



Digitarina -

Mitä työttömän syrjäytymisvaarassa olevan
kuva ja tarina kertoo?

Lahti, Maarit

Laurea-ammattikorkeakoulu
Laurea Lohja

Digitarina - Mitä työttömän syrjäytymisvaarassa
olevan kuva ja tarina kertoo?

Maarit Lahti
Hoitotyön koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2013

Maarit Lahti

Digitarina - Mitä työttömän syrjäytymisvaarassa olevan kuva ja tarina kertoo?

Vuosi

2013

Sivumäärä

46

Tämä opinnäytetyö toteutettiin osana Laurea-ammattikorkeakoulun Pumppu-hanketta, jonka tavoitteena on uudistaa hyvinvointipalveluita sekä kehittää niiden tuottajamalleja. Opinnäytetyössä kohderyhmänä olivat nuoret työttömät ja syrjäytymisvaarassa olevat pitkäaikaistyöttömät.

Tutkimusmenetelmänä käytettiin deduktiivista sisällönanalyysiä, sillä teorian merkitys on ilmeinen. Lähtökohtana analyysissä oli todellisen elämän kuvaaminen, aidon tunnelman saavuttaminen. Fenomenologisen lähestymistavan soveltaminen tuki tätä tarkoitusta. Tapahtumat muovasivat tarinoissa toinen toisiaan ja todellisuus tulee ymmärtää kokonaisuutena. Omat arvolähtökohdat sekä leimaavat mielikuvat työttömyydestä ja syrjäytyneisyydestä oli tärkeä tiedostaa ja sulkea pois. Tunnelma tavoitettiin refleктоimalla omia kokemuksia ja etsimällä siihen liittyvää teoriaa. Työssä ei lähdetty arvottamaan oikeaa elämäntapaa.

Nuorten työttömien ja pitkäaikaistyöttömien elämää analysoitiin arjen hallinnan, terveyden, hyvinvoinnin sekä yhteisöllisyyden näkökulmista. Tutkimusmenetelmänä käytettiin deduktiivista sisällönanalyysiä ja lähestymistapana sovellettiin fenomenologista lähestymistapaa. Aineistona oli kahdeksan Laurean opiskelijatyönä tekemää digitarinaa, joista seitsemän otettiin mukaan analyysiin. Yhden tarinan haastateltava henkilö ei tullut paikalle, näin hänen äänensä tutkimuksen kohteena oleviin ilmiöihin ei tullut tarinassa näkyviin.

Tarinoiden mukaan työttömälle arjen merkitys oli suuri. Tarinoissa hyvä arki näkyi siinä, miten ihminen kokee olevansa tasapainossa sekä itsensä että ympäristönsä kanssa. Selviytymiskeinot kriisitilanteissa vaihtelivat, osalle riittivät omat voimavarat, osa tarvitsi ja osasi hakea tukea. Nuorille työttömille ja ilman koulutuspaikkaa oleville arjen haasteet näyttivät kasvavan. Samoin sekä omat että ympäristön aiheuttamat paineet kiinnittyä yhteiskuntaan olivat suuret. Terveys ja hyvinvointi olivat nähtävissä yksilön omana kokemuksena hyvästä olost. Hyvä olo näkyi siinä, miten ihminen nauttii pienistä asioista, pitää huolta itsestään, näkee tulevaisuuden mahdollisuutena ja ympärillä olevat ihmiset rikkautena. Hyvä olo heijastui näin myös yhteisöllisyyteen, haluun rakastaa ja tulla rakastetuksi. Myös yhteiskunnan tarjoamat kanavat, kuten vertaistukiryhmät ja TE-toimistojen työhön valmentavat tukitoimet, tulivat esiin tärkeänä tekijänä. Työttömälle, etenkin nuorelle työttömälle, työssä käyminen koetaan tärkeäksi osaksi elämää. Sen merkitys on paitsi taloudellinen myös henkinen.

Tarinoiden ja teorian perusteella oli nähtävissä, että nuori tarvitsee paljon tukea aikuistumiseensa. Perheen merkitys nähtiin suurena, mutta kaikilla tällaista tukea ei ole saatavilla. Tässä tutkimuksessa peräti puolet alkuperäisistä haastatteluun haluavista ei kuitenkaan koskaan tullut paikalle. Jatkotutkimuksena tälle työlle olisi hyvä kartoittaa, mitä keinoja meillä on auttaa niitä nuoria, jotka eivät enää tule paikalle.

Asiasanat: digitaalinen tarina, nuoruus, työttömyys, syrjäytyneisyys, arki, terveys, hyvinvointi, yhteisöllisyys

Maarit Lahti

Digital storytelling - What does a youth's story and portrait tell us?

Year	2013	Pages	46
------	------	-------	----

The thesis has been carried out as a part of Pumpu project in Laurea University on Applied Sciences. The aim of this project was to reform wellness service and improve their provider models. The target group of this thesis were young unemployed and long-term unemployed who are in big risk of becoming marginalized from society.

Since theory is important, deductive content analysis was applied in the thesis. The basis of this analysis was to describe real life, to capture the true atmosphere. The application of phenomenological approach supported this purpose. Events shaped each other and reality must be understood as a whole. One's own value base and tainted visions of unemployment and social exclusion are important to identify and rule out. The atmosphere was captured via reflection of personal experiences and applying suitable theories. Value judgment regarding lifestyles was outside the scope of this thesis.

During their weekly control, the life on young unemployed and long-term unemployed was analysed from the perspectives of healthiness, wellness and social exclusion. Deductive content analysis was used as the research method and the manner of approach was phenomenological. The material consisted of eight digital stories made by Laurea students, of these seven were selected for analysis. One story's protagonist never came present, thus his views on the phenomena explored were not revealed.

According to these stories for an unemployed, common daily life meant a lot. In these stories good daily life took place when a person felt he was in balance with himself and society. Management resources in crisis varied, for some people their own resources were sufficient, some needed and were able to find help. For young people and those who have no place of study, challenges of everyday life seemed to increase. Both personal and environmental pressures to become attached to the society were great. Healthiness and wellness appeared as individual's own perception of feeling good. Feeling good was demonstrated by how one can enjoy little things, take good care of himself, see future as an opportunity and experience people around him as a treasure. Feeling good is also reflected to one's communality, willingness to love and to be loved. Also channels offered by the society, such as peer support groups and preparatory training for work offered by JobCentres, came up as important factors. For the unemployed, especially young unemployed, working is a very important part of life. It is important both economically and mentally.

On the basis of the stories and theory it was obvious that a young person needs a lot of support to enter adulthood. Family means a lot but everyone does not have that kind of support. In this study, half of the original participants never appeared. As a future topic of study, it would be good to clarify what means we have to help those young people, who no longer appear and participate.

Keywords: digital storytelling, youth, unemployment, social exclusion, weekday, healthiness, wellness, communality

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Teoreettinen viitekehys ja aiheen rajaaminen	7
2.1	Digitaalinen tarinankerronta	8
2.2	Ihana kamala nuoruus	9
2.3	Hyvä arki ja elämänhallinta	10
2.4	Yhteisöllisyyden merkitys	11
2.5	Syrjäytymisen riskitekijät.....	13
2.6	Terveys ja hyvinvointi	14
2.7	Nuoren työttömyys ja keinoja sen torjumiseen.....	17
2.7.1	Yhteiskuntatakuu nuorelle.....	17
2.7.2	Mahis-hanke heikossa työmarkkina-asemassa oleville	18
2.7.3	Monitoimikeskus maahanmuuttajille.....	18
3	Opinnäytetyön tehtävät ja tutkimusongelmien tunnistaminen	19
4	Analyysin toteuttaminen.....	20
4.1	Tutkimusmenetelmän kuvaaminen.....	21
4.1.1	Sisällönanalyysin vaiheet.....	22
4.1.2	Fenomenologisen lähestymistapana	23
4.2	Opinnäytetyön etiikka	23
5	Tulosten tarkastelu	24
5.1	Arjen ja elämänhallinnan kokemus	25
5.2	Terveiden ja hyvinvoinnin kokemus	28
5.3	Yhteisöllisyyden merkitys.....	31
6	Pohdinta ja johtopäätökset	32
6.1	Luotettavuus	34
6.2	Jatkotutkimusehdotukset	35
	Lähteet	36
	Kuviot	38
	Taulukot	39
	Liitteet	39
	Liite 1. Digitgarinat	40

1 Johdanto

Tämä opinnäytetyö on toteutettu osana Pumppu-hanketta, jonka yhtenä osa-alueena on kehittää keinoja nuorten ja pitkäaikaistyöttömien syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Pitkäaikaistyöttömät ja ne nuoret, joilla ei ole opiskelupaikkaa eikä työtä ovat riskissä syrjäytyä. Heidän elämänsä kuvattiin keväällä 2012 Lohjan Laureassa opiskelijatyönä siten, että välineenä käytettiin digitaalista tarinankerrontaa. (Laurea 2011a.) Tarinoita on käytettävissä yhteensä seitsemän.

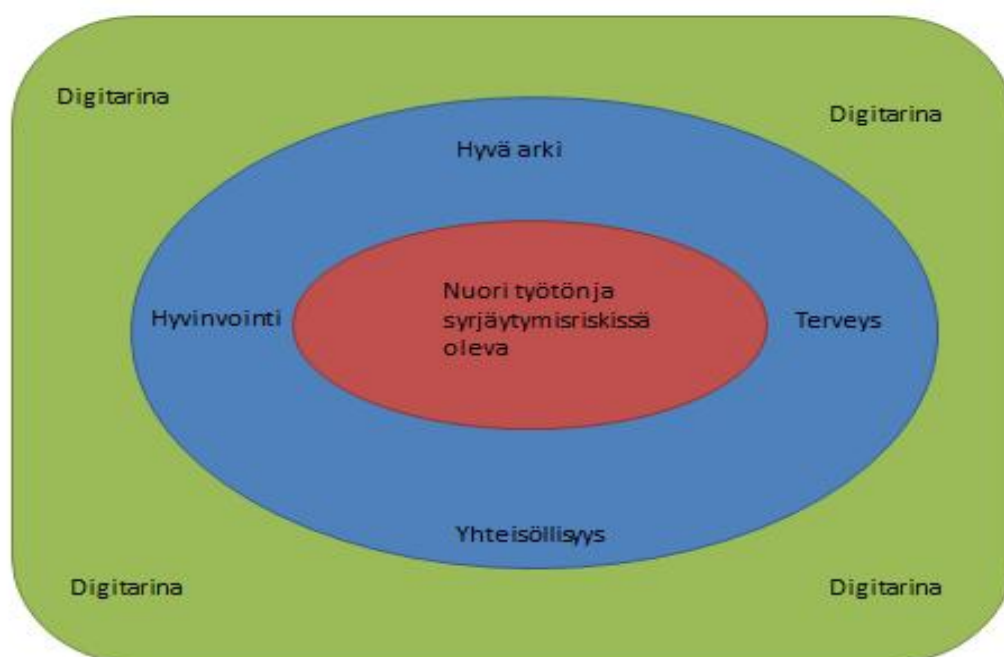
Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä deduktiivinen aineistoanalyysi työttömän arjen hallinnan, terveyden, hyvinvoinnin sekä yhteisöllisyyden näkökulmista. Lähestymistapana on sovellettu fenomenologista lähestymistapaa, jossa tutkimuskohteena on ihmisen oma kokemus (Janhonen & Nikkonen 2001, 116). Työssä ei lähdetä miettimään ratkaisuja ongelmien ehkäisemiseksi eikä arvoteta ihmisen valintoja tai elämäntapaa. Analyysiä tehdessä on tärkeää muistaa arvolähtökohdat, jotta erilaiset arvopohjat eivät vaikuta analyysin tuloksiin.

Opinnäytetyön tietoperustana ovat digitaalinen tarina, nuoruus, työttömyys, syrjäytyneisyys, arki, terveys, hyvinvointi sekä yhteisöllisyys. Tarinoiden henkilöt ovat itse ilmaisseet halunsa osallistua tarinantekoon, kiinnostus digitaalista tarinankerrontaa kohtaan oli suurta. Tämän päivän nettisukupolvi on omaksunut teknologian, koska se on kasvanut sen kanssa samanaikaisesti. Nuorille teknologia on luonnollista ja tärkeä osa elämää, yhtä tärkeää kuin hengittäminen. (Tapscott 2010, 32.) Sinkkonen (2010, 15–16) kuvaa, miten nuoruus itsessään on elämistä tässä ja nyt. Paineita tulee joka puolelta: koulussa pitää tehdä tehtäviä, arvosanoja pitää parantaa, vanhemmat odottavat hyvää koulumenestystä, ystäviä pitää saada ja seurustellakin halutaan. Samaan aikaan oma keho muuttuu ja se herättää suuria tunteita. Yksi nuoren suurimpia haasteita on löytää oma paikkansa yhteiskunnassa, harva pystyy siihen yksin. Aikuistuvalla nuorella arjen hallinta ja työpaikka kulkevat usein käsi kädessä, kun työtä ei ole, arjen ongelmat kasvavat. Myös terveyden ja hyvinvoinnin tuntemukset liittyvät harvoin siihen, onko ihmisellä joku sairaus. Eriksson ym. (2012, 71) esittää Florence Nightingaleen (1957) viitaten, että terveys määritellään hyvinvoinniksi ja kaikkien kykyjen täysipainoiseksi käyttämiseksi.

Erityisesti nuorten syrjäytyminen on herättänyt huomiota. Suomen Presidentti Sauli Niinistö ilmaisi heti virkakautensa alkaessa huolensa nuorten syrjäytymisestä antamalla lausunnon ”tässä asiassa me kaikki olemme tekijöitä”. Uutisessa presidentti korostaa, että nuorten hyvinvointia ei edistetä pelkästään viranomaisten toiminnalla ja komiteoiden mietinnöillä. Suuri vaikutus nuoren elämään on perheellä, naapureilla, ystävillä, harrastuksilla, koululla sekä päivähoitolla. Nämä yhteisöt ovat niitä, jotka muokkaavat nuorta. Meillä jokaisella on oma tehtävä näissä yhteisöissä nuorten ohjaamisessa. (Niinistö 2012.)

2 Teoreettinen viitekehys ja aiheen rajaaminen

Teoreettisena viitekehysenä tässä opinnäytetyössä ovat digitaaliset tarinat nuorista työttömistä ja syrjäytymisvaarassa olevista henkilöistä. Tarinoita analysoidaan heidän arkensa, terveyden ja hyvinvoinnin sekä yhteisöllisyyden näkökulmista. Kyseessä on laadullinen deduktiivinen aineistoanalyysi, jossa tavoitteena on ihmisen kokemuksen etsiminen. Lähestymistapana sovelletaan fenomenologista metodia. Analyysiä tehdessä opinnäytetyön tekijän on tärkeää muista arvolähtökohdat, erilaisia elämäntarvoja tulee ymmärtää ja kunnioittaa. Tämä näkökulma on tutkimuksen esiymmärtämisen kohdalla olennainen.



