimme neljä pääluokkaa, jotka vaikuttivat NEA-hankkeessa kohtaamiemme naisten kokemaan hyvinvoinnin rakentumiseen asuamiseen muuttamisen jälkeen. Nämä pääluokat olivat ”muutos suhteessa itseen”, ”muutos suhteessa muihin”, ”turvallisuuden tunne pohjana muutokselle” ja ”tulevaisuus voimavarana”. Käsittelemme seuraavissa alaluvuissa näitä neljää pääluokkaa.

4.1 Turvallisuuden tunne pohjana muutokselle

Haastattelemamme naiset kokivat kodin pohjana elämän uudelleenrakentumiselle. Naiset kuvailivat elämän ilman asuntoa olevan hajanaista, omaisuus kulkee mukana tai on levittäytyneenä muiden nurkissa eikä siten aina tarvittaessa saatavilla. Säännöllisestä rytmistä oli myös vaikeaa pitää kiinni. Haastattelemamme naiset kokivat kodin tuoman turvallisuuden tunteen tärkeäksi osatekijäksi oman hyvinvointinsa rakentumisen kannalta asunnon saamisen jälkeen. He kuvasivat monipuolisesti sitä, kuinka oma koti ja se, että on katto pään päällä luovat tunnetta siitä, että on turvassa ja että asiat ovat hyvin. Turvallisuuden tunne toi hyvää oloa.

No kyl se on se oma koti, ja turva ja se, että ei oo enää mitään kullissia.

No täl hetkel mun elämäs on hyvinä se, et mulla on katto pään päällä mistä mun ei tarvi vältämättä mieltii sitä, et millo mut heitetään täältä ulos. Kun nii kauan ku maksat vuokrat ja en biletä tai mitää tämmöstä, ni se on kaikista tärkeintä mun mielestä.

Turvallisuuden tunnetta loi myös tieto ja luotto siihen, että kun oman kodin on saanut, oma koti pysyy elämässä. Haastateltavat kokivat turvalliseksi sen, ettei tarvitse miettiä menettääkö kodin. Oma koti oli haastateltaville tärkeintä. Myös kodin siisteys ja puhtaus koettiin tärkeäksi.

4.2 Muutos suhteessa itseen

Tutkimustulostemme yhdeksi pääluokaksi hahmotimme ”muutoksen suhteessa itseen”. Tämä muutos näkyi itsestään huolehtimisena, itsetuntemuksen harjoittamisena, uskona omiin kykyihin sekä omanarvontunnon kasvamisena asumaan muuttamisen jälkeen.

Itsestään huolehtiminen ilmeni haastatteluissa muun muassa haastateltavien kuvailemana armollisuutena itseään kohtaan. Naiset kertoivat myös muuttaneensa elämäntapojaan terveellisempään suuntaan sekä henkisellä että fyysisellä tasolla. Liikunta auttoi esimerkiksi pitämään arkirytmii yllä. Päihdetaustastaan kertoneet naiset olivat kaikki saaneet päihdeongelmansa hallintaan.

No mun mielestä mun elämässä niiku toi rytmin saaminen ois hyvin tärkeätä, esimerkiks aamulla ku mä herään mä aina niiku joo-gaan ni mä oon huomannu mun mielentila on jotenki parantunu siitä joogamisesta. Mä en tiedä mikä siin on se yhdistävä tekijä (nauraa). Se että se mielentila on kyllä parantunu ja sitte se, että tuntuu että ois elämä – ku mulla on ollu aina anemia muutenkin ni tuntuu että on enemmän niiku voimaa lihaksissa myöskin. On paljo parempi niiku olla ja kevyempi olla.

Luovuutta käytettiin itsensä toteuttamisen tapana.

No kaikki tommonen niiku luova, luovat työt. Esimerkiks vaikka uudesta vanhaan, jos sen niiku vaikka, joku vanha tuoli ni senhän voi aina sitten maalata vaikka omaks väriseks tai tämmöstä...

Luovuuden käyttäminen saattoi olla seurausta myös siitä muutoksesta, minkä ihminen oli kokenut muutoksessa omia arvojaan kohtaan kasvaessaan lapsesta aikuiseksi:

...en oo nuoruudessa saanu kyl olla mikää luova lapsi, mutta ainaski nyt tässä iässä ni jotenki tuntuu, että ku saa ite päättää niistä asioista ni sitte oon huomannuki että tykkääki siitä oikeesti.

Liikunta lisäsi haastateltavien hyvää oloa. Myös yhteys luontoon ja/tai eläimiin jaksamista tukevana asiana tuli ilmi kaikilla haastateltavilla ja se oli erityisen

tärkeä asia muutoksessa parempaan. Liikunta yhdistyikin monesti juuri luonnossa liikkumiseen.

Sen [puhuu koirasta] kans- sitä oon hoidellu ja käyny ulkona sen kanssa ja näin, että. Eläimet ja luonto on semmoset... jutut.

Haastateltavat kokivat hyvinvointinsa rakentuneen myös **itsetuntemuksen harjoittamisen kautta**. Omien voimavarojen tunnistamiseen ja hyödyntämiseen liittyviä tekijöitä nousi aineistosta esiin eniten, yhteensä 15 pelkistettyä ilmausta. Haastatellut naiset kertoivat muun muassa oppineensa kääntämään omat elämäkokemuksensa positiiviseksi voimavaraksi. He kokivat, että monessa suhteessa asiat olivat kuitenkin hyvin ja kertoivat keskittyvänsä juuri siihen, mikä on hyvin. Tämä onnistuu ajatuksia hallitsemalla ja suhteuttamalla omaa tilannettaan.

Työ, koti, perhesuhteet, ystävyysuhteet. Kyl mä sanoisin et on semmonen, niinkun hyvä kokonaisuus, on monessa eri suhteessa asiat hyvin.

Tietysti, et kun niitä ajatuksia sit puskee pintaan, niin kyllä mä niitä yritän aika silleen systemaattisesti työntää pois, että, että ne ei liikaa niinku... sitten tota niin, paina päälle ja oo silleen niinku, hallitse sitte mun elämää. Niin sit kuitenkin, et mä yritän sen ajatella sitä kautta sitte, et mulla on kaikki ihan hyvin periaatteessa, mulla on asiat kunnossa ja näin. Tuolla on ihmisiä kuitenkin, et kel ei oo yhtään mitään.

Haastateltavat olivat rakentaneet omanlaisia keinoja päihdeongelman hoitamiseksi ja vertaistuki olikin tärkeä elementti heidän elämässään ja henkisen hyvinvoinnin ylläpitämisessä.

Oman taustan huomioiminen tuli ilmi haastatteluissa siten, että haastateltavat tiedostivat lähtötilanteensa ennen asunnottomuutta ja kokivat, etteivät halunneet palata siihen takaisin ja muistuttivat itseään ajasta, jolloin asiat olivat huonommin. Myös edellä mainittu asioiden suhteuttaminen auttoi naisia muistamaan oman taustansa.

Usko omiin kykyihin näytti tutkimustulostemme perusteella vahvistuneen luottamuksen saamisen johdosta. Luottamuksen osoituksesta kertoivat

mahdollisuudet saada vaikuttaa oman työnsä sisältöön sekä työn itsenäiseen tekemiseen. Luottamuksen saaminen mahdollisti itsetunnon rakentumisen askel kerrallaan, alkaen esimerkiksi kuntouttavasta työtoiminnasta ja siellä hiljalleen tapahtuvasta vastuuseen kasvamisesta.

...Ei muhun oo koskaa luotettu. Se on alkanu sieltä kuntouttavasta työtoiminnasta, kun mä olin kahvilassa ja sitten ku mä siirryin kassalle ja esimerkiks sain ne kassan avaimet ja ne rahat on kaikki siinä. Et onhan se semmosist pienist stepeistä lähteny se itsetunto kohenee. Et tietää et osaa asiansa ja se on kiva tunne, ku muhun luotetaan.

Tärkeänä tekijänä oman osaamisen kokemuksen vahvistumisessa koettiin tasa-arvoisen kohtelun saaminen työyhteisöissä, vertaisena pitäminen muiden joukossa. Uskoa omiin kykyihin tukivat perheen ja muiden läheisten antama kannustus sekä tunne palvelujen piirissä kohdattujen työntekijöiden aidosta välittämisestä.

Hänen se tyyli tukee mua, ja se et hän ei aina vaan soit-tanu mulle asuntoasioissa tai näin, vaa oikeesti aidosti kiinnosti, miten mulla menee ja oli siinä tukena.