Kuvio 1: Teoreettinen viitekehys

Tämän opinnäytetyön asiasanoja ovat digitaalinen tarina, nuoruus, työttömyys, syrjäytyneisyys, arki, terveys, hyvinvointi sekä yhteisöllisyys. Näihin käsitteisiin perehdytään etsimällä teoriaa luotettavista lähteistä, näin analysointiin saadaan tavoitteet ja tarkoitus. Lähtökohtana analyysissä on elämän kuvaaminen henkilön itsensä kokemana, juuri sellaisena kuin se on. Tutkimuksen ydin on tutkittavan ilmiön ensisijaisuus. (Janhonen & Nikkonen 2001, 116.) Työssä ei lähdetä vertaamaan tarinoita keskenään, jokaisesta tarinasta etsitään sen sisältämää kokemusta omaan. Työssä ei myöskään lähdetä arvottamaan erilaisia elämäntapoja tai etsimään ratkaisuja mahdollisiin ongelmiin elämässä.

2.1 Digitaalinen tarinankerronta

Nettisukupolven vanhimpia edustavat toisen maailmansodan jälkeiset ikäluokat (Tapscott 2010, 24). Digitaalisen aikakauden myötä olemme tulleet samalla elinikäisen oppimisen aikakaudelle. Työssä työntekijöiden on jatkuvasti päivitettävä osaamistaan, koulussa opiskelijoiden on kyettävä ajattelemaan kriittisesti, luovasti ja yhteistyöhaluisesti. Uusien asioiden oppiminen on entistä tärkeämpää, koska elämme valon nopeudella muuttuvassa maailmassa. On pystyttävä tarttumaan tilaisuuksiin nopeasti, ketterästi ja kekseliäästi. (Tapscott 2010, 143.)

Digitaalinen tarinankerronta (myöhemmin digitarina) on tietoteknisten välineiden käyttämistä tarinan kertomiseen. Perinteisessä digitarinassa keskitytään tiettyyn aiheeseen ja se antaa tietyn näkökulman. Nimensä mukaisesti digitarinassa tietotekniikan avulla yhdistetään teksti, äänite, videopätkä ja/tai musiikki. Tarinan pituus voi vaihdella, mutta useimmat tarinat kestävät kahdesta kymmeneen minuuttiin. Aiheet vaihtelevat, mutta koskevat usein henkilökohtaisia asioita elämässä, ovat historiallisia kertomuksia tai niissä voidaan tutkia omaa yhteisöä tai etsiä muiden alueiden elämää universumissa. Aiheina voivat periaatteessa olla mitkä tahansa asiat. (Digital Storytelling 2011.) Digitarinan tekeminen on tekijälleen sitouttava ja inostava lähestymistapa asiaan. Sen tekeminen voi auttaa työstämään vaikeaa asiaa sekä antaa mahdollisuuden tuoda esiin yksilön ääni. Sen tavoitteena on olla yksilölle voimaannuttava kokemus. Tarinan tekeminen opettaa sekä tarinan tekijää että hänen halutessaan myös globaalia yleisöä. (Satu ja tarina 2012.)

Digitaalista tarinankerrontaa on käytetty välineenä monessa eri yhteydessä, oppimiseen se antaa uusia ulottuvuuksia. Leedsin yliopistossa digitaalista tarinankerrontaa on käytetty reflektioivan oppimisen kehittämiseen lääketieteen opiskelijoiden keskuudessa. He ovat onnistuneet sekä kasvattamaan opiskelijoiden sitoutumista reflektointiin että stimuloimaan heidän aitoa reflektioivaa oppimistaan. Digitaalisessa tarinassa käytetään elektronista multi-mediaa, kuten videoita, kuvia ja musiikkia, kirjoitettua tekstiä ei ole. Digitaalisen tarinan luominen voi stimuloida opiskelijaa miettimään, miksi hän on valinnut tietyt kuvat ja musiikin. Samalla oppimisen syvyyttä voidaan kehittää, kun opiskelijat kykenevät näkemään piilossa olevia ongelmia. Tämä on keskeinen tärkeä asia, joka ohjaa kohti uudenlaista oppimista. Reflektioivassa oppimisessä on myös haasteensa. Sen tarkoituksen tulee olla selvä sekä opiskelijalle että tutorille. Samoin on huomattu, että opiskelijat usein tarvitsevat koulutettua ohjaajaa kehittyäkseen reflektoinnissa. Reflektioivaa kerrontaa on myös vaikea opiskelussa arvioida, kun ei ole kirjoitettua tekstiä. Tämä asia on vältetty sillä, että opiskelijat kirjoittavat reflektioivasta oppimisestaan. Näin oppimisen pystyy osoittamaan. (Sandars & Murray 2011.)

Tarinoiden tekeminen on helppoa, hauskaa ja edullista. Siihen tarvitaan vain tietokone ja oma elokuvatyökalu. Yksi mahdollinen ohjelma on Internetistä ilmaiseksi ladattavissa oleva Windows Live Movie Maker -ohjelma (Toogle 2012).

2.2 Ihana kamala nuoruus

Nuoruuden määritelmää voidaan katsoa eri näkökulmista. Psykologiassa nuoruutta määritellään elämänvaiheteorioiden kautta. Kasvatustieteessä nuoruutta katsotaan oppimisen ja oppimisympäristön kautta. Nuoruus määritellään usein myös siirtymisvaiheeksi aikuisuuteen, se on elämänvaihe, jossa nuori kasvaa fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Nuoruusiässä on mahdollisuus muokata itseään ja ympäristöään kohti aikuisuutta. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 1999, 12-13.)

Aaltosen ym. (1999, 14-15) näkemyksen mukaan nuoren kasvu ja kehitys ovat riippuvaisia myös yksilön kypsymisestä. Kypsymisen taustalla vaikuttavat nuoren perimä, elinympäristö sekä nuoren oma aktiivisuus. Perimässään nuori voi saada itselleen tiettyjä vahvuuksia, jotka voivat olla älyllisiä lahjoja, luovuutta, sosiaalista kyvykkyyttä tai tunneälyä. Nämä voivat kehittyä lahjakkuudeksi, mutta siihen vaikuttaa moni tekijä. Nuoren oma aktiivisuus sekä ympäristön tuki ovat keskeisiä tekijöitä. Aktiivisuus tulee ilmi siten, että nuori asettaa itselleen tärkeitä tavoitteita tulevaa elämäänsä varten. Ympäristöön kuuluvat psyykinen, fyysinen ja kulttuuriympäristö. Nuoren itsensä lisäksi myös elinympäristö asettaa hänelle tavoitteita. Jotta nuoren omat ja ympäristön asettavat tavoitteet tulevat haasteiksi, on tärkeää kuunnella nuorta ja luoda tavoitteet yhdessä ympäristön kanssa.

Aaltonen ym. (1999, 15) korostavat, että nuori tarvitsee kasvunsa tueksi rakkautta, turvaa, hellyyttä ja ymmärrystä. On kuitenkin tärkeää, että nuori kykenee myös vähitellen irtaantumaan lapsuudenkodistaan. Tämä voi olla nuorelle vaikeaa, sillä hän tarvitsee usein samaan aikaan aikuista oman kehonsa ja epävarman minuutensa tukemiseen. Aikuisen tehtävänä on tukea nuorta huomaamaan omat vahvuutensa ja saamaan näin itseluottamusta. Koulun ja kodin rinnalla nuoren elämässä omat ihmissuhteet ovat merkityksellisiä. Nämä vaikuttavat voimakkaasti nuoren arvoihin ja valintoihin. Lämsä (2009, 30-31) tuo esiin rajojen merkityksen lapselle ja nuorelle. Rajojen asettaminen on tärkeä osa vanhemmuutta, vaikka sitä ei aina osata ymmärtää lasten ollessa pieniä. Kun tullaan murrosikään, vanhemmat tuntevat menettäneensä otteensa nuoreen. Tätä kutsutaan hiipiväksi ongelmaksi. Hiipivä ongelmalla tarkoitetaan, että on vaikea aloittaa keskustelemista ja rajojen asettamista, kun vuosikausiin ei ole ollut puheyhteyttä. Puheyhteyden ylläpitäminen vaatii jatkuvaa kuuntelua ja keskustelua nuoren kanssa.

Yksi tärkeimpiä haasteita nuorelle on oman paikan löytäminen elämässä. Työelämään pääseminen on hyvin merkityksellistä sekä kasvulle että itsetunnolle. Nuori joutuu usein tilanteeseen, jossa hän sukkuloi opiskelun, työnteon sekä työttömyyden välimaastossa. Työelämään pääseminen tapahtuu usein erilaisten patkätöiden kautta, joka saattavat vaatia nuorta muuttamaan toiselle paikkakunnalle tai jopa eri maahan. Tämä vaatii nuorelta paljon joustamista, jatkuvaa kouluttautumista sekä kykyä hyödyntää väliin jäävät työttömyysjaksot voimavarana. Erilaisista lähtökohdista olevien nuorten taloudelliset ja sosiaaliset tarpeet sekä hyvinvointiin ja elämänhallintaan liittyvät tarpeet vaihtelevat merkittävästi. Tästä johtuen nuorten tukeminen on hyvin yksilöllistä. (Aaltonen ym. 1999, 17.)

2.3 Hyvä arki ja elämänhallinta

Arjessa on kyse ravinnosta, fyysisestä terveydestä, hygieniaan liittyvistä asioista sekä elämän sisällöstä ja -mielekkyydestä. Arjessa selviytymisen ongelmat ovat aina yksilöllisiä. Ongelmat arjessa voivat johtua niiden taitojen puutteista, joita tarvitaan oman itsensä, kodin ja arkisen vuorovaikutuksen hoitamiseen. (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2009, 62.) Jokinen (2005, 158) sanoo, että arjen synonyymiksi voidaan sanoa tavallinen. Hänen mukaansa arki on kaikkialla eikä sitä aina pystytä havainnoimaan. Arki on sekä kevyttä että raskasta, sitä ylistetään ja toisaalta halveksitaan. Arki on myös sukupuoliparadoksi, naisten oletetaan pyörittävän arkea miehiä enemmän. Jokisen (2005, 16) näkemyksen mukaan arki voidaan jakaa viiteen ulottuvuuteen: toisto, kodintuntu, tavan mukaisuus, taipumus vahvistaa totuttuja sukupuoleen liittyviä tapoja sekä kyky sopeutua ulkopuolelta tulevaan pakkotahtiin oman rytmensä mukaisesti.

Ihmiset kokevat arkensa nykyään yhä kiireisemmäksi. Arjen hallitsemiseksi ja ajan säästämiseksi on kehitetty paljon uusia tuotteita, kuten pikaruoka, pakastin, digiboksi, sähköinen asiointi sekä kännykkäeffalippu. Ajasta on tullut entistä tiiviimpi ja siihen sisällytetään enemmän tekemistä. Tästä johtuen, vaikka vapaa-aikaa on enemmän ja tekniikka auttaa arjessa, olemme yhä kiireisempiä. (Andersson & Tieteellisten seurain valtuuskunta 2011, 105.) Kalenterit tekevät elämästämme ennakoitavaa ja antavat mahdollisuuden rutiineihin. Arkipäivisin aikuiset ovat yleensä päivällä töissä ja lapset koulussa, joten silloin ei ole syntymäpäiväjuhlia tai lasten harrastuksia. Kalenterin avulla voimme koordinoida elämäämme. Toisaalta kalenterin koordinaatiokyky on vähentynyt, koska ajankäyttö on muuttunut joustavammaksi. Esimerkiksi työajan muuttuminen liukuvaksi ja kauppojen sunnuntaiaukiolojen lisääntyminen ovat purkaneet kalenterirytmia. (Andersson & Tieteellisten seurain valtuuskunta 2011, 110-111.). Voidaan myös sanoa, että arjesta on tullut juhlaa, sillä eri mediakanavat ylistävät arki-iltoja kotona. Monet ihmisten haaveista ja unelmista liittyy nimenomaan kotiin ja arkeen.

Arki ja elämänhallinta kulkevat rinnakkain. Kun arki sujuu, on elämäkin useimmiten hallinnassa. Friis, Eirola ja Mannonen (2004,51) näkevät, että elämänhallinnassa nuori on riippuvainen sekä ulkoisista tekijöistä että omasta sisäisestä vahvuudestaan. Tämän vuoksi on tarkasteltava myös nuoren vahvuuksia selvittä elämän stressitilanteista. Nuoren elämänhallinnan uskotaan liittyvän hänen elämäntilanteeseensa, terveyteen sekä terveysvalintoihin. Tässä elämäntilanne ja terveys heijastuvat yksilön voimavaroihin sekä toisinaan yksilöllisiin muutoksiin arjessa. Friis ym. (2004, 52-53) sanoo Pietilän, Eirolan ja Oikarisen nimittäneen tätä ilmiötä yksilön terveysmuotokuvaksi. Terveysmuotokuvan keskeisenä sisältönä on yksilön elämänhallinta, elämäntilanne, terveys ja terveysvalinta, voimavarat sekä muuttuminen. Tässä teoriassa yksilön elämänhallinta liittyy hänen elämäntilanteeseensa ja valintoihinsa terveytensä suhteen. Näin elämäntilanne ja terveys vaikuttavat yksilön voimavaroihin ja mahdollisesti arkeen. Nuoret, joilla elämänhallinta on vahva, sopeutuvat elämään ja ovat tyytyväisiä elämän eri osa-alueilla. Sosiaalinen ympäristö, kulttuuri- ja yhteiskunnallinen tausta voivat myös vaikuttaa elämänhallintaan ja terveyteen.

Aaltosen ym. (1999, 204) mukaan nuoren elämänhallinta voidaan jakaa ulkoiseen ja sisäiseen elämänhallintaan. Ulkoisella elämänhallinnalla käsitetään nuoren tuntemusta siitä, miten paljon hän pystyy vaikuttamaan ja ohjaamaan elämäänsä itsestään riippumattomista tekijöistä huolimatta. Ulkoiseen elämänhallintaan kuuluvat myös elämän päämäärät ja tavoitteet. Aineellinen ja henkinen tasapaino ovat myös osa ulkoista elämänhallintaa. Ajokortti, oma asunto, työpaikka ja koulutus ovat keskeisiä tavoitteita nuorelle. Sisäiseen elämänhallintaan katsotaan kuuluvan kyky sopeutua erilaisiin olosuhteisiin ja tilanteisiin. Tällä tarkoitetaan kaikkia niitä tapoja, joiden avulla nuori luo elämäänsä sisältöä ja merkitystä. Mielekkäiden tavoitteiden asettaminen elämälle ja niiden eteen ponnistelemisen katsotaan osoittavan vahvaa elämänhallintakykyä.