Yksi haastateltavista kuvaili, ettei usko omiin kykyihin ollut kokonaan missään vaiheessa kadonnut, vaan se tuntui olleen piilossa, ja tuen ja kannustuksen johdosta oman elämäntilanteen sai muutettua nopeastikin kodin saamisen jälkeen.

Omanarvontunnon kasvaminen ilmeni itsearvostuksen lisääntymisessä läheisissä ihmissuhteissa sekä yhteiskunnallisen aseman muutoksena sekä vahvuutena toimia omien mielipiteiden mukaan. Itsearvostuksen kasvu läheisissä ihmissuhteissa liittyi rajan tekemiseen aiempiin haitallisiin ihmissuhteisiin. Ystäväpiiriä kuvattiin aiempaa terveemmäksi ja osin pienemmäksi, kun esimerkiksi päihteitä käyttävät ystävät olivat jääneet pois elämästä. Naiset kuvailivat läheisiä ihmissuhteita avoimemmiksi ja luotettavammiksi, eikä niihin liittynyt enää peittelyä tai tunnetta hyötysuhteesta. Osa naisista kertoi kokemuksistaan väkivaltaisista parisuhteista ja niiden vaikutuksesta itsetunnon alenemiseen ja kuinka he nyt opettelevat rakentamaan uudenlaisia terveempiä ihmissuhteita.

...Et kyl mä sanon et mun ystäväpiiri on täl hetkel paljo terveempi mitä se on koskaan ollu ja semmonen et ei tarvi peitellä mitään, tai ei tarvi miettii mitä sanoo.

Ja se hyväksytyksi tulemisen tunne se miellyttämisen tarve sehän on se mikä ajaa niin ku, kun pitää muka miellyttää kaikkia, onneks ei vittu tarvii enää, ihan oikeesti et (nauraa)... Et jos mä en tykkää jostain ni mun ei tarvii sen kans olla tekemisissä. Mut kyl se on tuol kamamaailmassa semmosta kyl aika häikäilemätöntä ja... Ja muutenki se semmonen, ehkä sitä on eniten itselleen myös sillain katkera siitä mitä on antanu itsellensä tehtävän, et myy itseensä sillai halvalla. En nyt rahasta oo itteeni myyny mutta se että on paljon tehny asioita mitä nyt tällä päällä en tekis.

Yhteiskunnallisen aseman muutosta kuvailtiin muutoksena tukien hakijasta tai päihteidenkäyttäjistä veronmaksajaksi. Osa naisista kuvaili, kuinka sitä alkaa itsekin uskoa, että on vain päihteidenkäyttäjä tai asunnoton, kun tulee määritellyksi vain sitä kautta esimerkiksi viranomaiskohtaamisissa. Yksi naisista kuvaili tähän liittyvää muutosta hämmentäväksi.

Ei voi ymmärtää, kuinka paljon se elämä muuttuu ja kuinka hämmentävältä se tuntuu että... Jos mäki kävin tos eduskunnassa yks kerta, ja mä naureskelin sitä että, ihan sama mihin mä meen ni mä tunnen sielt jonkun...

Työ antoi kokemusta oman aseman merkityksellisyydestä yhteiskunnasta. Kaikilla naisilla oli halu olla mukana työelämässä.

4.3 Muutos suhteessa muihin

Yksi analyysimme pääluokista, ”muutos suhteessa muihin”, tuotti tuloksissamme kaksi yläluokkaa – osallisuuden kokemuksen ja halun vastavuoroisuuteen.

Osallisuuden kokemus ilmeni naisten kokemuksena kuulumisesta yhteisöihin. Haastateltavat pitivät tärkeänä sitä, että he ovat osallisia esimerkiksi paikallisyhteisöissään, vertaistukiryhmissään tai laajemmin yhteiskunnassa. Erityisen tärkeäksi haastateltavat kokivat läheiset ihmissuhteensa. Yksi haastateltavista kuvaili ystävyys-suhteisiin liittyvää solidaarisuutta; ystäväpiiri piti huolta toisistaan esimerkiksi taloudellisesti tukien. Työ oli antanut kaikille haastateltaville merkitystä

elämään, ja ennen kaikkea kokemus siitä, että saa olla tasavertainen jäsen omassa työyhteisössään.

No tällä hetkellä mä koen, että mua kohdellaan niin kuin vertaista. Mun työparin kanssa, hän on aina kohdellu mua kuin vertaista.

Joo kyl mut siis hyvin otetaan, saan tehdä paljon itsenäisesti, ja mua kyllä katotaan, niin et mä oisin yksi heistä.

Yksi haastateltavista piti yhteyttä myös aiempaan työyhteisöönsä ja koki edelleen kuuluvansa myös siihen.

Nii ja sitten kyllähän mä kuulun tommoseen mun vanhaan työpaikkaan, missä mä olin siis ennen tänne tuloa. Oli tällanen [paikan nimi], avokuntoutusyksikkö, ni siihen yhteisöön mä kuulun vaikken mä siellä enää ookaan.

Haastateltavat kokivat sinnikkyyttä työelämää kohtaan. Vaikka työelämään pääseminen oli haastavaa tai hidasta, oli tahtotilana työn saaminen. Naiset ilmaisivat pyrkimystään ja halua tehdä töitä. Haastatteluissa tuli ilmi myös se, että niin kauan kuin pystyy, töitä on toiveissa tehdä.

...Mä haluaisin tehdä töitä kuitenkin. Anoppi mulle ehdotti jossain vaiheessa, että hakeudu eläkkeelle. Että joo että, kun en mä halua hakeutua eläkkeelle, et mä haluan tehdä töitä, jos mä vaan pystyn.

Halu vastavuoroisuuteen ilmeni tuloksissa tahtona auttaa niitä ihmisiä, jotka tällä hetkellä elävät haastavissa oloissa, joista haastatelluilla naisilla oli itsellään kokemusta. Yksi naisista kuvaili, että jos omia kokemuksia pystyisi hyödyntämään muiden hyväksi, ne eivät myöskään tuntuisi turhilta. Vastavuoroisuus näkyi myös haluna ja mahdollisuuksina vaikuttaa yhteiskuntaan laajemmin siinä havaittuihin epäkohtiin puuttumalla, esimerkiksi kertomalla omista kokemuksistaan. Auttamisen halu kohdistui myös muihin ryhmiin kuin samaa elämäntilannetta kokeiden suhteen.

Mä selasin vaan facebookia ja sit tuli sellanen ryhmä, ja sitten liityin siihen, ja sitte siel sattuu olee tosi lähellä yks loukkaantunu kissa ja sit mä laitoin, et mä oon lähellä, mulla on koppa tässä, mä voin tulla. Siit tuli jotenkin niin paljon sellaista energiaa ja hyvää fiilistä, et jes, sai auttaa jotain. Siitä se sitten jatku, sit tuli seuraava kissa ja seuraava kissa. Ei oo loppunu (nauraa).

Niin niitten kanssa ehkä sitten ois se semmonen niin ku palo taval-
laa lähtee auttaa niitä, ku mua ei ketään sillon auttanu nuorena ni
sitten pystyis ite...

4.4 Tulevaisuus voimavarana

Analyysimme yhtenä pääkohtana hahmotimme naisten suuntautumisen tulevai-
suuteen. Kaikilla haastatelluilla naisilla oli uskoa ja luottamusta tulevaisuuteen.
Naiset kokivat, että vaikka elämässä tulee toisinaan vastoinkäymisiä, säilyy usko
tulevaisuuteen aina taustalla. Kaikilla naisilla oli tulevaisuudensuunnitelmia. Ne
liittyivät opintojen aloittamiseen tai päättämiseen sekä itselle tärkeän työn teke-
miseen. Mahdollinen tuleva ala tai ammatti oli kaikille naisille selvä. Naisten suun-
nitelmissa oli kaikilla halu tulla toimeen työtä tekemällä.

Joo kyllä se sieltä aina sitte jotenkin pulpahtaa, että...
vaikka sitten välillä sitä heittäytyykin, tai vajoaa johon
kin tommoseen... epätoivon syövereihin ja näin, mutta että niistä sit-
ten aina nousee.