2.4 Yhteisöllisyyden merkitys

Jahren ym. (2006, 297) esittää, että tärkein verkosto ihmisille on oma perhe. Ystävät ja naapurit ovat tärkeitä tuen täydentäjiä ja usein tuen antaja on nainen. Ystävät antavat sekä tunneperäistä että käytännöllistä ja informatiivista apua, naapureilta saatava apu on usein lyhytaikaisempaa ja rajallisempaa. Suhde naapureihin myös vaihtelee asuinalueittain mukaan. Ihanteellinen tukiverkosto on avoin tai mahdollisimman hajautettu, jotta yksilö voi olla oma itsensä ja kuitenkin kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Perhekäsitys on muuttunut rajusti viime vuosikymmeninä. Aiemmin Suomessa oli yleisin maaseudun perhetyyppi, jossa nuorta ympäröi oman perheen lisäksi muitakin sukulaisia. Yhteiskuntaa ei tarvittu tueksi. Sittemmin maailma muuttui teollisuus- ja palveluyhteiskunnaksi ja perheet muuttivat maalta kaupunkiin. Vallitsevaksi perhetyypiksi muodostui pienperhe, johon

kuuluvat isä, äiti sekä heidän lapsensa. Useimmissa perheissä vanhemmat käyvät perheen ulkopuolella töissä, lapset ovat päivähoitossa ja kouluikäiset koulussa. Lisäksi perheellä on usein kodin ulkopuolisia harrastuksia. Pahimmillaan koti on vain paikka, jossa käydään peseytymässä ja syömässä ja sitten kaikki rientävät omiin menoihinsa. (Lämsä 2009, 22.)

Lämsä (2009, 28) sanoo, että nuorten riskit elämässä liittyvät sekä ongelmiin sosiaalisissa suhteissa että sosiaalisten suhteiden puutteeseen. Ne nuoret, joille tuki kotoa ja lähiympäristöstä ovat rajalliset, ovat kaikkein haavoittuvimpia. Riskitekijöitä ovat vanhempien päihteiden käyttö ja mielenterveysongelmat. Myös avioerojen yleistymisen katsotaan olevan riski nuoren kehitykselle, sillä yksinhuoltajaperheiden lapset ovat yliedustettuja lastensuojelun asiakkaina. Samoin erityisluokalle siirrettävä nuori tulee usein avioeroperheestä. Kyse on yleensä siitä, että yksinhuoltajien voimavarat eivät riitä lapsen kasvun tukemiseen, aika menee taloudellisten huolien ja käytännön asioiden hoitamiseen. Kun aikuisen tukea ei ole, lapsi joutuu aikuistumaan liian aikaisin. Käytännössä tämä voi ilmetä niin, että vanhemmat jättävät jopa alle kouluikäisen lapsen yksin kotiin mennäkseen hoitamaan asioita tai käymään ravintolassa. Tästä ilmiössä käytetään nimitystä murtunut vanhemmuus.

Ihmisen sosiaalinen verkosto muodostuu niistä ihmisistä, joiden kanssa hän on tekemisissä. Näillä henkilöillä on merkitystä toisilleen. Sosiaalisen verkoston laatuun ei ole merkitystä henkilöiden lukumäärällä tai kontaktien tiheydellä. Merkitystä on sillä, että verkostoon kuuluu yksi tai useampi henkilö, joihin yksilö luottaa ja jotka tukevat häntä tarvittaessa. Sosiaalinen tukiverkko voi kuitenkin myös aiheuttaa ongelmia. Erityisesti psyykkisten sairauksien kohdalla potilaat ovat kokeneet, että heitä ei ole perheessä kohdeltu riippumattomasti. Läheiset ovat tässä reagoineet potilaan sairauteen lisäämällä kontrollia ja ottamalla enemmän vastuuta. (Jahren, Nortvedt & Skaug 2006, 283-284.)

Sosiaali- ja terveysministeriön "Sosiaalisen kestävyuden käsite ja mallintaminen" -raportin (2011, 14) mukaan yhteisöllisyys ja osallisuus ovat tärkeitä tekijöitä yksilön hyvinvoinnin kannalta. Niillä on merkitystä myös suojaavina tekijöinä syrjäytymistä ja disorganisaatio-ilmioita, kuten rikollisuus ja huumeet, vastaan. Osallistuminen edellyttää yhteisten normien hyväksymistä, yksilön ja ryhmän välistä vuorovaikutusta sekä muiden huomioimista. Nämä edellyttävät luottamusta niin muita ihmisiä kuin yhteiskuntaa kohtaan. Osallistuminen tapahtuu sekä virallisten että epävirallisten suhteiden ja verkostojen kautta. Yhteisöön kuulumisen tuo mukanaan sosiaalista kanssakäymistä, se voi ylittää rodullisia, uskonnollisia ja sosioekonomisia rajoja sekä lisätä suvaitsevaisuutta, yhteenkuuluvuuden tunnetta, turvallisuutta ja luottamusta ihmisiin. Yhteisön toimintaa ohjataan aina tiettyjen normien ja arvojen kautta. Yhteiskunnassamme yhteisöllisyyden edistäminen kuuluu kaikille: valtionhallintoon, työelämään sekä paikallisille toimijoille. Eri järjestöillä on keskeinen asema mm. vertaistuki-toiminnassa sekä koordinoitaessa osallistumismahdollisuuksia syrjäytyneille ja vaikeassa tilanteessa eläville ih-

misille. Aikuisille yhteisöllisyys usein merkitsee vaikutusmahdollisuutta työpaikalla. (Kuhanen ym. 2010, 41.)

2.5 Syrjäytymisen riskitekijät

Syrjäytymisen tärkeimpiä selittäviä tekijöitä ovat heikko koulutus pohja sekä nuorisotyöttömyys. Kouluttamattomuudella on pitkäkantoisia seurauksia, se vaikuttaa usein sekä nuoren tulevan työuran pituuteen että laatuun. Vanhempien matalan koulutuksen ja huono-osaisuuden on huomattu helposti siirtyvän sukupolvelta toiselle. Maahanmuuttajanuorten riski kanta-väestöön verrattuna on 4-6 -kertainen. Samoin varus- ja siviilipalveluksen ulkopuolelle jäävät miehet ovat riskiryhmässä, heillä on myös enemmän psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia, päihdeongelmia, taloudellisia ongelmia sekä työttömyyttä verrattuna palvelukseen määrättyihin nuoriin. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012c.)

Aluehallintoviraston ”Nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi tehdyt toimenpiteet” -julkaisun (2009) mukaan nuorten pitkäaikaistyöttömyys, asunnottomuus, pitkä-aikainen toimeentulo-asiakkuus sekä näiden seurauksena elämänhallinnan menettäminen näkyvät nuorten pahoinvointina ja syrjäytymisenä. Syrjäytyminen tapahtuu asteittain. Vaikeinta se on, kun nuori putoaa useamman yhteiskunnan toiminnan ulkopuolelle. Usein syrjäytyminen lähtee liikkeelle koulutuksesta putoamisesta, vaikkakin raskain syrjäyttävä on ollut työttömyys. Ammattikouluttamattomilta nuorilta työmarkkinat ovat yleensä sulkeutuneet. Valtion ja kuntien on panostettava nykyistä enemmän nuoren syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Poikkihallinnollinen arviointiryhmä on tähän panostaen esittänyt 25 suositusta syrjäytymisen ja työttömyyden ehkäisemiseksi. Arviointiryhmän painopisteitä ovat koulutuksessa ja työmarkkinoilla tapahtuvan syrjäytymisen ehkäiseminen, taloudellisen syrjäytymisen ehkäiseminen, asuntomarkkinoilta syrjäytymisen ehkäiseminen, nuorisorikollisuuden ehkäiseminen sekä maahanmuuttajanuorten paremman kotoutumisen edistäminen.

Peruskoulun jälkeen 93-95 % nuorista jatkaa opiskelua toisen asteen opinnoissa (Tilastokeskus 2009). Anttila ym. (2010, 134-135) mukaan niitä nuoria, jotka eivät jatka opiskelua yhdistää usein se, että heillä ei ole harrastuksia eikä muutenkaan mitään aktiviteettia elämässään. Passiivisuus ei välttämättä ole pysyvä olotila vaan se saattaa liittyä aikaan, paikkaan ja tilanteeseen. Esimerkiksi koulutuksen ulkopuolelle jääminen ja tekemisen puute saattavat johtaa hetkelliseen passivoitumiseen. Passivoitumista on kuvattu myös epäonnistumisen käsitteellä. Tässä heikko itsetunto ja epäonnistumisen pelko saattavat johtaa epäolennaiseen toimintaan tehtävän kannalta. Tehtävään sopimattomalla tavalla toimimalla nuori jo etukäteen haluaa löytää syyn epäonnistumiselle. Kun nuori sitten epäonnistuu, hänen ajatuksensa epäonnistumisesta vahvistuu. Jos nuori taas onnistuu, hän tulkitsee sen helposti muiden ansioksi. Tällai-

nen kierre saattaa johtaa nuoren luovuttamiseen ja opittuun avuttomuuteen, nuori jää sivustakatosjaksi itseään koskevissa tärkeissä päätöksissä.

Yhtenä syrjäytymistä ehkäisevänä sosiaaliturvan tehtävänä katsotaan olevan aktivointi. Aktiivoinnilla tarkoitetaan sitä, että toimeentuloturvan saamisen edellytyksenä on asiakkaan oma osallistuminen työllistymistä edistäviin toimenpiteisiin. Tätä aktivointia ei käsitetä pelkästään vastineeksi toimeentuloturva-oikeuden saamiselle, sen voidaan katsoa olevan oikeus. Yksipuolinen oikeus toimeentuloturvaan johtaa helposti passiiviseen sosiaaliturvalla elämiseen ja syrjäytymiseen. Työttömien velvoittamisen uskotaan pidemmällä ajanjaksolla auttavan yhteiskuntaan integroitumista ja kannustavan omaehtoiseen toimeentulon hankkimiseen. (Raunio 2009, 276-277).

Etsivä nuorisotyö on yksi valtion tukitoimista nuorten auttamiseksi. Se on katsottu niin tärkeäksi toiminnaksi, että se sisällytettiin Nuorisolakiin 1.1.2011. Etsivän nuorisotyön tavoitteena on olla nuoren elämässä ja antaa hänelle mahdollisuus hyvään ja luotettavaan aikuiskontaktiin. Toiminnan ensisijainen tehtävä on auttaa niitä alle 29-vuotiaita nuoria, jotka ovat jääneet koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle. Opetus- ja kulttuuriministeriö tukee toimintaa taloudellisesti, mutta lain mukaan kunta on vastuussa toiminnan järjestämisestä. Vuonna 2012 valtion tuella tätä työtä teki yli 340 henkilöä 279 kunnassa. (OKM 2011.)

2.6 Terveys ja hyvinvointi

Terveys on yksi tärkeimmistä hyvinvointiin vaikuttavista asioista (Anttila ym. 2010, 30). Maailman terveysjärjestö WHO on määrittänyt vuonna 1946 terveyden seuraavasti: täydellinen fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen tila. Määritelmä on utopistinen, mutta toisaalta se on ollut askel pois päin puhtaasti sairauskeskeisen terveyden käsitteestä. Määritelmä antaa enemmän tilaa ihmisen omalle kokemukselle mielihyvystä, tyytyväisyydestä, selviytymisestä sekä ilosta tai mielihavasta. Ihmisestä voidaan puhua terveenä, jos hän kokee olevansa terve. Tästä näkemyksestä tulee arjen käsitys terveydestä, jossa mielihyvä on ihmisen toiveista suurin. Määritelmä kuvaa terveyttä inhimillisenä arvona, joka on paljon suurempi kuin sairauden vastakohta. (Jahren ym. 2006, 41-42.)

Terveyden kokemus tulee ihmisestä itsestään. Eriksson ym. (2012, 71) esittää Levineen (1973) ja Andrewsiiin ja Royhin (1986) viitaten, että yksilön hyvää vointia ja tasapainoa voidaan kuvaila kokonaisuuden tai eheyden tilaksi. Pyrkimys kohti tasapainoa on osa terveyttä. Kun yksilö voi hyvin, hän pystyy toimimaan itsenäisesti ja ylläpitämään omaa terveyttään. Eriksson ym. (2012, 71-72) viittaa Åstedt-Kurjen (1992) esitykseen, että terveyden ja hyvinvoinnin kokemus perustuu aina yksilön omiin arvoihin ja arjen kokemuksiin. Arvojen antama mieli-kuva terveydestä on jokaisella yksilöllinen ja ainutkertainen, se kuvastaa ajatusta hyvästä elämä-

tä. Åstedt-Kurki (ks. Eriksson ym. 2012, 72) on määritellyt terveyteen ja hyvinvointiin liittyviksi arvoiksi

- henkiset arvot ja uskonto
- vapaus
- rauha ja turvallisuus
- kauneus ja eheys
- huumori
- suhteet ympäristöön
- työ
- itsensä tunteminen
- ihmisenä kehittyminen

(Åstedt-Kurki 1992).

Eriksson ym. (2012, 72) mukaan se, miten yksilö tuntee oman tilansa, liittyy elettyihin arki-kokemuksiin. Tuntemuksilla tarkoitetaan paitsi sairauden tunnottomuutta, myös virkeyttä ja tyytyväisyyttä. Terveyteen liittyy osaksi myös pahan olon tunnetta erilaisista elämäntilanteista. Myös tieto omasta ja läheisten voinnista vaikuttaa terveyden kokemiseen. Yksilön nähdään olevan terve, kun hän pitää itsestään huolta ja hänellä on mielekästä toimintaa. Anttila ym. (2010, 30) sanovat, että mittaamalla ihmisen subjektiivista arviota terveydestään on todettu, että suurin osa suomalaisista kokee terveytensä hyväksi tai melko hyväksi. Arvio kuitenkin muuttuu iän myötä huonommaksi. Nuoremmissa ikäluokissa miehet kokevat oman terveytensä yleensä paremmaksi kuin naiset, vastaavasti vanhemmissa ikäluokissa naiset kokevat terveytensä paremmaksi kuin miehet.