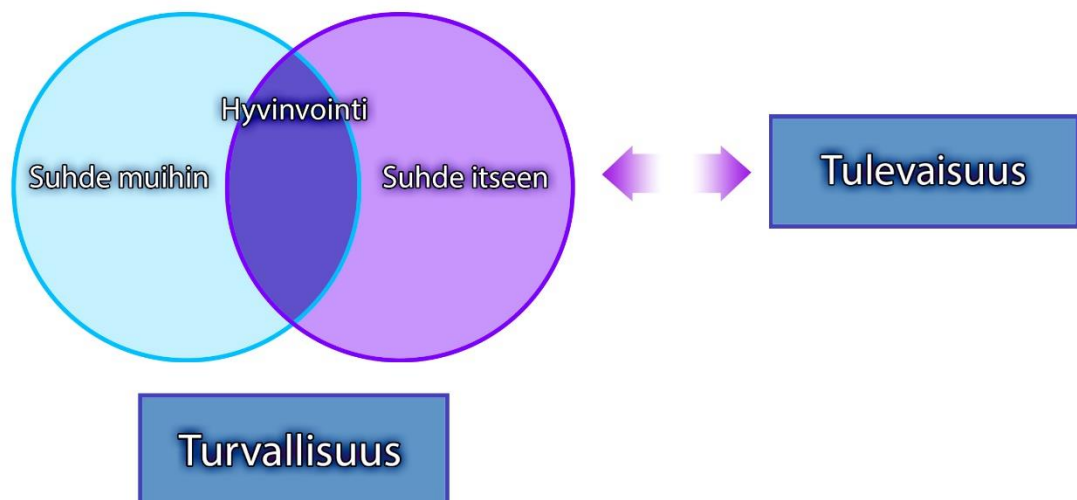
Kaikilla naisilla oli myös tulevaisuuteen liittyviä haaveita. Tulevaisuudelta toivot-
tiin muun muassa mahdollisuutta elää rauhallista ja normaalia elämää, johon kuu-
lui puhdas ja siisti koti, ruuan laittaminen, hyvistä elokuvista nauttiminen ja mah-
dollisuus matkailuun sekä itsensä pienimuotoiseen hemmotteluun. Toiveena oli
myös, että hyvät ihmissuhteet pysyisivät elämässä ja löytäisi mahdollisesti pari-
suhteen. Myös vapautta päättää omat aikataulut sekä arvojen muututtua uuden-
lainen elämä oli haaveissa.

No siis se näyttää kyl hyvältä. Mä nään, että mä käyn koulun ja vih-
doin valmistun ja saan tehdä sitä työtä mitä mä rakastan, vaikkei
ehkä oo rahallisesti mitenkää rikas mut se et on onnellinen, ni se
on mulle se tärkeä. Että pärjää elämässä ja on hyvät ihmissuhteet ja
sitä normaalia arkea. Ja että voi välillä käydä ulkomailla tai täm-
möstä. Nii ku sitä normaalia, ni sitä odotan tosi paljon tulevaisuu-
delta.

Joo kyllä niiku luonto on hyvin tärkeätä, et mä kyllä jos tulevai-
suuteen katotaan, ni kyllä mä haluaisin niiku elää semmosta elä-
mää että, ei nyt ihan luonnon helmassa välttämättä (nauraa). Mutta
sillei et aurinkopaneelia käyttäisin ja tämmöstä, niiku mieltäisin täm-
mösiä ratkaisuja.

Havainnollistamme tuloksiamme vielä luomamme kaavion avulla (KUVIO 1). Kaaviossa kuvaamme hyvinvointia dynaamisena ilmiönä, johon vaikuttavat tekijät ovat vuorovaikutuksessa toisiinsa. Kaavio kuvaa, miten turvallisuuden tunne muodosti pohjan naisten muutosprosessille yksilöllisen hyvinvoinnin kokemuksessa. Tulostemme mukaan muutosprosessiin kuuluu muutos suhteessa itseen ja muutos suhteessa muihin. Itse ja muut muodostavat kumpikin oman ympyränsä, mutta vaikuttavat osittain toisiinsa. Ympyröiden oikealle puolelle laati-koimme tulevaisuuden. Haastattelemamme naiset kokivat tulevaisuuden voimavarana ja uskoivat ja luottivat tulevaisuuteen. Positiiviset tulevaisuuden näkymät peilaavat siten myös nykyhetkeen. Naiset kokivat tulevaisuuden suunnitelmiansa vaikuttavan nykyiseen kokemukseen hyvinvoinnistaan.

KUVIO 1. Tutkimustuloksia havainnollistava kuvio.



5 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Yhtenä perusteluna työllemme toimi Riitta Granfeltin (1998, 19) pohdinta sosiaalityön tutkimuksen yhdestä keskeisimmästä tehtävästä eli vaikeassa asemassa elävien ihmisten todellisuuden näkyväksi tekemisestä. Työmme tavoitteena oli antaa ääni näille naisille, joilla on taustalla raskaitakin kokemuksia. Granfelt jatkaa, että tällöin yhdeksi keskeiseksi eettiseksi kysymykseksi nousee se, millaisen kuvan tutkimus antaa tutkittavista ja heidän kokemastaan todellisuudesta. Tätä pyrimme pitämään työmme yhtenä ohjenuorana. Olemme pyrkineet kiinnittämään huomiota, miten naisten kokemuksista kirjoitamme ja toivomme, että työmme tekisi oikeutta heidän kokemuksilleen ja ajatuksilleen.

Tuomi ja Sarajärvi (2018) korostavat ihmisoikeuksien muodostavan ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen eettisen perustan. Tämä tarkoittaa tutkittaville kuuluvaa suojaa, joka koostuu oikeudesta saada tietää muun muassa tutkimuksen tavoitteet, menetelmät ja mahdolliset riskit. Tutkittavien suojaan kuuluu lisäksi vapaaehtoinen suostumus, oikeus kieltäytyä osallistumisesta sekä oikeuden keskeyttää mukanaolonsa. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Kerroimme tutkittaville ensin sähköpostitse tai tekstiviestitse tutkimuksemme tarkoituksen ja siinä käytettävästä menetelmästä eli haastattelusta. Ennen varsinaisen haastattelun alkua kerroimme tutkimuksestamme ja itsestämme uudelleen sekä haastattelun nauhoittamisesta. Kävimme jokaisen haastateltavan kanssa läpi suostumuslomakkeen ja kerroimme, että heillä on oikeus keskeyttää haastattelu.

Eettisesti kestävään tutkimukseen liittyy olennaisesti myös tutkimuksen luotettavuus. Luotettavuus taas edelleen kytkeytyy tutkimuksen laatuun. Yhtenä keinona laadunvarmistuksessa on huolellinen litterointi. Jos tallenteiden kuuluvuus on huonoa tai litterointi noudattaa eri sääntöjä alussa ja lopussa, ei lopputulos voi olla luotettava. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Tämän otimme huomioon käyttämällä haastatteluissa kahta eri tallennevälinettä, kuten älypuhelinia ja erillistä nauhuria. Tämä osoittautui hyväksi ratkaisuksi, sillä yhdellä kertaa menetimme älypuhelimessa olleen nauhoitteen. Kirjoitimme myös yhteisesti auki litteroinnissa käyttämämme säännöt, jotta ne olisivat johdonmukaiset kaikissa haastatteluissa.

Tuomi ja Sarajärvi (2018) vertailevat luotettavuuden kriteereitä laadullisessa tutkimuksessa ja yhtenä kriteerinä he näkevät vastaavuuden. Tällä tarkoitetaan tutkijan tuottaman jäsennyksen suhdetta tutkittavien todellisuuteen liittyvistä alkuperäisistä jäsennyksistä, konstruktioista. Me pyrimme aineistoa analysoidessamme katsomaan ”analyysipolkuamme” usein taaksepäin alkuperäiseen aineistoon saakka, jotta tekemämme pelkistykset ja myöhemmin käsitteellistykset eivät irtoaisi niiden lähtökohdista. Analyysia tehdessämme luimme siis haastatteluja uudelleen myös luokittelun tekemisen jälkeen sekä tulosten kirjoittamisen aikana.

Tulostemme luotettavuuden suhteen on kuitenkin otettava huomioon aineistomme kapea-alaisuus, neljä haastattelua ei vielä tuota yleistettävää tietoa samassa tilanteessa olevien naisten kokemuksista. Tulosten luotettavuutta parantava tekijä voi olla se, että emme tunteneet naisia etukäteen, jolloin kohtaamisemme ei liittynyt valmiita ajatuksia, asenteita tai tunteita toisiamme kohtaan. Tulee kuitenkin ottaa myös huomioon, että haastateltavat, tutkijat ja tutkimuksen lukijat tulkitsevat tutkimusta jokainen omalla tavallaan (Hirsjärvi, Remes & Sajaavaara 2010, 229). Esimerkiksi haastatteluissa käsitelimme joitakin melko abstrakteja teemoja, jotka voivat avautua ihmisille eri tavoin. Miettimällä etukäteen valmiiksi apukysymyksiä ja käsitteiden selittämistä haastateltaville, pyrimme ehkäisemään erilaisten mielikuvien syntyä aiheista. Tutkimus on toteutettu parityönä, jolloin olemme myös pystyneet jakaneet ajatuksiamme sekä tulkintojamme, ja siten niitä on tarkasteltu useasta näkökulmasta.

Tulee myös muistaa, että tutkittavat ovat puhujina moniulotteisia ja epätäydellisiä (Salo 2015, 185). Wanda Pillow (2003) kannustaakin pohtimaan, miten tutkittavat esittää (Salo 2015, 186). Myös me tutkijoina olemme epätäydellisiä, emmekä niin loogisia kuin haluaisimme tai uskomme olevamme. Esittäessämme tekstisämme katkelmia naisten kertomasta emme siis kuvittele pystyvämme niiden kautta tavoittamaan naisten täydellistä ja kokonaista maailmankuvaa. Koska hyvinvointi on käsitteenä laaja, emme voi millään tavoin väittää tavoittaneemme naisten hyvinvoinnin koko skaalaa. Voimme sanoa saaneemme selville niitä osatekijöitä, jotka ovat olleet osallisina heidän hyvinvointiinsa liittyviin muutoksiin.

Riitta Granfeltin (1998, 41) mukaan eettisesti virheetöntä tutkimusta on lähes mahdotonta tehdä, mutta toimimalla sensitiivisesti ja rehellisesti tutkija voi suojella tutkittavien oikeutta yksityisyyteen. Arkijärjen käyttö tutkimuskysymysten suhteen on tärkeää pitää mielessä. Olimme kiinnostuneita kuulemaan naisten ajatuksista ja jossakin teemassa syvällä ollessamme esitimme syventäviä kysymyksiä, jotka eivät suoraan olleet haastattelurungostamme. Pyrimme kuitenkin välttämään liiallista uteliaisuuden osoittamista ja pääosin esitimme naisten kertomaan myötäileviä vastauksia ja annoimme täten naisille mahdollisuuden kertoa asioista sen verran kuin he halusivat.

6 POHDINTA

Tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää asunnottomuutta kokeneiden naisten hyvinvoinnin rakentumista asunnottomuuden kokemuksen jälkeen. Tarkoituksena oli saada tietoa, mistä naiset ajattelevat hyvinvointinsa koostuvan, millaisena he sen kokevat sekä mitä he tarvitsisivat voidakseen hyvin. Seuraavaksi tarkastelemme tuloksiamme syvällisemmin teoriaan viitaten sekä pohdimme tulostemme ja tutkimuksemme aiheen laajempaa yhteiskunnallista ulottuvuutta.

Naisten hyvinvoinnin rakentuminen asunnottomuuden jälkeen ilmeni tutkimustulostemme perusteella sekä muutoksena suhteessa itseen että muutoksena suhteessa muihin. Naisten kokema turvallisuuden tunne ja tulevaisuuden näkymät vaikuttivat hyvinvointiin sitä lisäävällä tavalla. Haastattelemiemme naisten hyvinvointi koostui itsestään huolehtimisesta, itsetuntemuksen harjoittamisesta, uskosta omiin kykyihin sekä omanarvontunnon kasvamisesta. Se koostui myös osallisuuden lisääntymisestä yhteisyyssuhteissa ja halusta vastavuoroisuuteen.

Tuloksemme mukailevat Erik Allardtin ajatuksia elintason arvoista perustana hyvinvoinnille. Kun tietyt perustarpeet on saavutettu, tulee mahdolliseksi myös muiden hyvinvointiin liittyvien resurssien saavuttaminen. Asunnon saaminen mahdollisti rytmin ja järjestyksen saamisen elämään, mikä edelleen mahdollisti omasta terveydestä huolehtimisen esimerkiksi säännöllisen ruokailun kautta ja työhön tai koulutukseen osallistumisen. Riitta Granfeltin (2013, 222) mukaan asunto luokin perustan toipumiselle. Erityisesti asunnon pysyvyys ja turvallisuus ovat tärkeitä tekijöitä siinä, että ihminen alkaa kokea asunnon kodikseen ja elämän uudelleen suunnittelu tulee mahdolliseksi.

Tuloksemme myötäilevät myös Itä-Suomessa vuonna 2007 toteutettua hyvinvointia ja osallisuutta koskevaa kyselytutkimusta. Sen tuloksina psyykkiseen hyvinvointiin ovat vahvasti kytköksissä kyky itsestä huolehtimiseen, toivon ulottuvuus, luottamus omiin mahdollisuuksiin, tavoitteellisuus sekä usko tulevaisuuteen. (Siltaniemi, Perälähti, Eronen, Londén & Peltosalmi 2008, 185.) Granfeltin (1998, 164) mukaan koetut vaikeudet voivat edistää itsetuntemusta ja kykyä pitää

huolta itsestään. Granfelt tuo esiin, että omien rajoitusten ja koettujen vaikeuksien hyväksyminen voivat johdattaa uudenlaisen elämäntavan etsintään. Naisten puheissa oli kuultavissa, että he olivat syvällisesti pohtineet menneisyytensä tapahtumia ja omaa identiteettiään. Naisten koettujen vaikeuksien hyväksymistä puoltaa se, että naiset olivat luomassa sekä jo toteuttamassa uudenlaista, terveempää tapaa elää.

Sitä, millaisena naiset kokevat hyvinvointinsa voi tarkastella muun muassa naisten turvallisuuden kokemuksen pohjalta. Naisten kokemuksissa kodittomuuden aikaan liittyi paljon turvattomuutta. Turvattomuus liittyi ensinnäkin yösijaan. Osalla naisista kodittomuusaikaan oli kuulunut ulkona asuminen. Yksi naisista kuitenkin kuvaili, ettei kadulla ollessaan silti halunnut mennä suojamajoihin, sillä koki niiden ympäristön turvattomaksi. Osa naisista kuvaili myös, että vaikka yösijan sai joltakin yksityishenkilöltä, oli siitä maksettava hinta. Yösijan epävarmuus oli siten turvattomuutta aiheuttavaa.

Osalla naisista oli taustallaan väkivallan kokemuksia. Nämä olivat merkittävästi vaikuttaneet turvallisuuden tunteeseen. Yksi naisista kuvaili, ettei kodittomuusaikana päihdemaailmassa yksinkertaisesti ollut mitään turvallisuudentunnetta. Kodin saaminen toikin ymmärrettävästi naisille turvallisuutta. Naisten kokemukset turvattomuudesta ja turvallisuudesta myötäilevät Pauli Niemelän (2000) ajatuksia sosiaalisen turvallisuuden käsitteestä ja turvallisuudesta yhtenä perustarpeista. Näin ollen tämän perustarpeen tyydyttyminen on merkittävässä osassa naisten hyvinvointia.

Naisten kokemusta hyvinvoinnistaan voi myös tarkastella naisten suuntautumisella tulevaisuuteen. Kaikilla naisilla oli tulevaisuutta kohtaan positiivisia odotuksia ja tavoitteita. Tulevaisuutta kohtaan oli siis toiveikkuutta. Toiveikkuuden on todettu olevan yhteydessä kykyyn kuvitella itselleen merkityksellisiä tavoitteita sekä uskomisessa siihen, että lopputulemat ovat positiivisia oikeilla toimenpiteillä. Toivo siis mahdollistaa erilaisten mahdollisuuksien pohtimisen ja se saa ihmisen ryhtymään toimenpiteisiin tavoitteet saavuttaakseen. Ilman toivoa ihmiset eivät todennäköisesti ryhdy positiivisia muutoksia elämään tuoviin tekoihin. Toivo auttaa ihmisiä uskomaan, että he pystyvät saavuttamaan tulevaisuuden

tavoitteet. (Niles, Yoon, Balin & Amundson 2010, 102–103.) Katariina Salmela-Aron ja Jan-Erik Nurmen (2017) mukaan psyykinen hyvinvointi ja henkilökohtaiset tavoitteet ovatkin monin tavoin yhteydessä toisiinsa. Ihmiset ovat heidän mukaansa tyytyväisempiä elämäänsä, mikäli heillä on mielihyvää tuottavia ja saavutettavia tavoitteita.