Hyvä mielenterveys on ihmisen terveyden tukijalka. Mielenterveys ja fyysinen terveys ovat usein kiinnittyneitä toisiinsa. Mielenterveyteen voi jossain määrin vaikuttaa itse, mutta osa tulee ympäristön vaikutuksesta. Mielenterveyden ongelmat voivat olla joko arkikokemuksista johtuvia tai puhtaasti sairauskeskeisiä. Jokainen ihminen tarvitsee myös positiivisia kokemuksia oman mielenterveytensä tueksi. (Kuhanen, Oittinen, Kanerva, Seuri & Schubert 2010, 12.) Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaiseman hoitoilmoitusrekisterin mukaan (ks. Anttila ym. 2010, 33) psykiatrinen sairaanhoito on ollut 2000-luvulla nousussa etenkin 13-17-vuotiaiden keskuudessa. Samoin on todettu myös 18-24 -vuotiaiden ikäryhmässä, mutta kasvu on ollut loivempaa. Masennuslääkkeiden tarve on kuitenkin Kelan tietojen mukaan ollut kasvussa kaikissa ikäluokissa. Masennuslääkkeitä käyttävät etenkin naiset. Teini-ikäisillä tytöillä masennus on yleisempää kuin teini-ikäisillä pojilla. Kuitenkin alle 13-vuotiaiden kohdalla pojat syövät enemmän masennuslääkkeitä kuin tytöt.

Terveyttä katsotaan myös työterveydenhuollon palveluiden käyttämisen kautta. Terveydenhuollon palveluiden käyttäminen painottuu eri-ikäisillä ihmisillä eri tavoin. Lapset, nuoret ja työikäiset kuuluvat yleensä kouluterveydenhuollon, opiskelijaterveydenhuollon sekä työterveydenhuollon piiriin. Pitkäaikaissairaudet koskevat yleensä keski-ikäisiä ja ikääntyviä ja heidän terveydenhoitonsa painottuu erikoissairaanhoidon. Tapaturmien on huomattu olevan yleisempiä sekä nuorilla että miehillä. Tapaturma-alttiita ovat nuoret 16-24 vuotiaat sekä 25-64-vuotiaat miehet. (Anttila ym. 2010, 30.)

Hyvinvoinnin määritelmä on moniulotteinen ja vaikea tehtävä. Hyvinvoinnin kokemuksia voidaan pitää yksilöllisinä, vaikka ne usein sisältävät samanlaisia ominaisuuksia. Hyvinvointia voidaan rinnastaa elämänlaatuun. Jahren ym. (2006, 131) esittää Oreemiin viitaten, että hyvinvointia voidaan kuvata yksilön tyytyväisyyden tunteeksi ja hyväksi oloksi. Valitettava hyvinvointi tunnustetaan usein vasta, kun ihminen pääsee eroon epämiellyttävästä tilasta. Näin voidaan ajatella, että ihminen huomaa hyvinvoinnin puutteen vasta, kun voi huonosti. Hyvinvointia voidaan kuvata olotilaksi, joka on niin vapaa tuskasta kuin mahdollista.

Anttila ym. (2010, 45) tuo esiin kansalaisbarometrin (2009) selvityksen, jonka mukaan suomalaisten on todettu olevan yleensä tyytyväisiä hyvinvointiinsa. Hyvinvointia mitattiin kysymällä ihmisten tyytyväisyyttä elämän eri osa-alueisiin, kuten omaan elämänhallintaan, sosiaalisiin suhteisiin, fyysiseen ja henkiseen terveyteen, julkisten sosiaali- ja terveys-palveluiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksiin sekä uskoon politiikkaan ja oikeudenmukaisuuteen. Hyvinvointiarvio on yhteydessä ihmisen ikään ja terveyteen. Kun ikää tulee lisää ja toimintokyky alenee, arvio hyvinvoinnista laskee. Esimerkiksi, kun alle 25-vuotiaista 96 prosenttia kokee hyvinvointinsa vähintään melko hyväksi, 85-vuotiaista näin ajattelee enää ainoastaan 25 prosenttia. Terveystilan lisäksi myös elämänhallinnan kokemus koettiin tärkeäksi hyvinvoinnin tekijäksi. Se, kykeneekö huolehtimaan itsestään ja pystyykö vaikuttamaan tulevaisuuteensa, koettiin tärkeäksi hyvinvoinnin tekijäksi. Työikäisellä väestöllä työttömyydellä ja taloudellisella tilanteella oli heikentävä vaikutus hyvinvointikokemukseen.

Sosioekonomisella asemalla tarkoitetaan yleensä aineellisia ulottuvuuksia ja edellytyksiä. Niiden hankkiminen edellyttää koulutusta, ammattia ja asemaa työelämässä. Kaikilla näillä tekijöillä on selvä yhteys terveyden ja hyvinvoinnin kokemukseen. Sosioekonominen asema vaikuttaa myös siihen altistuuko ihminen työssään tai asumisessaan terveyttä vaarantaviin ja vahvistaviin tekijöihin. Sosioekonominen asema, arvot, perinteet ja sosiaalinen verkosto ohjaavat yksilön elintapoja. (THL 2013.). Paremmiin ansaitsevat ja korkeampiin sosiaali-luokkiin kuuluvat ovat keskimääräisesti terveempiä kuin vähäosaiset. Ero on nähtävissä elinajassa, sairauksien yleisyydessä sekä yksilön kokemuksessa omasta terveydestään ja toimintakyvystä. Somaattisia sairauksia, kuten syöpää, sydänsairauksia, diabetesta sekä kroonista keuhkosaira-

utta on enemmän alemmissa sosiaaliluokissa. Samoin mielenterveydelliset ongelmat ovat yleisempiä tässä väestöryhmässä. (Andersson ym. 2011, 53.)

2.7 Nuoren työttömyys ja keinoja sen torjumiseen

Työnteon merkitys on erilainen eri kulttuureissa. Länsimaisessa kulttuurissa työteolla ja toimeentulon ansaitsemisella on suuri merkitys. Suomessa ihmisen arvo on hyvin pitkälti mitattu työn tekemisellä. Työ on ihmiselle tärkeä osa aikuisen minuutta. Työ tuo elämään järjestystä, se luo sosiaalisen verkoston ja työssä ihminen on vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Yksi ihmisen perustarpeista on kuulua ryhmään, työpaikan avulla voimme tyydyttää myös tätä tarvetta. Ryhmän ulkopuolelle jääminen, tässä työpaikan puuttuminen, uhkaa tämän perustarpeen täyttymistä. (Pojjula 2003, 15-16.)

Työ- ja elinkeinoministeriön julkaiseman tiedotteen mukaan vuonna 2008 oli jopa 60 000 nuorta ilman työtä tai opiskelupaikkaa. Nämä nuoret eivät olleet myöskään työttöminä työnhakijoina, varusmiespalveluksessa, eläkkeellä tai perhevapaalla. Yhteiskunnallisten verkostojen ulkopuolelle jääminen voi vaikuttaa negatiivisesti nuoren elämään ja syrjäyttää. Myös sosioekonomisilla tekijöillä on vaikutusta nuoren työllistymiseen ja opiskeluun. Ulkomaalais-taustaisilla nuorilla riski on jopa monikertainen valtaväestöön verrattuna. Asunnottomalla on suurempi riski verrattuna niihin nuoriin, jotka asuvat vanhempiensa luona, perheessä elämisellä on merkitystä nuoren elämässä. Syrjäytyneiden nuorten vanhempien on havaittu olevan keskimääräistä useammin heikosti koulutettuja ja he kuuluvat alimpiin sosioekonomisiin ryhmiin. Usein vanhemmat olivat itsekin työttömiä ja syrjäytyneitä. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2011a.)

Suomen sosiaaliturva voidaan nähdä joko kalliina kustannuksena tai sijoituksena tulevaisuuteen. Laman jälkeinen aika 1990-luvulla opetti, että on hankittava vähintäänkin ammatillinen koulutus, jotta pääsee työmarkkinoille. Toisaalta on huomattu, että koulutus ei kuitenkaan takaa työpaikkaa. Nuoret ovat jossain määrin menettäneet uskoaan koulutukseen omien vanhempiensa ja muiden nuorten työttömyyden johdosta. Varsinkin toisen asteen koulutuksessa nuorten alttius jättää opinnot kesken on lisääntynyt niillä koulutusaloilla, joilla työllisyysnäkymät ovat heikot. (Lämsä 2009, 25.) Yhteiskunnan rooli työttömyyden ja syrjäytymisen ehkäisemisessä on tärkeä yhteiskunnallinen arvo, jolla on suuri merkitys tulevien sukupolvien näkökulmasta.

2.7.1 Yhteiskuntatakuu

Nuorten yhteiskuntatakuun tavoitteena on varmistaa, että nuori pääsee osalliseksi yhteiskuntaan työn tai opintojen kautta. Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen yhdeksi tärkeimmäksi hankkeeksi on nimetty nuorten yhteiskuntatakuu, joka astui täysimääräisenä voimaan

1.1.2013. Yhteiskuntatakuun tavoitteena on taata kaikille alle 25-vuotialle ja alle 30-vuotiaille vastavalmistuneille koulutus-, harjoittelu-, työpaja-, kuntoutus- tai työpaikka. Yhteiskuntatakuun työryhmä on kartoittanut esitykset, joilla vaikutetaan nuoren osallistumiseen. Kohderyhmänä ovat peruskoulun päättäneet nuoret, joilla ei ole koulutuspaikkaa tai tutkintoa, työttömäksi työnhakijaksi ilmoittautuneet nuoret sekä ne nuoret, jotka eivät ole missään aktiivisessa toiminnassa mukana. Nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi lisätään ammatillisen koulutuksen aloituspaikkoja, muutetaan ammatillisen koulutuksen opiskelupaikan saamisen kriteereitä sekä korotetaan työnantajan koulutuskorvausta ja tuetaan oppisopimuskoulutusta. Nuorten työttömien työnhakijoiden tukemista parannetaan lisäämällä työ- ja elinkeinopalveluiden toimistojen tehokkuutta ja uranohjausmahdollisuuksia sekä vakinaistamalla Sanssi-kortti, jonka tavoitteena on alentaa työnantajan kynnystä palkata nuori. Lisäksi halutaan tukea maahanmuuttajien valmiuksia opiskella sekä tarjota heille kielikoulutusta. Myös nuoren yrittäjyyttä halutaan tukea. Niiden nuorien auttamiseksi, jotka ovat pudonneet kaikesta yhteiskunnallisesta toiminnasta, säädetään kunnalle vastuu heidän ohjaamisestaan, vahvistetaan nuorten työpajatoimintaa, laajennetaan etsivä nuorisotyö koskemaan koko maata sekä tehostetaan nuorisolain muutoksen toimeenpanoa nuorten ohjaus- ja palveluverkostoissa. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2012b.)

2.7.2 Mahis-hanke heikossa työmarkkina-asetuksessa oleville

Mahis tarjoaa työtä, toimintaa ja tukea elämänhallintaan. Toimintaan kuuluvat muun muassa ruokapalvelu, siivouspalvelu, ompelu- ja kädentaidot, puu- ja metalliverstastyö sekä piha- ja luonnonhoitotyö. Osa työpaikoista on kaupungin oman organisaation eri yksiköissä. Mahiksen kohderyhmänä ovat pitkäaikaistyöttömät, toistuvaistyöttömät sekä muutoin heikossa työmarkkina-asetuksessa olevat, jotka tarvitsevat erityistä tukea työllistyäkseen. Mahis vahvistaa asiakkaan työllistymismahdollisuuksia järjestämällä kuntouttavaa työtoimintaa, eriaikaisia työllistymispolkuja sekä työkokeilupaiikkoja. Jokainen voi osallistua toimintaa omien mahdollisuuksien ja voimavarojen rajoissa. Toiminnan tehtävänä on myös tukea arjessa sekä järjestää pienimuotoista koulutusta ja liikunta- sekä virkistyspalveluita. (Lohja 2012.)

2.7.3 Monitoimikeskus tukena maahanmuuttajille

Monitoimikeskus tukee niin maahanmuuttajia kuin suomalaisiakin tarjoamalla työpaikan, harjoittelupaikan tai kokeilupaikan. Monitoimikeskuksen toiminnasta vastaavat vakituiset yhdistykset, jotka muodostavat kiinteän työryhmän erilaisten projektien kautta. Toiminnan pyrki- myksenä on kehittää verkostotyötä, luoda uusia toimintamalleja sekä rakentaa yhteistyötä yrittäjien kanssa. Samalla pyritään edistämään rasismin ja syrjinnän vastaista työtä ja tasa- arvoa. Toiminnan lopullinen tavoite on ehkäistä syrjäytyminen. Monitoimi-keskuksessa opis- kellaan suomen kieltä, järjestetään tilaisuuksia ja luentoja koskien hyvinvointia ja elämänhal-

lintaa sekä jaetaan työelämään liittyvää informaatiota. (Lohjan Monitoimikeskus 2013a.) Monitoimikeskuksen Maahanmuuttajien aktivointiprojekti tukee maahanmuuttajia heidän työllistymisessään. Projekti sisältää henkilökohtaista asiakkaan ohjaamista, työnantajan tukemista mahdollisten ongelmien selvittämisessä. (Lohjan Monitoimikeskus 2013b.)

3 Opinnäytetyön tehtävät ja tutkimusongelmien tunnistaminen

Opinnäytetyön tehtävänä on analysoida työttömän ja syrjäytymisvaarassa olevan elämää heidän arkensa, terveyden ja hyvinvoinnin sekä yhteisöllisyyden näkökulmista. Lähtökohtana on kuvata kokemus juuri sellaisena kuin se on. Työ on osa Pumppu-hanketta ja voi onnistuessaan antaa näkökulmaa nuoren hyvinvointipolun kehittämiseen.

Tutkimuskysymyksiä ovat:

1. Millainen on työttömän arki tai mikä sen merkitys on?
2. Miten työtön kokee oman terveytensä ja hyvinvointinsa?
3. Mikä on työttömän yhteisöllisyyden merkitys?

Opinnäytetyön vahvuudet ja heikkoudet liittyvät digitaaliseen tarinankerrontaan, aineiston tunnelman kokemuksen saavuttamiseen. Digitaalinen tarinankerronta on monelle vielä uusi käsite. Sen vahvuutena kuitenkin on, että nykyinen sukupolvi kokee teknologian osaksi sosiaalista yhteisöllisyyttään. Tämä näkyi mm. siinä, että halukkaita tarinankertajia ilmoittautui useita ja he olivat hyvin innostuneita asiasta. Vaikka jopa puolet alkuperäisistä henkilöistä kuitenkin viime hetkellä perui tulonsa, suuri tarve kertoa oma tarinansa välittyi selkeästi. Aineiston tunnelman kokeminen vaatii kykyä ymmärtää toisen ihmisen kokemusta. Teorialla ja tutkijan omalla elämäkokemuksella ja ymmärtämisellä on suuri merkityksen kokemuksen ymmärtämisen yhteydessä. Esiymmärtämisen käsitteleminen on tärkeä osa analysointia, opinnäytetyön tekijän tulee olla puolueeton eivätkä erilaiset arvopohjat saa vaikuttaa työhön. Jokainen tarina pyritään kokemaan ainutlaatuisena ja siitä etsitään vastauksia tutkimuskysymyksiin.