Juho Saaren ja Heikki Ervastin (2011, 207) mukaan positiivinen suuntautuminen tulevaisuuteen lisää onnellisuutta. Antti Särkelä (2011, 25, 82) näkeekin tulevaisuuden määrittävän ihmisen nykyistä olemassaoloa menneisyyttä enemmän; jos tulevaisuus näyttää toivottomalta, se myös saa ihmisen toivottomaksi. Tulevaisuus tarjoaakin Särkelän mukaan mahdollisuuden kasvuun. Tulevaisuudessa näkyvät innostavat haasteet tuovat sisältöä jo nykyisyyteenkin ja ne auttavat pitämään ihmisen liikkeessä, kun taas menneisyyteen suuntautuminen lamauttaa ja pysäyttää. Osa naisista puhui tulevaisuuden tavoitteistaan innostuneena. He näkivät tulevaisuudessa odottavan jotakin mielenkiintoista ja hyvää.

Naisten kokemaa hyvinvointia voidaan tarkastella myös naisten elämään kuuluvien yhteisyysuhteiden kautta. Yhteyssuhteet ovat yksi Erik Allardtin (1976) kolmesta hyvinvoinnin ulottuvuudesta. Tulosten perusteella naisilla voi sanoa olevan Allardtin määrittelemiä symmetrisiä yhteyssuhteita eli sosiaalisia suhteita, joissa molemminpuolinen välittäminen ilmaistaan. Sen sijaan osa naisista vaikuttaa päässeensä irti Allardtin määrittelemästä vieraantumisesta, jossa inhimillisiä suhteita arvioidaan niihin liittyvän hyödyn pohjalta.

Tulosten pohjalta naisten sosiaalsiin suhteisiin voi myös todeta liittyvän Törrösen (2018) määrittelemää vastavuoroisuutta. Naisilla oli halua auttaa vaikeassa asemassa olevia ihmisiä. Naiset halusivat myös voida hyödyntää omia kokemuksiaan muiden hyväksi. Tämä kuvastaa naisten kokevan yhteenkuuluvuutta ainakin jollakin tasolla. Tämän voi nähdä myös merkittävänä siirtymisenä autettavasta auttajaksi. Törrönen (2018) tuokin esiin, etteivät ihmiset halua olla vain autettuja – he haluavat tulla myös itse merkittäviksi muille. Tukea saaneet tunnistavat siihen sisältyvän vastavuoroisuuden. (Törrönen 2018, 114, 117.) Voikin olla, että naiset ovat kokeneet saaneensa sellaista tukea osakseen, ja he haluavat nyt vastata siihen.

Naisten suhteisiin liittyvää vastavuoroisuutta voidaan tarkastella myös Törrösen (2018) määrittelemän vastavuorottomuuden kokemusten kautta. Naiset kuvailivat kodittomuusaikoihinsa liittyneen epäluotettavia ihmissuhteita, epäluottamuksen kokemusta viranomaisten puolelta ja elämän rytmittömyyttä. Näitä voisi kuvailla vastavuorottomuuden kokemuksina. Osalla naisista ihmissuhteita oli hallinnut myös hyödyn näkökulma, jolloin esimerkiksi yösijan saamisesta tuli olla valmis maksamaan jonkinlainen hinta. Tällöin kyse ei ollut vastavuoroisesta teosta, avun tarjoamisesta ja mahdollisuudesta antaa takaisin ajallaan, vaan oman edun ajamisesta.

Myös naisten kokemukset palveluiden piirissä olivat kirjavia. Osa naisista kertoi saaneensa ammattilaisten puolelta törkeää ja välinpitämätöntä kohtelua. Näitä kohtaamisia olivat värittäneet ammattilaisten leimaavat ja negatiiviset asenteet kodittomia ja päihteidenkäyttäjiä kohtaan. Yksi haastateltavista kertoi, kuinka hänen äitinsä oli järkyttynyt nähdessään, millaista kohtelua tytär lääkäriltä sai. Kaksi naisista kertoi, että useiden vuosien erilaisten palvelujen piirissä pyörimisen aikana he muistavat muutaman työntekijän, jotka vaikuttivat olevan kiinnostuneita heidän asiastaan. Naiset nostivatkin esiin yksilöllisen kohtaamisen tärkeyden. Nämä vastaavatkin Törrösen (2018, 114) kuvausta vastavuorottomuuteen kuuluvasta yksilöiden ja yksilön ja yhteiskunnan välisestä epäluottamuksesta sekä auttamisen halun puutteesta.

Naisten kokemaa hyvinvointia voidaan tarkastella myös päinvastaisesta näkökulmasta eli hyvinvoinnin vajeista käsin. Katri Savolaisen (2011, 158) mukaan hyvinvoinnin vajeista kärsivä ihminen ei pysty luottamaan omiin voimavaroihinsa, yhteisön tukeen tai yhteiskunnan huolenpitoon. Merkittävämpänä hyvinvoinninvajetta ilmentävänä tekijänä tuli naisten vastauksissa esiin taloudellinen tilanne. Naisista kolmelle se oli suurin yksittäinen stressitekijä elämässä, joskin sen tuoma stressi vaihteli naisten kokemuksissa. Yksi naisista ei nimennyt rahallista tilannettaan stressiä aiheuttavaksi. Työ- ja rahatilanne nousivat vastauksissa tärkeimmiksi asioiksi, joiden suhteen kaivattiin muutosta.

Yhteenvetona voi todeta, että tuloksemme ovat linjassa Asunto ensin -periaatteen kanssa; koti luo pohjan elämän uudelleenrakentumiselle. Ilman asuntoa

elämä on hajanaista, omaisuus kulkee mukana tai on levittäytyneenä muiden nurkissa, eikä siten aina tarvittaessa saatavilla. Syöminen on toissijaista, kun mielessä on, missä viettää seuraavan yön. Omanarvontuntoa koettelee yösijasta maksettava hinta ja se, mitä on valmis tekemään sen eteen. Yksi haastateltava totesi: ”*Se on kallista olla ilman kotia*”. Tämän voi ymmärtää sekä rahallisena että henkisenä hyvinvoinnin kustannuksena.

Hyvinvointi on tällä hetkellä pinnalla yhteiskunnallisessa ja poliittisessa keskustelussa. Pekka Puskan (2014, 311) mukaan tähän on vaikuttanut se, että nykyisessä modernissa yhteiskunnassa ihmisten perustarpeet, kuten turvallisuus, ruuan saanti ja asuminen, ovat pääosin turvattu, eivätkä ne ole enää ihmisille riittäviä. Näin ollen ihmiset ovat yhä suuremmassa määrin kiinnostuneita immateriaalisista arvoista, kuten ihmisten ja ympäristön hyvinvoinnista. Tällöin oleellista on Hoffrénin ja Rätön (2011, 219–220) mukaan pohtia ja määrittää, mitä hyvinvointi on, miten sitä voi mitata ja ennen kaikkea edistää. Erilaisten hyvinvoinnin mittareiden kehittäminen onkin erittäin ajankohtaista. Haasteeksi tulee kuitenkin Hoffrénin ja Rätön mukaan hyvinvoinnin käsitteen laajuus. Miten sen kaikki ulottuvuudet pysyttäisiin kattavasti sisällyttämään johonkin yhteen indikaattoriin?

Edellä mainittu herättää meissä kysymyksiä. Tutkimukseemme osallistuneet naiset ovat esimerkki siitä, että nykypäivän modernissa yhteiskunnassa yhä edelleen kaikilla perustarpeiden täytyminen ei ole itsestään selvää. Kun toinen kokee syyllisyyttä ja ahdistusta omistamansa tavaran määrästä ja paremman elämän toivossa käy hitaasti ja hartaasti läpi jokaisen omistamansa esineen pohtien tuoko esine hänelle onnea, toinen kulkee ympäriinsä kassin kanssa, joka sisältää tämän koko omaisuuden. Kuvaus saattaa kuulostaa sensaatiohakuiselta, mutta se oli yksi kuvaus, miten yhteiskunnallinen eriarvoisuus voi yhä edelleen näkyä. Ihmisten todellisuuksien on tutkittu olevan yhä eriytyneempiä (Saari 2015).