<p>VAHVUUDET (sisäiset tekijät)</p> <ul style="list-style-type: none"> - tarinat ovat innoittavia - tarinanteko on voimaannuttavaa - analyysin tekijä voi toimia itsenäisesti - analyysin tekijä oli mukana tekemässä tarinoita 	<p>HEIKKOUEDET (sisäiset tekijät)</p> <ul style="list-style-type: none"> - tarina on lyhyt kooste tarinasta - tarinan tunnelma ei välity - arvojen vaikutus - tarinoiden vähyys - analyysin tekijä sairastuu - kollegiaalinen tuki puuttuu
<p>MAHDOLLISUUDET (ulkoiset tekijät)</p> <ul style="list-style-type: none"> - digitarinat ovat innoittavia - tarinanteko on voimaannuttavaa - digitaalinen aikakausi - tarinoiden tekeminen on helppoa - tarinoiden tekeminen on mahdollista suurelle yleisölle - yhteisöllisyys 	<p>UHAT (ulkoiset tekijät)</p> <ul style="list-style-type: none"> - ihmiset pelkäävät kertoa tarinaansa - ihmiset kaunisteleval tarinaansa - tekniikka on liian haasteellista - Internetin laajuus - Internetin julkisuus

Taulukko 1: SWOT-analyysi

4 Analyysin toteuttaminen

Opinnäytetyön aineistona on käytetty seitsemää Laurean opiskelijatyönä keväällä 2012 tekemää digitarinaa. Innokkaita tarinankertojia oli runsaasti, joista opiskelijat valitsivat oman oppimisensa kannalta sopivan henkilön. Henkilön haastattelun perusteella tehtiin ääntä ja kuvaa yhdistämällä digitarina. Tarinoiden aiheet ja kokemukset olivat hyvin erilaisia, niistä heijastui ihmisen eletty elämä ja omaksutut selviytymiskeinot. Kaikki tarinat on esitetty liitteessä 1 siten, että tarina on kirjoitettu auki sanatarkasti. Lisäksi digitarinoiden tekijöiden, Laurean opiskelijoiden, haastattelutilanteessa tekemät havainnot on tuotu esiin, sillä ne antoivat lisäperspektiiviä analyysiin. Tarinoiden tunnelmaan vaikuttavat myös tarinoiden kuvat ja äänet. Niiden merkitystä ei pääsääntöisesti huomioida, sillä suurimmassa osassa tarinoita nämä tekijät olivat opiskelijan valitsemia, kohdehenkilö ei ole ollut mukana tarinan editoinnissa. Tarinan kuva voi olla merkitysyksikkönä niissä tarinoissa, joissa on käytetty haastateltavan henkilön itse antamia kuvia. Tässä otannassa Ammattina ihminen (tarina 1) sekä Perus-Jarin tarina (tarina 7) ovat sellaisia.

Tarinoiden keskeiset sisällöt olivat:

1. n. 50-vuotias eronnut nainen, joka asuu yksin koiransa kanssa. Lapset ovat aikuistuneet, hänellä on etäsuhde ulkomaalaisen miehen kanssa ja paljon ystäviä. Hän harrastaa maalausta, valokuvausta, ystäväntoimintaa ja matkustamista. Hänen taloudellinen tilanteensa on työttömyydestä huolimatta hyvä.
2. n. 30-vuotias eronnut nainen, jonka lapset ovat osittain huostaanotettuja. Hänellä on takanaan katkera ero ja nyt elämässä on uusi poikaystävä. Hän panostaa suhteeseensa, vaikka lasten tilanne on edelleen kriisissä. Hän on aloittanut juuri työhönvalmennuskurssin ja sanoo kokevansa elämänsä hyväksi.
3. Tarinassa on kaksi maahanmuuttajaa, Stacki ja Boris. n. 20-vuotias Stacki ei koskaan tullut haastatteluun, vaikka oli ensin innostunut asiasta. Tarinassa halutaan herättää miettimään, miten voisi auttaa Stackin kaltaisia nuoria. Boris, 28 vuotta, on toisenlainen. Hän on tavoitteita ja hän ponnistelee niiden eteen. Hän on naimisissa suomalaisen naisen kanssa ja ajaa työkseen linja-autoa.
4. n. 55-vuotias yksinäinen nainen, joka työttömyyden seurauksena asuu pienessä yksiössä. Hänelle lastenlapsien tapaaminen pienessä asunnossa on vaikea asia, siksi hän lainaa vierailuiden ajaksi ystävänsä asuntoa. Hän kirjoittaa paljon ja nauttii luonnossa olemisesta. Nainen korostaa sitä, että koskaan ei saa menettää toivoaan, läpi mennään vaikka harmaan kiven.
5. läkä rollattorin turvin kulkeva mies on jäänyt elämään yksin muistojensa varaan, hän ei odota tulevaisuudelta mitään. Hänelle rakkaita elämässä ovat hänen kaksi lastaan sekä lentäminen. Lentäminen on loppunut kauan sitten ja sen myöntäminen on ollut vanhalle miehelle pitkä tie. Vieläkin hän aamuisin ensimmäisenä katsoo, millainen lentosää on.
6. Tytön tarina alkaa siitä, kun peruskoulu päättyi. Tyttö ei tiennyt, mitä olisi halunnut opiskella ja hän jäi lopulta ilman koulutuspaikkaa. Siitä seurasivat vaikeudet kotona sekä itsetunnon menetys. Nyt, 19-vuotiaana, hän on alkanut taas voimaantua. Hän kokee nyt voivansa jatkaa elämäänsä siitä mihin se jäi ja hän katsoo tulevaisuuteen luottavaisena.
7. Perus-Jari on viisikymppinen mies, joka on elänyt kovan elämän päihdemaailmassa. Hän on käynyt pohjalla, mutta osannut ja halunnut lopulta hakea apua itselleen. Nyt hänen elämänsä näyttää hyvältä, hän on antanut anteeksi itselleen ja jatkaa elämänsä raittiina.

4.1 Tutkimusmenetelmän kuvaaminen

Opinnäytetyön tutkimusosio tehtiin laadullisena teoriaan perustuvana sisällönanalyysinä, nk. deduktiivisena sisällönanalyysinä. Lähestymistapana sovelletaan fenomenologista lähestymis-

tapaa, jossa tavoitteena on kuvata kokemusta juuri sellaisena kuin se on (Janhonen & Nikkonen 2001, 116).

Laadullinen tutkimusmenetelmä sopii tähän opinnäytetyöhön, sillä lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Todellisuus tulee ymmärtää moninaiseksi, jossa tapahtumat muovaavat toinen toisiaan. Analyysissä tulee aina muistaa arvolähtökohdat, sillä arvot muovaavat sitä miten ymmärrämme ilmiötä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157). Laadullisessa tutkimuksessa teorian merkitys on ilmeinen (Tuomi & Sarajärvi 2011, 18). Tässä opinnäytetyössä laadullista tutkimusta toteutetaan Tuomi & Sarajärven (2011, 28) kuvaamalla ymmärtävällä tutkimustavalla. Ymmärtämisellä tarkoitetaan pyrkimystä eläytyä tutkimuskohteiden henkiseen ilmapiiriin, ajatuksiin, tunteisiin ja motiiveihin. Koska toisen henkilön kokemuksen analysointi on mahdottomuudessaan vaativa, sovelletaan työssä fenomenologista lähestymistapaa. Hoitotieteessä fenomenologia tuottaa tietoa ihmisen arkielämään ja toimintaan liittyvistä kokemuksista ja niiden merkityksistä (Janhonen & Nikkonen 2001, 121).

4.1.1 Sisällönanalyysin vaiheet

Sisällönanalyysi on menetelmä, jossa analysoidaan suullista tai kirjoitettua kommunikaatiota. Lisäksi voidaan tarkastella tapahtumien merkitystä, seurauksia sekä yhteyksiä. (Janhonen & Nikkonen 2001, 21.)

Sisällönanalyysiin kuuluvat karkeasti seuraavat eri vaiheet:

- analyysiyksikön valinta
- aineistoon tutustuminen
- aineiston pelkistäminen
- aineiston luokittelu
- aineiston tulkinta
- aineiston luotettavuuden arviointi

(Janhonen ym. 2001, 24.)

Tässä opinnäytetyössä analyysiyksikkönä on henkilöiden puheenvuorojen ja kuvien kautta tuleva tunnelma tutkittavana olevista ilmiöistä. Aineistoon tutustutaan etsimällä ilmiöihin liittyvää teoriaa ja katsomalla ja kuuntelemalla tarinoita useaan kertaan. Lisäksi huomioidaan niitä asioita, mitä haastattelutilanteessa tuli esiin ja sitä, miten haastattelutilanne meni. Haastattelutilanteissa haastateltavat antoivat myös ulkoisella olemuksellaan sekä käytäytymisellään viitteitä tutkittavaan ilmiöön. Opinnäytetyön luotettavuutta mitataan sillä, löydetäänkö tuloksen ja aineiston välillä yhteys. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä aineiston pelkistäminen ja luokittelu tehdään etsimällä aineistosta teoriaan liittyviä asioita. (Jan-

honen ym. 2001, 32.) Tämän jälkeen aineisto luokitellaan ja pelkistetään tutkittavien ilmiöiden mukaisiin ryhmiin.

4.1.2 Fenomenologisen lähestymistapana

Tämän opinnäytetyön lähestymistavassa on sovellettu fenomenologista lähestymistapaa. Fenomenologisessa metodissa tutkimuskohteena on ensisijaisesti ihmisen kokemus (Metsämuuronen 2001, 161-162). Metsämuuronen (2011, 175) sanoo Latomaahan (2005) viitaten, että tunnetuin kansainvälinen fenomenologian metodi on Aneдео Giorgin esittämä, jossa on viisi eri vaihetta:

1. pyrkimys kokonaisnäkemykseen
2. jako merkitysyksiköihin
3. käänös tutkittavan yleiselle kielelle
4. yksilökohtaisen merkitysverkoston muodostaminen
5. yleisen merkitysverkoston luominen.

Kokonaisnäkemysten saamiseksi jokaiseen tarinaan tutustutaan moneen kertaan. Tarinoiden tunnelmaa tavoitellaan refleктоimalla omia kokemuksia ja pohtimalla aiheeseen liittyvää teoriaan. Tunnelma pyritään saamaan esiin juuri sellaisena kuin sen on. Tässä tutkijan omalla aikaisemmalla kokemuksella ja taustalla on merkitystä, ymmärrys erilaisiin elämäntilanteisiin ja lähtökohtiin tulee olla. Aineistosta etsitään yksiköitä, jotka sisältävät merkityksen. Tässä analyysissä pääasiallisia merkitysyksiköitä ovat tarinassa esiintyvät puheenvuorot ja ilmaisut. Puheenvuorot kietoutuvat toisiinsa ja saavan näin aikaan mielikuvan yksilön kokemuksesta. Joidenkin tarinoiden kohdalla myös tarinassa esiintyvä kuva voi olla merkityksellinen, silloin kuva on tarinan henkilön oma. Merkitysyksiköt liitetään yksilökohtaiseen spesifiseen merkitysverkostoon, joita tässä ovat arki, terveys ja hyvinvointi sekä yhteisöllisyys. Käänös tutkittavan yleiselle kielelle on tärkeä osa analysointia, jotta tutkittavan ilmiön ydin löytyy. Lopuksi tulee yleisen merkitysverkoston luominen, jossa merkitysverkostot yhdistetään tarinoittain. Näin saadaan tarinan kokonaisilmiö parhaiten esiin.

4.2 Opinnäytetyön etiikka

Laadullisen tutkimuksen käsittelyssä on kaksi tärkeää lähtökohtaa, luottamuksellisuus ja anonymiteetti (Eskola & Suoranta 2008, 56). On myös huomioitava, että analyysi ei saa vahingoittaa tarinoiden henkilöitä, parhaimmillaan se tukee heidän tietoisuuttaan tutkittavasta asiasta (Janhonen & Nikkonen 2001, 39). Työn eettisyyttä tukee myös se, että haastateltavat olivat itse hyvin innostuneita tekemään omasta elämästään tarinaa. Yksi eettisyyden tärkeitä periaatteita on ihmisen itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, jonka mukaan henkilön on saatava vapaasti valita haluaako osallistua tutkimukseen. (Hirsjärvi ym. 2007, 25.)

Fenomenologisessa metodissa korostuu ihmisen tutkimisen vaikeus. Ongelma on se, miten on mahdollista ymmärtää toista ihmistä ja miten se ymmärrettävyys parhaiten saavutetaan. Fenomenologisen metodin pyrkimys toisen ihmisen deskriptioon, joka on absoluuttinen mahdollisuus, lisää tutkijan vastuuta ja subjektiivisuutta. Tutkijan on määriteltävä oma paikkansa suhteessa ihmisiin, joiden elämästä hankkii tutkimusaineistoa. Fenomenologiassa korostuu luottamuksellisuus ja vaitiolovelvollisuus. Haasteellista tutkimuksessa voi olla sekä merkityskokemusten tunnistettavuus että kokemusten kuvaaminen niin, että henkilöä ei voida siitä tunnistaa. (Janhonen & Nikkonen 2001, 125-126.)

Fenomenologisessa tutkimuksessa esiymmärtäminen on tärkeä osa tavoiteltaessa kokemusta (Janhonen & Nikkonen 2001, 125). Esiymmärtämisen kannalta on tärkeää, että pystytään sulkeistamaan pois leimaavat mielikuvat työttömydestä ja syrjäytymisestä. Tässä työssä pohditaan jokaisen tarinan kohdalla tarkasti omat esiolettamukset ja mahdolliset negatiiviset käsitykset. Näin eettisyyden kannalta ongelmalliset kohdat saavat kasvat ja ne pyritään tietoisesti siirtämään syrjään. Perus-Jarin tarina (tarina 8) on tyypillinen tarina, jossa negatiiviset oletukset on poistettava aidon tunnelman tavoittamiseksi. Tarinan henkilöllä on taustalla alkoholiongelma, jonka syitä ja seurauksia ei tässä kohdin voi lähteä arvioimaan.

Eettisten lähtökohtien huomioiminen on vaativaa. Sen toteutumiseksi tutkijan tulee etukäteen valmistautua tehtävään ja eettisyyteen huolella. Haastateltavat kertoivat varsin avoimesti omasta elämästään sekä työttömyyden syistä ja seurauksista. Elämänarvojen ja -valintojen kunnioittaminen ja ymmärtäminen ovat tutkimuksen onnistumisen kannalta olennaisia näkökulmia. Jokaisen ihmisen elämän ainutlaatuisuus tulee ymmärtää. Tässä työssä ei lähdetä etsimään vastausta siihen, onko ihminen tehnyt elämässään oikeita ratkaisuja tai mikä on oikea tapa elää.