Tämä herättää edelleen pohtimaan, miten eriarvoistuvassa yhteiskunnassa ihmisten hyvinvointia voi mitata. Koskettavatko samat mittarit kaikkia? Miten otetaan huomioon, että samaan aikaan kun hyvinvoinnin ilmentymien korkeampien tasojen mittareita pohditaan ja suunnitellaan, on olemassa ihmisiä, joiden hyvinvointiin liittyvät ulottuvuudet osin paikantuvat edelleen myös perustarpeisiin.

Voiko ihmisten todellisuuksien eriytyessä käydä niin, että joillekin jokin taso on hyväksytympi kuin toiselle. Vai onko tämä jo nähtävissä?

Vaikka asunnottomien määrä on Suomessa kääntynyt laskuun, naisten osuus joukossa on lisääntynyt. Asunnottomuus voi koskettaa naisia täysin yllättäen erilaisissa elämäntilanteissa, joiden taustalla on moninaisia syitä erosta mielenterveyden ongelmiin. Naisten kokemukset asunnottomuudesta ovat miesten kokemuksiin verrattuna enemmän sidoksissa kodittomuuden ja oman paikan puuttumisen tunteeseen. (Ensi- ja turvakotien liitto. Tiedotteet. Asunnottomuus kääntynyt laskuun – naisten suhteellinen osuus kasvaa.) Myös meidän mielestämme opinnäytetyömme toteuttamisen jälkeen juuri henkilökohtaisilla kokemuksilla on suurta arvoa hyvinvoinnin määrittelyssä. Kokemukselle ja tunteelle sekä niistä puhumiselle tulisi antaa sijaa. Kodittomuus on yhä edelleen kestävä ja yhteiskunnallinen ongelma. Sen seuraukset niin yksilölle kuin yhteiskunnalle tulevat kalliiksi.

Viimeisenä tutkimustavoitteenamme oli tuottaa tietoa niistä osatekijöistä, joista naisten hyvinvoinnin kokemus muodostuu, jolloin tulee mahdolliseksi pohtia, miten näiden tekijöiden muodostumista voidaan tukea. Tässä osatekijöiden muodostumisen tukemisessa voisi mielestämme olla aihetta jatkotutkimukselle. Toki NEA-hanke päättyy, mutta naisten asunnottomuus ja heikommassa yhteiskunnallisessa asemassa olevien ihmisten tuen tarve ei pääty.

7 AMMATILLINEN KASVU

Opinnäytetyö on hyvin keskeinen osa ammattikorkeakouluopintoja. Se on prosessi, jonka avulla opiskelija kehittää valmiuksia soveltaa opinnoissa kertynyttä osaamistaan. (Diak. Opinnäytetyö.) Opinnäytetyöprosessi on toiminut meille tärkeänä osana ammatti-identiteettimme kasvua. Tutkimuksen tekeminen on vaatinut taitoa kysyä ja kuunnella sekä kykyä sietää omaa epävarmuutta ja keskenräisyyttä. Meidän on täytynyt hyväksyä, että tietomme aiheestamme syvenee hiljalleen. Valmista ei tule heti, ja tulee olla valmis tarkastelemaan omaa työtään kriittisin silmin. Ammatillista kasvua ja kehittymistä tapahtuukin prosessinomaisesti oppimisesta kohti oman alan asiantuntijuutta. Ihminen kasvaa ammatillisesti läpi elämänsä opintojen päättymisen jälkeenkin. Ammatti-identiteetti vahvistuu elinikäisessä oppimisessa. Myös osaaminen syventyy vaiheittain. (Ruohotie 2005, 59.)

Koimme päässeemme tätä opinnäytetyötä toteuttaessamme analysoimaan ihmisen henkilökohtaisia hyvinvoinnin kokemuksia ja laajemmin asunnottomuuden kokemuksen vaikutuksia hyvinvointiin. Näin meille on tarjoutunut arvokas mahdollisuus kehittyä ammatillisesti, sillä sosiaalityö tähtää ihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseen (Savolainen & Suonio 2011, 11). Meidän tulee siten pystyä ammattilaisina ymmärtämään, mikä tuottaa ihmisille hyvinvointia. Mikäli kykenemme ymmärtämään, millaisista osatekijöistä ihmisen hyvinvoinnin kokemus muodostuu, tällöin meille tulee mahdolliseksi pohtia miten niiden muodostumista voi tukea. Kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen ja sen yhtenä alakohtana epätasa-arvon, huono-osaisuuden sekä hyvinvointia tuottavien kansallisten rakenteiden ja prosessien analysoiminen kuuluvatkin sosionomin (AMK) kompetensseihin (Diak. Osaamisvaatimukset. Sosionomi (AMK)).

Sosionomin (AMK) kompetensseihin kuuluu myös se, että hän valmistuessaan kykenee puolustamaan vaiennettujen ihmisten sekä haavoittuvassa asemassa olevien etuja. Koulutuksesta valmistuneen on osattava tuoda tietoa kohtuuttomista elämäntilanteista sekä poliittiseen päätöksentekoon että muille vastuullisille toimijoille. (Diak. Osaamisvaatimukset. Sosionomi (AMK).) Tätä kompetenssia ja

etenkin haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten etujen puolustamista pidimme tärkeänä koko prosessin ajan. Pohdimme ja käytimme aikaa siihen, että saisimme tutkimuksessamme naisten äänen kuuluviin heidän etuaan kunnioittaen.

Opintojemme yhtenä keskeisenä teemana on toiminut näkemys toivosta. Tulevina sosiaalialan ammattilaisina tulemme kohtaamaan ihmisiä monenlaisilla menneisyyksillä, nykyhetkillä ja tulevaisuuden odotuksilla. Saatamme kohdata ihmisiä haastavissa ja synkissä elämäntilanteissa. Epäily siitä pystymmekö auttamaan ja ylläpitämään toivoa voi tuolloin vallata mielemme. Tämän opinnäytetyöprosessimme seurauksena tuolle ajatukselle ja uskomukselle antautuminen on kuitenkin monin verroin epätodennäköisempää. Opinnäytetyöhöemme osallistuneet naiset ovat kokemuksiansa kautta jakaneet toivoaan meille, ja se on varastoitunut ammattilaisen työkalupakkiimme valmiina käytettäväksi.

On arvokasta nähdä ja kuulla asioita kerrottuina suoraan henkilöiltä, jotka ovat olleet heikossa asemassa yhteiskunnassa ja heidän omissa elämässään. Olemme kiitollisia kokemuksestamme haastattelemiemme naisten kanssa heidän omien henkilökohtaisten tarinoidensa äärelle pysähtymisestä. Haastattelutilanteet tarjosivat meille kiireettömän hetken, jossa koimme olevamme aidosti läsnä näiden naisten kertomusten äärellä ja samankaltaista kokemusta työelämässä ei ole usein mahdollista saavuttaa. Saimme herkkyyttä kuulla ja ymmärtää heikosta elämäntilanteista tulevien naisten ääntä tämän prosessin myötä. Toivomme tekevämme oikeutta kuulemillemme kokemuksille analysoidessamme aineistoa.

Opinnäytetyöprosessi oli kohdallamme muutaman vuoden mittainen. Se eteni hiljalleen vuoden 2019 loppupuolelle saakka ja otti loppukirin keväällä 2020. Olemme kiitollisia siitä, että monien vaiheiden jälkeen teimme työmme loppuun saakka yhdessä tiiminä, toisiamme tukien ja reflektoiden. Uskalsimme rohkeasti ottaa esiin myös vaikeita asioita prosessiin liittyen ja käytimme aikaa niiden ratkaisemiseen.

LÄHTEET

- Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0*. Saatavilla <https://www.elibrary.com/book/978-951-768-385-2>
- Allardt, E. (1976). *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. Juva: WSOY.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well*. San Francisco: Jossey Bass Publishers.
- Asunnottomat 2018. Selvitys 3/2019. Saatavilla 24.3.20 [https://www.ara.fi/fi-FI/Tietopankki/Tilastot_ja_selvitykset/Asunnottomuus/Asunnottomat_2018\(49593\)](https://www.ara.fi/fi-FI/Tietopankki/Tilastot_ja_selvitykset/Asunnottomuus/Asunnottomat_2018(49593))
- Asuntoensin.fi. Tietoa. Asunto ensin. Saatavilla 5.9.2020 <https://asuntoensin.fi/tietoa/asunto-ensin/>
- Asuntoensin.fi. Tietoa. Ethos – asunnottomuuden luokitteluja. Saatavilla 2.8.2020 https://asuntoensin.fi/assets/files/2016/07/Ethos_Asunnottomuuden_luokittelua.pdf
- Asunnottomienyo.fi. Saatavilla 25.3.2020 <https://asunnottomienyo.fi/>
- Bretherton, J. (2017). *Reconsidering gender in Homelessness*. University of York: Centre for Housing Policy. Saatavilla 17.5.2020 https://www.feantsaresearch.org/download/feantsa-ejh-11-1_a1-v045913941269604492255.pdf
- Diak. Opinnäytetyö. Saatavilla 5.9.2020 <https://www.diak.fi/opinnaytetyo/>
- Diak. Osaamisvaatimukset. Sosionomi (AMK). Saatavilla 19.5.2020 <https://www.diak.fi/opiskelu/opiskelijan-polku/opintojen-suorittaminen/arviointi/osaamisvaatimukset-sosionomi/>
- Diakonissalaitos. NEA Nais erityisyys asunnottomuustyössä. Saatavilla 18.11.2019 <https://www.hdl.fi/blog/2018/04/21/nea-nais erityisyys-asunnottomuustyossa/>
- Doherty, J. (2001). Gendering homelessness. Teoksessa Doherty J. & Edgar, B. (toim.), *Women and homelessness in Europe. Pathways, services and experiences*. University of Bristol: The Policy Press.
- Ensi- ja turvakotien liitto. Tiedotteet. Asunnottomuus kääntynyt laskuun – naisten suhteellinen osuus kasvaa. Saatavilla 6.8.2020 <https://ensijaturvakotienliitto.fi/asunnottomuus-kaantynyt-laskuun-naisten-suhteellinen-osuus-kasvaa/>

- Ervasti, H. & Saari, J. (2011). Onnellisuus hyvinvointivaltiossa. Teoksessa Saari J. (toim.) *Hyvinvointi: Suomalaisen yhteiskunnan perusta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Granfelt, R. (2013). Asumissosiaalinen työ rikosseuraamusalalla. Teoksessa Hyväri, S. & Kainulainen, S. *Paikka asua ja elää? Näkökulmia asunnottomuuteen ja asumispalveluihin*. (A Tutkimuksia 39). Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Granfelt, R. (1998). *Kertomuksia naisten kodittomuudesta*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran Toimituksia 702. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Haahtela, R. (2015). *Asiakkuuksien rakentuminen asunnottomille suunnatussa naistyössä*. Väitöskirja. Tampere: Tampere University Press.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2010). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hoffrén, J. & Rättö, H. (2011). Hyvinvoinnin mittarit. Teoksessa Saari, J. (toim.) *Hyvinvointi: Suomalaisen yhteiskunnan perusta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Jasinski, J., Wesely, J., Wright, J. & Mustaine, E. (2010). *Hard Lives, Mean Streets: Violence in the Lives of Homeless Women*. Northeastern University Press. Saatavilla 26.7.2020 <http://web.a.ebsco-host.com/anna.diak.fi:2048/ehost/ebookviewer/ebook/bmx-IYmtfXzQ0MzUwMV9fQU41?sid=9f603763-f049-45f6-897f-c64cc3082f30@sessionmgr4006&vid=2&format=EB&rid=3>
- Kainulainen, S. (2000). Sosiaalinen turvallisuus ja yhteiskunnan rakenne. Teoksessa Niemelä, P. & Lahikainen, A. R. (toim.) *Inhimillinen turvallisuus*. Tampere: Vastapaino.
- Kainulainen, S. & Saari, J. (2013). Koettu huono-osaisuus Suomessa. Teoksessa Niemelä, M. & Saari, J. (toim.), *Huono-osaisten hyvinvointi Suomessa*. Saatavilla https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/40230/Huono-osaisten_hyvinvointi.pdf?sequence=1
- Karisto, A. (2016). *Hyvinvointi ja vastavuoroisuus*. Teoksessa *Vastavuoroinen sosiaalityö*. Tallinna: Gaudeamus.
- Karvonen, S. (2019). Koetun hyvinvoinnin tila tunnuslukujen valossa. Teoksessa *Suomalaisten hyvinvointi 2018*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin

- laitos. Saatavilla https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137498/THL_Suomalaisten%20hyvinvointi%202018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kostiainen, E. & Laakso, S. (2013.) Vailla vakinaista asuntoa olevat Helsingissä. Teoksessa Hyväri, S. & Kainulainen, S. *Paikka asua ja elää? Näkökulmia asunnottomuuteen ja asumispalveluihin.* (A Tutkimuksia 39). Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Kärkkäinen, S.-L. (2001). Substance abuse problems and women's homelessness in Finland. Teoksessa Doherty, J. & Edgar, B. (toim.), *Women and homelessness in Europe. Pathways, services and experiences.* University of Bristol: The Policy Press.
- Lehtonen, L. & Salonen, J. (2008). *Asunnottomuuden monet kasvot.* Suomen ympäristö 3/2008, Ympäristöministeriö. Saatavilla 23.5.2020 https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/38367/SY_3_2008.pdf
- Lehtonen, N. (2016). *Päivä kerrallaan – Asunnottomuuden vaikutukset hyvinvointiin asumaan muuttamisen jälkeen.* (Opinnäytetyö, Metropolia-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma). Saatavilla 3.8.2020 <https://core.ac.uk/reader/80989728>
- May, V. (2013). *Connecting Self to Society. Belonging in a Changing World.* Houndmills: Palgrave Macmillan.
- Mayock, P., Sheridan, S. & Parker, S. (2015). 'It's just like we're going around in circles and going back to the same thing ...': *The Dynamics of Women's Unresolved Homelessness.* Journal of Housing Studies. Vol. 30, Nro 6, 877–900. Saatavilla 26.7.20 <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02673037.2014.991378?scroll=top&needAccess=true>
- Mayock, P., Bretherton, J. & Baptista, I. (2016). Women's Homelessness and Domestic Violence: (In)visible Interactions. Teoksessa Mayock, P. & Bretherton, J. (toim.) *Women's Homelessness in Europe.* Lontoo: Palgrave Mcmillan.
- Niemelä, P. (2000). Turvallisuuden käsite ja tarkastelukehikko. Teoksessa Niemelä, P. & Lahikainen, A. R. (toim.) *Inhimillinen turvallisuus.* Tampere: Vastapaino.