Opinnäytetyön tekeminen perustuu rehellisyyteen ja haluun kehittää omaa ammatillista kasvua. Työssä vältetään kaikkea epärehellisyyttä, jotta työ onnistuessaan tukee opiskelijan mahdollisuuksia soveltaa osaamistaan käytännön työelämässä. Rehellisyyden keskeisiin periaatteisiin kuuluu, että kenenkään toisen työtä ei plagioida, omia muita tutkimuksia ei plagioida, tuloksia ei yleistetä ilman kritiikkiä, tuloksia ei keksitä eikä kaunistella ja raportointi on rehellistä ja avointa (Hirsjärvi ym. 2007, 26.)

5 Tulosten tarkastelu

Analyysissä jokainen tarina kohdataan omanaan. Tarinoiden henkilöiden arkea, terveyttä ja hyvinvointia sekä yhteisöllisyyttä haetaan tarinoista reflektoinnin ja syvällisen pohdinnan kautta: mitä, miksi ja miten. Reflektointi ja esiymmärtäminen ovat tärkeitä osa-alueita työssä, tunnelman ainutlaatuisuuden kokeminen, niin kuin se on, vaatii herkkyyttä. Tarinoiden

henkilöiden sukupuoli- ja ikäjakauma on hyvin tasainen. Nuorin henkilö on 19-vuotias nainen ja iäkkäin eläkkeellä oleva mies. Opinnäytetyölle antaa lisä-arvoa se, että saatiin näin laaja-pohjainen otanta, henkilöiden eletty elämä ja erilaiset selviytymiskeinot olivat aistittavissa jokaisesta tarinasta. On hyvä katsoa elämän eri osa-alueita erilaisista elämäntilanteista, eri ikäluokista ja erilaisista sosiaalisista lähtökohdista peilattuna.

	n. 20 v lkm (%)	n. 30 v lkm (%)	>50 v lkm (%)	Yht. lkm (%)
Nainen	1 (14)	1 (14)	2 (29)	4 (57)
Mies	0 (0)	2 (29)	1 (14)	3 (43)

Taulukko 2: Aineiston sukupuoli- ja ikärakenne

5.1 Arjen ja elämänhallinnan kokemus

Arki on yksilöllistä, kaikille se kuitenkin on jokapäiväistä ja tavanomaista. Arkea tukevia tekijöitä tarinoissa ovat ihmisen oma henkinen tasapaino, itseluottamus sekä hyvät ulkoiset elämänhallintataidot. Kyky ja halu rakastaa ja tulla rakastetuksi antaa arkeen sisältöä ja arvokkuutta. Myös se, että elämässä on odotuksia ja toiveita tulevaisuudelta, on tärkeä osa arkea. Taito selvitä vastoinkäymisiä auttaa selviämään elämän karikoista, parhaimmillaan se opettaa myös huomaamaan elämän arvon. Heikentäviä tekijöitä tarinoissa ovat tunne, ettei kykene tekemään päätöksiä omasta elämästään, kykenemättömyys vastuunottoon, melankolisuus sekä syrjäytyminen. Arjen vaikeuksien kasvaessa liian suuriksi voivat omat voimavarat loppua. Läheisen tuki on tärkeää, mutta viime kädessä oma vastuunotto elämästä on ratkaiseva. Surumielisyyden ja kaihoisuuden menneisyyteen ovat tiettyyn rajaan saakka normaalia, liiallisuudessaan ne kuitenkin sairastuttavat.

Arki on onnellisempaa ja tasapainoisempaa niillä ihmisillä, jotka tekevät sen onnistumisen eteen töitä. Työttömällä arjen merkitys korostuu ja onnistuessaan se voi olla myös lahja, kuten eräs tarinan henkilöistä (tarina 1) sanoo:

Mutta kuten aiemminkin, olen kirjoittanut, sitten maalaan ja valokuvaan, taapaan ystäviäni ja annan aikaa lapsilleni ja rakkaalleni. Elän unelmaelämäni aikakylläisyydessä, jota vain harva uraihminen voi kokea

Arjen onnistuminen riippuu monista tekijöistä, mutta keskeisiä tekijöitä ovat ihmisen omat arjen taidot ja selviytymiskeinot. Oma aktiivisuus tai sen puute välittyy tarinoiden arjesta vahvasti. Niissä tarinoissa, joissa arki on hyvää ja tasapainoista, henkilön elämäkokemuksen aistii. Vaikeuksia ja onnistumisia on ollut ja luottamus tulevaisuuteen on kasvanut niiden myötä. Heikommin selviävät ne, joiden usko itseensä on kadonnut eikä tulevaisuutta nähdä enää mahdollisuutena. Päihderiippuvuus on yksi tekijä, joka heikentää merkittävästi mahdol-

lisuuksia selvitä arjesta. Kun ihmisellä on vakava päihderiippuvuus, ongelma myöntäminen on pitkä tie ja syyllisiä etsitään yleensä ulkopuolelta. Näin kävi myös alkoholisoituneen miehen tarinassa (tarina 7):

Oma alkoholinkäyttöni oli runsasta. Tunne-elämä vinksahaa. Syytin yhteiskuntaa ja kaikkia muita kuin itseäni

län myötä haasteet arjessa kasvavat ja vaativat kykyä sopeutua uuteen tilanteeseen. Naisilla arki oli tässä elämänvaiheessa tasapainoista ja onnellista, vaikka vaikeuksia ja haasteita olikin elämässä ollut. Vanhan miehen tarinassa (tarina 5) kuitenkin välittyy luovuttaminen. Tulevaisuutta ei ole, kaikki hyvä elämässä on takanapäin. Hänen liikuntakykynsä on rajoittunut, mutta liikkuminen on kuitenkin mahdollista. Hänen henkiset voimavaransa ovat ehtyneet, hänen päivänsä ja yönsä ovat muistoissa. Tarinasta välittyy arjen tyhjyys, yksinäisyys ja pettymys elämään:

Aika vaati veronsa ja punaisen koneen laulu sammui. Isän elämä jatkui, mutta iso pala oli siirtynyt muistojen lokeroihin. Vanhalle miehelle sen hyväksyminen oli pitkä tie. Aamulla hän ehkä vie rollaattorilla sitten taas roskat

Nuorilla kasvaminen kohti aikuisuutta on haasteellista ja riippuvainen monesta tekijästä. Työn- ja opiskelupaikan saaminen on tärkeä käännekohta elämässä, se on askel kohti aikuisuutta ja itsenäisyyttä. Tarinoista kahdella nuorella on selkeitä ongelmia löytää paikkansa yhteiskunnassa: Nuori maahanmuuttaja Stacki (tarina 3) ja peruskoulun päättänyt nuori tyttö (tarina 6), joka sairastui lopulta syömishäiriöön ja masennukseen. Heillä molemmilla arjen hallinta ja vuorokausirytmii hajoaa. Maahanmuuttajanuori Stackin tarinassa tämä näkyy siinä, miten haastattelu epäonnistui:

Olimme sopineet haastattelutapaamisen etukäteen Stackin kanssa, joka oli innostunut kertomaan oman tarinansa. Emme osanneet odottaa, että hän ei saavu paikalle. Tavoitimme hänet puhelimitse ja hän kertoi olleensa nukkumassa, unohtaneensa ja ettei ole kyytiä. Stacki lupasi soittaa meille vielä viiden minuutin kuluttua. Hänestä ei ole kuulunut mitään

Työttömyydestä seuraa useimmiten myös taloudellisia ongelmia. Niillä työttömillä, joilla taloudellinen tilanne on vakaa, työttömyys voi olla myös mahdollisuus. Näin kokee nainen (tarina 1), joka matkustelee paljon ja tekee niitä asioita, joita rakastaa. Toisenlainen tilanne on niillä, joiden aika menee miettimiseen miten saada laskut maksettua. Pahimmillaan työttömyydestä voi seurata jopa luopuminen omasta kodista. Vanhempi nainen (tarina 4) kertoo tilanteesta selviytymisestään näin:

Haluan tavata lapsenlapsiani, mutta yksiössäni se on mahdottomuus. Ongelmaan löytyy yleensä ratkaisu miettimällä, näin nytkin. Keksinkin keinoksi lainata tuttavaltani asuntoa

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka	
Silti näen tulevaisuuden mahdollisuutena, vaikka tässäkin hetkessä ei ole valittamista	Hän kokee elämänsä hyväksi	Hyvä olo	Henkinen tasapaino		
Nainen matkustelee paljon ja harrastaa ns. ystäväntoimintaa	Hän huomioi myös muita	Empaattisuus			
Hänellä on selkeä tavoite. sopeutua hyvin ja pian suomalaiseen yhteiskuntaan	Hänellä on tavoitteita elämälle	Uskoo itseensä	Itseluottamus		
Pärjäämisen eteen on pidettävä puoleensa, tarvittaessa oltava kova	Hän kestää paineita	Vastoinkäymisten kestäminen			
Haluan tavata lapsenlapsiani, mutta yksinöissäni se on mahdottomuus. Keksin keinoksi lainata tuttavaltani asuntoa	Hän asuu liian pienessä asunnossa	Kyky sopeutua	Hyvät ulkoiset elämähallintataidot		
AA:ssa oppii näkemään asian toisin. Vertaistuessa on taitavaa	Hän otti vastuun ongelmistaan	Ohjaa elämänsä			
Lapsia siunaantui kolme, ensimmäinen ja viimeinen vahin gossa. Perheväkivalta tuli kuvioihin.	Perhe-elämä oli epävakaata	Pelko ja uupumus			Umpikujaan joutuminen
Asuin liian pitkään kotona vanhempieni luona. Olin kykenemätön ottamaan vastuuta	Hän ei pystynyt itsenäistymään	Aikuistuminen hukassa	Kyvyttömyys ottaa vastuuta		Hyvää arkea estävät
Hän sanoo yhä, että onneksi on olemassa muistot, muistot antavat sisällön päiviin	Hän elää muistoilleen	Usko tulevaisuuteen mennyt	Melankolisuus		
Nukuin paljon ja päivärytmieni katosi	Hän valvoi yöt ja nukkui päivät	Päivärytmi katoaa	Syrjäytyminen		

Taulukko 3: Arkea tukevat ja heikentävät tekijät

5.2 Terveyden ja hyvinvoinnin kokemus

Terveyttä tukevia tekijöitä tarinoissa ovat mielihyvän kokeminen, eheyden tunne sekä oma yrittäminen ja sitkeys. Mielihyvän kokemus tulee pienistä asioista, luonnon kauneudesta, auringon paisteesta ja taivaalla olevista tähdistä. Eheyden saavuttaminen tulee esiin siinä, miten yksilö luottaa itseensä ja pystyy antamaan myös itselleen anteeksi. On tärkeää kyetä unohtamaan menneet, tehdä sovinto itsensä ja muiden kanssa. Terve ihminen pyrkii kohti tasapainoisuutta, hän kykenee toimimaan itsenäisesti ja pitää huolta omasta terveydestään. (Eriksson ym. 2012, 71.) Panostaminen omaan hyvinvointiin näkyy tarinoissa siinä, miten ihminen kehittää itseään tietoisesti. Hän käsittelee ongelmiaan, hakee niihin apua ja hänellä on tavoitteita ja odotuksia itselleen. Ahkeruus ja sinnikkyys antavat elämälle merkityksen, on syytä elää. Terveyttä ja hyvinvointia uhkaavia tekijöitä ovat yksinäisyys, vastuuttomuus sekä päihde- ja psyykkiset ongelmat. Yksinäisyys tuo elämään tyhjyyttä ja merkityksettömyyttä, tulevaisuudelta ei ole mitään odotettavaa. Psyykkiset ongelmat vaikuttavat paitsi tähän hetkeen, usein myös kauas tulevaisuuteen.

Henkinen tasapaino ja vastuunottaminen antavat hyvinvoinnille tukevan jalansijan. On tärkeää kyetä ottamaan vastuu tärkeistä asioista ajoissa, vanhemmuus on yksi sellainen asia. Nuoren eronneen äidin tarinassa (tarina 2) välittyä naisen kykenemättömyys ottamaan vastuuta perheestään:

Haastattelu jäi osittain kesken, sillä Minnalla oli kova kiire, hän oli lähdössä uuden poikaystävänsä kanssa etelänmatkalle.

On haasteellista saada rakennettua tervettä parisuhdetta, kun oma perhe on kriisissä. Tämä nuori nainen ei kykene näkemään tulevaisuuteen. Kun psyykkisellä tasapainolla tarkoitetaan yleensä riittävän eheää kuvaa omasta minästä, sisäisestä hyvästä kokemuksesta sekä tunteesta oman itsensä hallitsemisesta (Saarelainen, Stengård & Vuori-Kemilä 2000, 17), on tämän nuoren äidin mielenterveys suuressa vaarassa. Hän ei usko omaan itseensä vastuunottajana elämässään.

Hyvän olo näkyy siinä, miten ihminen hyväksyy itsensä ja oman inhimillisyytensä. On kyettävä näkemään itsensä riittävän hyvänä ihmisenä, ihmisenä joka tekee myös virheitä. Virheet on kyettävä kohtaamaan ja jättämään taakseen. Päihdeongelma aiheuttaa helposti rikkoutuneita ihmissuhteita, ahdistuneisuutta ja pettymystä itseän. Pahasti päihderiippuvaisen, raitistuneen miehen, kertomuksessa (tarina 7), miehen elämän on pelastanut oma tahto ja anteeksianto:

Eteenpäin mennään ja ennen kaikkea raittiina. Olen antanut itselleni anteeksi.

Pahan olon tunne on osa terveyttä (Eriksson ym. 2012, 72). Pahan olon käsitteleminen ja purkaminen on tärkeää, niiden kautta oppii myös näkemään hyviä asioita elämässään. Ihmiset purkavat tunteitaan eri tavalla. Kirjoittaminen, lähimmäisten auttaminen, ystävien tapaaminen, luonnossa samoilu ja taulujen maalaaminen ovat näiden tarinoiden henkilöiden keskeisiä mielenrauhaan vaikuttavia tekijöitä. Elämäkokemus on arvokas pääoma ja voi auttaa näkemään asioita suurempina kokonaisuuksina. Iäkäs nainen tarinassa kolme (3) sanoo näin:

Vaikeuksia ei elämästäni ole puuttunut, mutta olen halunnut niistäkin löytää jotain hyvää ja oppia virheistäni

Eriksson ym. (2012, 73) esittää Pietilään (2010) viitaten, että terve ihminen pystyy toteuttamaan omia elämänsä päämääriä. Nuoren maahanmuuttajan kertomuksessa (tarina 3) henkilöitä on kaksi, mutta päähenkilö ei koskaan tullut haastatteluun. Tarinasta välittyy kysymys, mitä niiden nuorten eteen voidaan tehdä, joita ei enää tavoiteta. Molemmilla tarinan henkilöillä on tavoitteita ja suunnitelmia, mutta toinen heistä ei pysty tekemään niiden eteen mitään. Tästä tarinasta välittyy voimakkaasti myös se, miten arki ja terveys kulkevat käsi kädessä. Kun arki ei toimi, terveys ja hyvä olo ovat vaarassa. Terveyden ja hyvinvoinnin eteen tulee tehdä töitä. Jos omat voimavarat eivät riitä, on nuoren läheisten tuettava nuorta tässä elämän suuressa taitekohdassa.

Vuorovaikutus ja kyky tuntea mielihyvää ovat tärkeitä asioita terveyden kannalta. Terveyden kokemus on suurelta osin subjektiivinen tuntemus. Vanhan miehen elämässä (tarina 5) välittyy yksinäisyys ja kaipuu menneisyyteen. Mitä vanhemmaksi ihminen elää, sitä enemmän elämäkokemusta hänelle tulee. Väistämättä tulee myös menetyksiä ja luopumisia. Terveydentilan heikkeneminen on selkeä terveydellinen menetys, mutta sen merkitys yksilölle on erilainen. Anttila ym. (2010, 30) sanoo naisten kokevan terveytensä paremmaksi kuin miesten. Näiden tarinoiden tunnelmassa tämä arvio osoittautuu todeksi: tarinoista kahdessa (tarina 1 ja 4) päähenkilönä on vanhempi nainen. Molemmat kokevat elämänsä arvokkaaksi ja heillä on paljon ystäviä. He myös tekevät paljon töitä hyvinvointinsa eteen. Mielihyvän hakeminen on heille tärkeä osa elämää. Iäkäs yksinäinen rouva (tarina 4) kuvaa olotilaansa näin:

Luonnossa liikkuminen koirieni kanssa on hyvä rentoutumiskeino ja voimavara. Voi kunpa joskus vielä olisi mökki luonnon keskellä, jossa voisi rauhassa miehistellä ja kirjoittaa. Elämä on yllätyksellinen, eikä koskaan kannata luopua unelmistaan ja toiveistaan. Usko huomiseen kannattaa aina.

Näissä sanoissa kuvastuu elämän monimuotoisuuden arvostaminen ja huomisen odotus.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty	Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Kevätaurinko paistaa, kävin aamulenkillä koirani kanssa	Hän nauttii arjen pienistä asioista	Positiivisuus	Mielihyvän kokemus	Hyvää oloa ja terveyttä tukevat
Taivaalla näin kirkkaana kuun ja tähdet	Hän näkee maailman ympärillään	Ymmärrys		
Olen varma, että muutaman vuoden kuluttua minkin tiedän mitä elämäntäni haluan	Hän luottaa tulevaisuuteen	Turvallisuuden tunne	Eheyden kokemus	Hyvää oloa ja terveyttä tukevat
Olen antanut itselleni anteeksi	Hän jättää menneet taakseen	Tahto alkaa alusta		
Hän on ponnistellut tavoitteidensa eteen etappi kerrallaan	Hän on sisukas	Ahkeruus	Oma panostus hyvinvointiin	Hyvää oloa ja terveyttä tukevat
Vaikeuksia ei ole elämästäni puuttunut, mutta olen halunnut niistäkin löytää jotain hyvää ja oppia virheistäni.	Hän haluaa kehittyä ihmisenä	Selviytymiskyky		
Kirjoittamalla olen purkanut vaikeita asioita	Hän purkaa tunteitaan	Avun hakeminen		
Minnalla (jonka lapset huostaan otettu) oli kova kiire, hän oli lähdössä uuden poikaystävänsä kanssa etelänmatkalle.	Hän ei näe elämässään olennaista	Heikko psyykinen tasapaino	Voimavaroja heikentävät tekijät	Hyvää oloa ja terveyttä estävät
Ryypättiin ties kenen korvauksia	Hän oli alkoholisti	Päihdeongelma		
Syytin yhteiskuntaa ja kaikkia muita kuin itseäni.	Hän ei ottanut vastuuta elämästään	Muiden syyttely		
Vanha mies oli taas yön elänyt entistä jo elettyä osaa elämästään	Hän elää täysin muistoissaan	Yksinäisyys	Heikot sosiaaliset verkostot	Hyvää oloa ja terveyttä estävät

Taulukko 4: Terveyttä ja hyvinvointia tukevat ja heikentävät tekijät

5.3 Yhteisöllisyyden merkitys

Yhteisöllisyys vaatii yksilöltä riittävästi sosiaalisia taitoja ja tarpeita. Kun ihminen on riittävän avoin ympäristölle, on hänen oma sosiaalinen piirinsä riittävä. Naiset katsovat myös lemmikin olevan tärkeä osa elämää, lemmikki tuo turvallisuutta ja rauhaa. Parhaimmassa tapauksessa yksilö voi antaa jotain itsestään myös muille, kuten vanhempi rouva toimiessaan ystävänä yksinäiselle (tarina 1). Se, että kykenee näkemään myös muiden ihmisten merkityksen, osoittaa kypsyyttä ja ihmisyyttä. Tarinoissa naiset korostavat miehiä enemmän ystävien merkitystä ja heillä myös on enemmän ystäviä kuin miehillä. Miesten puheenvuoroista ei korostu ystävien tapaaminen, perhe kuitenkin tulee esiin. Vertaistuen kokee tärkeäksi henkilö, jolla on rankka päihdetausta (tarina 7), hän ei puhu perheestään mitään. Tässä kohdin koin lapsuudenkodin alkoholiongelmien ja riitojen kasvattaneen häntä pärjäämään tarvittaessa yksin, sopiva määrä yksinäisyyttä voi toimia voimaannuttavana kokemuksena. Koulutuksesta ja työelämästä tipahdaminen aiheuttaa on nuorelle riski syrjäytyä, arjen haasteet tulevat liian suuriksi. Psykkiset ja päihdeongelmat ovat aina riski elämässä.

Hyvään oloon ja mielenrauhaan kuuluu riittävä määrä terveitä sosiaalisia kontakteja. Sosiaalisten kontaktien laatu on merkityksellinen, tämä tuli esiin varsinkin alkoholistimiehen (tarina 7) sanoissa, mutta myös kolmen huostaan otetun lapsen äidin (tarina 2) sanoissa:

On terveellisempää elää yksin kuin huonossa parisuhteessa

Mies ei antanut ottaa eroa vaan piti vankina kotonaan

Ensimmäisessä lauseessa tulee esiin miehen oma vastuunotto tilanteesta. Hän ei syytä ketään, mutta tietää parisuhteen olevan epäterve ja kykenee toimimaan sen mukaisesti. Nuori äiti siirtää vastuun miehelleen, hän ei luota omiin vaikutusmahdollisuuksiinsa. On vaikea sanoa tarinan perusteella millainen perhetilanne naisella on ollut ja mikä siihen on johtanut. Joka tapauksessa jokainen vanhempi on vastuussa lapsistaan ja lasten huostaanoton kohdalla on aika toimia. Ero ja uuden parisuhteen etsiminen harvoin on ratkaisu tilanteeseen. Ihminen kuitenkin luonnostaan kaipaa rakkautta, onnistuakseen se vaatii kuitenkin tasapainoista elämää. Lasten hädän hetkellä uuden terveen suhteen luominen on haasteellista.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty	Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka
Tapaan ystäviä ja annan aikaa lapsilleni ja rakkaalleni.	Hänellä on hyvät suhteet läheisiinsä	Yhdessäolo	Hyvät ihmissuhteet	
Boris oli suomalaisen naisen kanssa naimisissa ja hän ajoi linja-autoa.	Hänellä on perhe ja työpaikka	Kiinnittyminen yhteiskuntaan		
Lapsilla ja isoäidillä pitää olla mahdollisuus tavata toisiaan	Hänelle lapsenlapset ovat tärkeitä	Tärkeä rooli elämässä		
Hän on päässyt työhönvalmennukseen	Yhteiskunta tukee häntä	Aktiivinen tuki	Oma aktiivisuus	
Hänkin joi runsaasti, suhde ei ollut harmoninen. Erosin ja aloitin uuden elämäni yksin.	Hän päätti epäterveen parisuhteen	Elämän haasteet		
Minun olisi pitänyt tietää miksi haluan isona. Kaverit jo tiesivät, miksi minä en.	Hän pettyi itseensä	Ulkopuolisuus	Koulutuksesta tipahtaminen	
Lapset otettiin osittain huostaan. Minna sai apua ja uskalsi lopulta ottaa avioeron.	Perheessä oli vakava kriisi	Avioero ja lasten huostaanotto	Psyykinen pahoinvointi	
Illalla isä katsoo valokuvakehyksistä ensin kaksoisaa ja sen jälkeen punaista konettaan.	Hän kaipaamennyttä elämää	Melankolisuus		
Olin ollut viisi vuotta parisuhteessa, hänkin joi runsaasti.	Hän eli alkoholistin kanssa parisuhteessa	Huono parisuhde	Päihdeongelma	

Taulukko 5: Yhteisöllisyyttä tukevat ja heikentävät tekijät

6 Pohdinta ja johtopäätökset

Digitaalinen tarinankerronta herätti kohderyhmän keskuudessa suurta kiinnostusta. Tarve kertoa oma tarinansa oli suuri. Kaikilla ei siihen kuitenkaan vielä löytynyt voimavaroja, tästä kertoi se, että puolet alkuperäisistä haastateltavista perui tulonsa. Innostuneita oli kuitenkin niin paljon, että lähes kaikkien tilalle saatiin uusi haastateltava. Haastattelutilanteet olivat aitoja kohtaamistilanteita, jossa syntyi molemminpuolinen luottamuksellinen suhde. Henkilöt kertoivat omasta elämästään aidosti ja rehellisesti. Tarinoista tutkittavia ilmiöitä katsottiin ko-

konaisuuden kautta, sillä elämän eri osa-alueet ovat kietoutuneet toisiinsa. Kun oma henkinen tasapaino on hyvä, arki tuntuu hyvältä ja se heijastuu hyvän olon kokemuksena. Yhteisöllisyys kulki käsi kädessä muiden osa-alueiden kanssa, hyvin voiva ihminen haluaa olla myös sopivassa määrin lähellä muita. Syrjäytyminen kertoi pettymyksistä ja surusta. Työttömyys vaikuttaa väistämättä myös arkeen. Kun aikaa on paljon ja taloudellinen tilanne rajoittunut, haasteet arjessa kasvavat. Tilanteen voi kuitenkin kääntää myös voitoksi, on aikaa nauttia niistä asioista, joista muutoin ei ehtisi. Terveyden määritelmiä on monia, mutta Eriksson ym. (2012, 70) sanoo terveyden olevan myös sisäinen eheyden ja hallinnan kokemus. Näissä digitarinoissa yksilön terveydentila ja hyvinvointi ilmeni nimenomaan tämän kuvauksen kautta. Kyky tuntea mielihyvää, sisäinen rauha, taito käsitellä vaikeita asioita ja elämän arvostaminen, niiden kautta tulee esiin yksilön kokema hyvä olo. Terveyden kokeminen on subjektiivinen kokemus, johon vaikuttaa myös omat voimavarat. Voimavarat ovat jossain määrin myötäsyttyisiä, mutta niihin voi myös itse vaikuttaa (Eriksson ym. 2012, 70).

Etenkin yksin asuvien naisten tarinoissa korostui se, miten he panostivat omaan hyvinvointiinsa. Siihen kuului niin luonnossa oleminen, erilaiset harrastukset kuin rakkaiden ihmisen kanssa yhdessäolo. Etenkin perheen, lasten ja lastenlasten elämään kuuluminen oli heille tärkeää. Tarve rakastaa ja tulla rakastetuksi välittyi tarinoista. Myös lemmikkieläimet koettiin tärkeäksi ja niiden hyvinvoinnin eteen panostettiin. Parhaimmillaan rakkauden ja läheisyyden merkitys näkyi siinä, että kykeni antamaan omasta itsestään jotain myös niille, jotka olivat yksin. Lähimmäisen rakkaus on suuri lahja, joka antaa myös antajalleen iloa.

Työttömyys on aina kriisi elämässä, se heijastuu arkeen mm. taloudellisena epävarmuutena. Pahimmillaan työttömyys voi johtaa oman kodin menetykseen, josta selviäminen vaatii kykyä sopeutua ja ymmärtää elämän perimmäinen tarkoitus. Oman kodin menetys on kuitenkin monelle suurempi asia kuin muut taloudelliset menetykset, kyse on muistoista ja eletystä elämästä. Kun työttömyys ei aiheuta taloudellista ahdinkoa, voi ihminen kyetessään kääntää tilanteen myös mahdollisuudeksi. Kun työ ei sido, on mahdollisuus tehdä niitä asioita, jotka kiireen takia ovat aina siirtyneet tulevaisuuteen. Voi irrottautua arjesta, jolloin on mahdollisuus nähdä oma tilanne toisesta perspektiivistä. Aina siihen ei ihminen kuitenkaan kykene, vaikka taloudellisia mahdollisuuksia olisikin. Työn merkitys on monelle liian suuri, se on osa kuulumista yhteiskuntaan ja tulemistä hyväksytyksi. Työttömyyden kohdatessa voi häpeä ja pettymys olla niin suuri, ettei kykene antamaan itselleen mahdollisuutta nauttia elämästä. Häpeän tunne voi johtaa myös eristäytymiseen.

Nuorelle työttömyys tai opiskelupaikan puuttuminen on hälytysmerkki riskistä syrjäytyä. Tähän tulee puuttua riittävän ajoissa, sillä meillä ei ole varaa menettää yhtään nuorta. Nuoren tipahtaessa pois yhteiskunnan verkostoista, seuraa helposti arjen hallinnan menettäminen. On vaikea saada työtä tai opiskelupaikkaa, kun nukkuu päivät ja valvoo yöt. Samoin sosiaalinen

piiri muuttuu helposti heikompaan suuntaan, riski päihteiden väärinkäyttöön, huumekekeiluihin ja rikollisuuteen kasvaa. Nuoren itsenäistyminen on vaikeutunut monestakin syystä. On nuoria, joiden ei koskaan ole tarvinnut tehdä kotona mitään, heidän elämän-hallinnan taitonsa saattavat olla olemattomat. Toisaalta on niitä nuoria, joilla ei ole ollut koskaan aikuisen tukea elämässään. Aikuisen tuki ja ohjaus, kannustus aikuiseen itsenäiseen elämään, ovat tärkeitä tekijöitä kasvussa kohti aikuisuutta. Elämä kuitenkin kuljettaa ihmistä ja myös hyvän lähtökohdan elämälleen saanut nuori voi tehdä vääriä valintoja elämässään. Päihteet ja huumeet ovat tekijöitä, jotka pilaa monen nuoren ihmisen elämän.