- Niles, S.P., Yoon, H.J., Balin, E. & Amundson, N.E. (2010). *Using A Hope-Centered Model Of Career Development in Challenging Times*. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal 4 (34), 101-108. Saatavilla 22.5.20 https://www.researchgate.net/publication/334432521_Using_A_Hope-Centered_Model_of_Career_Development_in_Challenging_Times
- Puska, P. (2014.) Policies for well-being and health. Teoksessa Hämäläinen T. J. & Michaelson, J. (toim.) *Well-being and Beyond. Broadening the Public and Policy Discourse*. UK: Edward Elgar Publishing Limited.
- Ruohotie, P. (2005). *Oppiminen ja ammatillinen kasvu*. Helsinki: WSOY.
- Ruusuvuori, J. (2010). Litteroijan muistilista. Teoksessa Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) *Haastattelun analyysi*. Saatavilla <https://www.ellibslibrary.com/fi/book/978-951-768-309-8>
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (2010). Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) *Haastattelun analyysi*. Saatavilla <https://www.ellibslibrary.com/fi/book/978-951-768-309-8>
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (2005). Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori J., & Tiittula L. (toim.) *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino.
- Ryan, R. & Deci, E. (2017). *Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development and Wellness*. The Guilford Press.
- Saari, J. (2015). *Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla*. Helsinki: Gaudeamus.
- Salmela-Aro, K. & Nurmi, J.-E. (2017). Henkilökohtaiset tavoitteet, hyvinvointi ja elämänkulku. Teoksessa Salmela-Aro, K. & Nurmi, J.-E. *Mikä meitä liikuttaa. Motivaatiopsykologian perusteet*. Saatavilla <https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-451-796-6>
- Salo, U.-M. (2015). Simsalabim, sisällönanalyysi ja koodaamisen haasteet. Teoksessa Aaltonen, S. & Högbacka, R. (toim.) *Umpikujasta oivallukseen. Refleksiivisyys empiirisessä tutkimuksessa*. Saatavilla https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/99323/umpikujasta_oivallukseen_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Savolainen, K. (2011). Sosiaalityö toivon luojana. Yhteisösuuntautunut toimintakulttuuri mielenterveyden edistämisessä. Teoksessa Ruuskanen, P. T., Savolainen, K. & Suonio, M. (toim.) *Toivo sosiaalisessa. Toivoa luova toimintakulttuuri sosiaalityössä*. EU: UNIpress.
- Savolainen, K. & Suonio, M. (2011). Johdanto. Teoksessa Teoksessa Ruuskanen, P. T., Savolainen, K. & Suonio, M. (toim.) *Toivo sosiaalisessa. Toivoa luova toimintakulttuuri sosiaalityössä*. EU: UNIpress.
- Siltaniemi, A., Perälähti, A., Eronen, A., Londén, P. & Peltosalmi, J. (2008). *Hyvinvointi ja osallisuus Itä-Suomessa. Kyselytutkimuksen tuloksia*. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Särkelä, A. (2011). *Välittäminen ammattina*. Saatavilla <https://www.ellibslibrary.com/book/978-951-768-096-7>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointi- ja terveyserot. Hyvinvoinnin mittaaminen. Saatavilla 23.5.20 <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/hyvinvoinnin-mittaaminen>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Hyvinvointi- ja terveyserot. Hyvinvointi. Saatavilla 23.5.20 <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Saatavilla <https://www.ellibslibrary.com/book/9789520400118>
- Törrönen M. (2018). *Hyvinvointia luova vastavuoroisuus. Teologinen Aikakauskirja*, vuosikerta 123, Nro 2, 113-123. Saatavilla 18.5.20 <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/306903>
- Van den Dries, L., Mayock, P., Gerull, S., van Loenen, T., van Hulst, B. & Wolf, J. (2016). Mothers Who Experience Homelessness. Teoksessa Mayock, P. & Bretherton, J. (toim.) *Women's Homelessness in Europe*. Lontoo: Palgrave Mcmillan.
- Viisanen, M. (2019). "Se on ihan kaikki kaikessa, että on koti". *Nuorten naisten kokemuksia kodittomuudesta ja sen merkityksistä*. Pro gradu -tutkielma, Lapin yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Saatavilla 2.8.2020 <https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63849/Pro%20gradu%20Viisanen%202019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Wolf, J., Anderson, I., van den Dries, L. & Filipovic Hrast, M. (2016). The Health of Homeless Women. Teoksessa Mayock, P. & Bretherton, J. (toim.) *Women's Homelessness in Europe*. Lontoo: Palgrave Mcmillan.

Y-säätiö. Hankkeet. NEA – nais erityisyys asunnottomuustyössä. Saatavilla 18.1.2020 <https://ysaatio.fi/y-saatio/hankkeet/nea-nais erityisyys-asunnottomuustyossa>

LIITE 1. Haastattelurunko

Tausta

- Ikä, koulutus, työ- tai opiskelutilanne
- Kodittomuus
- Elämäntilanne ennen kodittomuutta
- Kodittomuuden aikainen elämä
- Miten kauan kodittomuus kesti
- Missä vietit yöt

Elintaso

- Asuminen
- Nykyinen asuminen (asumismuoto, tuen tarve)
- Asunnon saaminen
- Asumisen kesto

Toimeentulo

- Toimeentulon muoto
- Toimeentulon riittävyys

Terveys

- Kokemus omasta fyysisestä voinnista
- Kokemus omasta henkisestä voinnista
- Mikä tuo hyvää oloa
- Miten pidät huolta itsestäsi

Yhteisyyssuhteet

- Perhesuhteet
- Ystävyyssuhteet
- Muut tärkeät ihmissuhteet

- Yhteisöt

(Työ-, opiskelu- tai harrastusyhteisöt. Paikallisyhteisöt; asuinalue, kaupunginosa.

Vertais- ja hoitoryhmät)

-Millaisiin yhteisöihin koet kuuluvasi?

-Millainen merkitys näillä yhteisöillä on sinulle?

-Millaisena koet asemasi yhteisöissä

(Miten koet, että sinuun suhtaudutaan, millaista palautetta saat)

- Millaisena koet osallisuutesi ja osallistumisesi yhteisöissä?

(Millaisena koet mahdollisuutesi vaikuttaa asioihin?)

(Millaisena koet mahdollisuutesi vaikuttaa omaa elämääsi koskeviin päätöksiin?)

Itsensä toteuttaminen

-Harrastukset tai muu mielekäs vapaa-ajan tekeminen

-Ajatuksia omista mahdollisuuksista vaikuttaa yhteiskunnassa

(Äänestäminen, toimiminen esim. kansalaisjärjestöissä)

-Koetko itsesi hyväksytyksi yhteiskunnassa?

(Miten kuvailisit luottamusta yhteiskunnallisiin toimijoihin? Terveysten- ja sosiaalihuollon ammattilaiset, kunnan eri viranomaiset, poliisi)

(Koetko, että eri yhteiskunnalliset toimijat luottavat sinuun?)

Merkitykselliset asiat elämässä

-Iloa tuottavat asiat

Elämään tyytyväisyys

-Mitkä asiat ovat hyvin

-Minkä toivoisi muuttuvan

-Mitä kaipaisi elämäänsä

Tulevaisuus

-Suunnitelmat, ajatukset, toiveet

LIITE 2. Suostumuslomake tutkimukseen osallistuville

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Tutkimuksen nimi: Tuetun asumisen palveluissa asuvien naisten hyvinvoinnin rakentuminen

Tutkimuksen tekijät: Siri Lonka ja Mirka Takala, sosionomi (AMK)-opiskelijoita, Diakonia-ammattikorkeakoulu

Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää asunnottomuutta tai asunnottomuuden uhkaa kokeneiden naisten hyvinvointia ja sen osatekijöitä.

Tutkimusta varten naisia haastatellaan. Haastattelut nauhoitetaan ja ne kirjoitetaan myöhemmin tekstiksi. Tutkimuksen valmistumisen jälkeen kaikki nauhat ja tekstit hävitetään. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja osallistumisen voi keskeyttää missä vaiheessa tahansa ilman, että päätöstä täytyy perustella tai että se vaikuttaisi meneillään olevaan asiakassuhteeseen. Kaikki tutkimukseen liittyvät materiaalit ovat luettavissa. Tutkimuksen tulokset tullaan julkaisemaan valmiissa opinnäytetyössä vuoden 2020 aikana.

Minulle on selvitetty yllä mainitun tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuksessa käytettävät tutkimusmenetelmät. Olen tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen ei aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia, henkilöllisyyteni jää vain tutkijan tietoon, minua koskevaa aineistoa käytetään vain kyseiseen tutkimukseen ja aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Suostun siihen, että minua haastatellaan ja antamiani tietoja käytetään kyseisen tutkimuksen tarpeisiin.

Päiväys

Tutkittavan allekirjoitus ja nimenselvennys

LIITE 3. Tiedote tutkimukseen osallistuville



Tietoa tutkimuksesta

Tutkimuksemme keskeisenä tavoitteena on tuoda esiin sinun kokemuksesi. Tutkimuksemme muodostuu haastatteluista, jotka nauhoitamme ja kirjoitamme myöhemmin tekstiksi. Tutkimuksen valmistamisen jälkeen hävitämme kaikki ääninauhat ja tekstit. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja voit keskeyttää osallistumisesi missä vaiheessa tahansa. Osallistumisesi ja henkilöllisyytesi jää vain tutkijoiden tietoon. Toteutamme tutkimusta osana Diakonissalaitoksen NEA (naiserytinen asunnottomuustyö) -hanketta.

Keitä me olemme?

Olemme Siri Lonka ja Mirka Takala, viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoita Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Työstämme tällä hetkellä opinnäytetyötämme, jonka tutkimusaiheena on tuetussa asumisessa elävien naisten kokemukset omasta hyvinvoinnistaan ja sen rakentumisesta.

Tutkimuksen julkaisu

Opinnäytetyömme on tarkoitus valmistua syyskuussa 2020, jolloin sen julkaistaan Diakonia-ammattikorkeakoulussa ja sen saa luettavaksi.

Tutkimus naisten hyvinvoinnin rakentumisesta asunnottomuuden kokemuksen jälkeen

Olemme kiinnostuneita kuulemaan, millaisena koet hyvinvointiasi ja mistä kaikesta se sinulle muodostuu

Lisätietoja antavat:

Siri Lonka
siri.lonka@student.diak.fi

Mirka Takala
mirka.takala@student.diak.fi