Tarinoiden kertojiksi oli runsaasti ilmoittautuneita. He kaikki olivat hyvin innostuneita asiasta, mutta kuitenkin neljä (4) alkuperäisistä haastateltavista ei koskaan saapunut paikalle. Kaksi pois jääneistä vain jätti tulematta eikä vastannut enää puhelimeen. Kahteen muuhun henkilöön saatiin yhteys ja heillä oli useita syitä: oli unohtanut, nukkui, ei saanut kyytiä, ei saanut lastenhoitoa. Näistä kohtaamisista välittyi mielikuva siitä, että henkilö ei kyennyt tulemaan paikalle. Pitkään työttömänä olleen henkilön itsetunto on koetuksella, jolloin voi olla vaikeaa kohdata ihmisiä. Jatkuvat pettymykset työhaastatteluissa ja taloudellinen epävarmuus aiheuttavat väsymystä ja epäuskoa tulevaan. Sitoutuminen sovittuun tapaamiseen vaatii paitsi halua kertoa oma tarinansa rehellisesti, myös rohkeutta, aktiivisuutta sekä vastuuntuntoa.

6.1 Luotettavuus

Fenomenologisessa tutkimuksessa tärkeä osa tutkimusta on esiyymmärtäminen. Tässä työssä sulkeistaminen koski mielikuvia, jotka liittyvät alkoholin suurkulutukseen, äitiyden merkitykseen sekä lasten kaltoinkohteluun. Opinnäytetyön tekijä tunnisti omat esiolettamuksensa reflektoinnin avulla. Tärkeää on ymmärtää toisen ihmisen elämismaailma juuri niin kuin se on, ei työn tekijän arvoituksen kautta. Työtä ei ole annettu tarinoiden henkilöiden arvioitavaksi, joten on kiistanalaista arvioida miten tässä pyrkimyksessä on onnistuttu. On tärkeää, että opinnäytetyön tekijä ymmärtää omat rajallisuutensa toisen ihmisen kokemuksen ymmärtämiseen.

Deduktiivisessa sisällönanalyysissä teoriolla on tärkeä merkitys. Analyysiä tehdessä on aineiston sisältöä ja kokemusta verrattu etsittyyn teoriaan ja havaittu niissä selviä yhtäläisyyksiä. Nuorelle aikuistuminen ja oman paikan löytäminen ovat tärkeitä asioita ja näihin nuori tarvitsee aikuisen tukea ja rakkautta. Arjessa omat elämänhallinnan taidot sekä keinot selviytyä stressitilanteista ovat merkityksellisiä. Yhteisöllisyys, sen tarve ja taidot, vaikuttavat arjen sisältään. Naiset tutkimusten mukaan panostavat ystävyYTEEN ja ovat valmiita auttamaan muita, näin myös tarinoiden naisten tarinoista paistoi. MiehiEN tarinoissa ystävyYdestä ja perheestä ei puhuttu tai sitä käsiteltiin perheen elättämisenä. Terveyden on todettu olevan sub-

jektiivinen kokemus, näin myös näissä tarinoissa välittyi. Kukaan ei puhunut mitään terveydestään, mutta hyvä olo näkyi niissä tarinoissa, joissa arki oli hyvää ja ihminen sai rakastaa ja olla rakastettu.

Tutkimuksen validiteetti on luotettava, sillä tutkimuskysymyksiin nähden pystyttiin jokaisen tarinan kohdalla saavuttamaan tunnelma. Henkilön vapaan kerronnan ja esitietojen perusteella validiteetti saatiin paremmin esiin aitona, mitä se olisi ollut saavutettavissa suorilla kysymyksillä. Yksilölle annettiin vapaus luotettavassa ilmapiirissä kertoa oma tarinansa juuri niin kuin hän se haluaa kertoa. Reliabiliteettia ei pystytä osoittamaan, sillä aineistoa ei ole lähdetty tekemään uudelleen. Käytetyn aineiston suuri yhteys tutkittavien ilmiöiden teoriaan kuitenkin antaa viitettä otoksen onnistumisesta. On kuitenkin tärkeä muistaa, että on absoluuttinen mahdottomuus todeta onnistuneensa toisen ihmisen elämämaailman täydellisessä ymmärtämisessä.

6.2 Jatkotutkimusehdotukset

Haastatelluista henkilöistä useimmilla elämänhallinnan taidot ja elämäkokemus auttoivat selviämään työttömyydestä ja sen aiheuttamista ongelmista. Heillä oli elämässä opittuja keinoja, joiden avulla he purkivat pahaan oloaan. He myös sisukkaasti toimivat sen eteen, että elämän jokainen päivä oli hyvää ja arvokasta. Oma tahto ja voima on näin vankka perusjalka, jonka varassa ihminen elää. Tarinoista ja teorian pohjalta pystyi myös näkemään, että vanhemmilla ihmisillä oli enemmän keinoja selviytyä kuin nuorilla, samoin naisten keinot olivat erilaisia kuin miesten. Naisten sosiaalisuus ja halua auttaa auttoi myös heitä itseään elämässä.

Jäin kuitenkin miettimään niitä ihmisiä, jotka eivät tulleet haastatteluun. Miten voisimme auttaa niitä, joilla on halua nousta, mutta omat voimat eivät enää kannaa. He ovat luovuttaneet ja heidän elämänilonsa ja toivonsa on vaarassa kadota. Heidän auttamisensa ajoissa on tärkeää monestakin syystä. Yhtenä tärkeimmistä näkemyksistä pidän sitä, että meillä jokaisella on velvollisuus pitää huolta toisistamme. Apua tulee osata pyytää ja sitä on myös annettava. Ongelmana on kuitenkin se, että usein nämä ihmiset eivät pyydä mitään. He ovat omissa oloissaan ja syrjäytyvät niin yhteiskunnasta kuin omista läheisistään. Kysynkin, miten voisimme auttaa näitä läheisiämme?

Lähteet

- Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 1999. Nuoren aika. Porvoo: WSOY.
- Aluehallintovirasto. 2011. Nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi tehdyt toimenpiteet. Viitattu 24.11.2012.
<http://www.laanhallitus.fi/lh/etela/arvio/home.nsf/pages/94B42B5E1A03834DC2256C77004B49DF?OpenDocument>
- Andersson, L. & Tieteellisten seurain valtuuskunta. 2011. Kaikki irti arjesta. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Anttila, A-H., Kuussaari, K. & Puhakka, T. 2010. Ohipuhuttu nuoruus?. Helsinki: Yliopistopaino.
- Digital Storytelling. 2011. University of Houston. Viitattu 13.11.2012.
<http://digitalstorytelling.coe.uh.edu/>
- Eriksson, K., Isola, A., Kyngäs, H., Leino-Kilpi, H., Lindström, U.Å., Paavilainen, E., Pietilä, A-M., Salanterä, S., Vehviläinen-Julkunen, K. & Åstedt-Kurki, P. 2012. Hoitotiede. Helsinki: SanomaPro.
- Friis, L., Eirola, R. & Mannonen, M. 2004. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. Helsinki: WSOY.
- Hintikka-Varis, S. 2007. Sisällä vai ulkona - kohti perustuloa. Hyvinkää; SP-Paino Oy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Jahren, K. Nortvedt, N. & Skaug, F. 2006. Hoitotyön perusteet. Tanska: Narayana press.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY
- Jaskari, H. 2012. Orjatyötä vai kannustavaa aktivointia? Viitattu 12.2.2013.
<http://www.harrijaskari.fi/kirjoituksia/orjatyota-vai-kannustavaa-aktivointia/>
- Jokinen, E. 2005. Aikuisten arki. Helsinki: Gaudeamus.
- Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2009 Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Kuhanen, C., Oittinen, P., Kanerva, A., Seuri, T. & Schubert, C. 2010. Mielenterveys hoitotyö. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Laurea. 2011a. Pumppu-Hanke 5/2011-2/2014. Viitattu 20.10.2012.
http://www.laurea.fi/fi/cofi/hankkeet/Documents/pumppu_A4_suomi.pdf
- Lohja. 2012. Mahis-hanke. Viitattu 14.12.2012.
<http://www.lohja.fi/default.asp?sivu=1&alasivu=2445&kieli=246>
- Lohjan Monitoimikeskus. 2013a. Lohjan Monitoimikeskus on monenlaisten toimintojen sykkivä sydän. Viitattu 16.2.2013. <http://www.lohjanmonitoimikeskus.fi/>
- Lohjan Monitoimikeskus. 2013b. Maahanmuuttajien aktivointiprojekti. Viitattu 16.2.2013.
<http://www.lohjanmonitoimikeskus.fi/maahanmuuttajat.php>

Lämsä, A-L. 2009. Mun on paha olla. Juva: WS Bookwell Oy.

Niinistö, S. 2012. Presidentti Niinistö nuorten syrjäytymisestä: Tässä asiassa me kaikki olemme tekijöitä. 7.9.2012. Viitattu 13.11.2012.
<http://tpk.fi/Public/default.aspx?contentid=257071&nodeid=44807&culture=fi-FI>

OKM 2011. Etsivä nuorisotyö. Viitattu 24.11.2012.
http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rahoitus/etsiva_nuorisotyö/

Pojjula, S. 2003. Miten selviytyä työpaikan menetyksestä. Helsinki: Soili Poijula ja Kirjapaja Oy.

Raunio, K. 2008. Olennainen sosiaalityössä. Helsinki: Hakapaino.

Saarelainen, R., Stengård, E. & Vuori-Kemilä, A. 2000. Mielenterveys- ja päihdetyö. Porvoo: WSOY-Kirjapainoyksikkö.

Sandars, J & Murray, C. 2011. Digital Storytelling to facilitate reflective learning in medical students. Medical Education.
<http://web.ebscohost.com.nelli.laurea.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=4e6fc6cd-b6cb-4521-aaf7-8ec962ef9631%40sessionmgr114&hid=124>

Satu ja tarina. 2012. Viitattu 13.11.2012. <http://satujatarina.wordpress.com/about/>

Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä. Juva: WSOY.

STM. 2011. Sosiaalisen kestävyuden käsite ja mallintaminen. Viitattu 23.11.2012.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=3216386&name=DLFE-15314.pdf

Tapscott, D. 2010. Syntynyt digiaikaan. Porvoo: WS Bookwell.

THL. 2013. Mitä on eriarvoisuus. Viitattu 16.3.2013. http://www.thl.fi/fi_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus

Tilastokeskus. 2009. Peruskoulusta toiselle asteelle. Viitattu 16.3.2013.
http://www.stat.fi/artikkelit/2009/art_2009-03-16_001.html?s=0

Toogle. 2012. Lataa Windows Live Movie Maker ilmaiseksi. Viitattu 13.11.2012.
<http://windows-movie-maker.finnish.toggle.com/>

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2011a. Uutiskirje 24.3.2011: Suuri joukko nuoria työn ja koulutuksen ulkopuolella. Viitattu 15.3.2012.
http://www.tem.fi/index.phtml?102331_m=102399&s=4336

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2012b. Tiedotteet 2012: Nuorten yhteiskuntatakuu: koulutusta, työtä ja täsmäpalvelua. Viitattu 16.11.2012.
http://www.tem.fi/index.phtml?89506_m=105791&s=2467

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2012c. TEM raportteja 8/2012. Nuorten yhteiskuntatakuu 2013. Viitattu 17.3.2013. http://www.tem.fi/files/32290/TEMrap_8_2012.pdf

Kuviot

Kuvio 1: Teorettinen viitekehys.....	7
--------------------------------------	---

Taulukot

Taulukko 1: SWOT-analyysi.....	20
Taulukko 2: Aineiston sukupuoli- ja ikärakenne.....	25
Taulukko 3: Arkea tukevat ja heikentävät tekijät	27
Taulukko 4: Terveyttä ja hyvinvointia tukevat ja heikentävät tekijät	30
Taulukko 5: Yhteisöllisyyttä tukevat ja heikentävät tekijät	32

Liite 1. Digitarinat

Tarina 1: Ammattina ihminen, tekijät sairaanhoitajaopiskelijat Tiina Eronen ja Maria Pe-
täistö

Rakas päiväkirjani

Kevätaurinko paistaa, kävin aamulenkillä koiran kanssa

Ennen lenkille lähtöä pakkasin taskuun herkkupaloja koulutuspalkkioksi pienelle karvatassulle
Hmmm, herkkupaloja koulutuspalkkioksi

Oma herkkupalani, se on vielä saavuttamatta

Niin, se koulutus, johon olen halunnut jo jonkin aikaa, on minun herkkupalani

Jostain syystä en osaa sitä tempua vielä oikein

Mitenköhän voisin sen saavuttaa?

Usein kyllä saan positiivista palautetta kuulla ja se luo uskoa siihen, että minusta olisi siihen

Se ei kuitenkaan tunnu riittävän niissä lautakunnissa, jotka koulutukseen pääsystä päättävät

Monet kerrat olen hakemuksia täyttänyt ja pettynyt kerta toisensa jälkeen

Silti näen tulevaisuuden mahdollisuutena, vaikka tässäkin hetkessä ei ole valittamista

Olenhan ihminen

Mutta kuten jo aiemminkin olen kirjoittanut, sitten maalaan ja valokuvaan, tapaan ystäviä, ja
annan aikaa lapsilleni ja rakkaalleni

Elän unelmaelämäni aikakylläisyydessä, jota vain harva uraihminen voi kokea

Tekijöiden kertomaa:

Haastateltava oli n. 50-vuotias erittäin huoliteltu ja asiallinen nainen. Hän asui yksin, mutta
hänellä oli etäsuhde ulkomaalaisen miehen kanssa. Lapset asuivat jo muualla. Nainen matkus-
teli paljon ja harrasti ns. ystäväntoimintaa, hän vieraili säännöllisesti yksinäisen henkilön luo-
na. Hänen haaveensa oli päästä opiskelemaan lähihoitajaksi. Nainen halusi korostaa olevansa
ihminen, ei työtön. Tarina tehtiin päiväkirjan muotoon, sillä nainen itse piti päiväkirjaa. Kaik-
ki tarinan kuvat olivat naisen itse ottamia.

Tarina 2: Äiti on vähän väsynyt, tekijät sairaanhoitajaopiskelijat Sanna Kuparinen ja Mari-
ka Suomi

Tämä tarina kertoo kolmekymppisen Minnan elämästä

Valmistuttuaan Minna jäi työttömäksi

Hän muutti miehen perässä vieraalle paikkakunnalle, kaikki vanha jäi

Lapsia siunaantui kolme, joista ensimmäinen ja viimeinen vahingossa

Perheväkivalta tuli kuvioihin

”Mies ei antanut eroa vaan piti vankina kotona, jotta sai itse viettää
omaa elämänsä”

Minna yritti lähteä työelämään, mutta se ei onnistunut

Arki muuttui liian raskaaksi ja Minna uupui

Lapset otettiin osittain huostaan

” Saattoi mennä monta päivää pelkällä kahvilla ja silloin laihtuinkin liikaa”

Minna sai apua ja uskalsi lopulta ottaa avioeron

Hän on päässyt työhönvalmennukseen, jossa selvitetään millainen työ tai koulutus hänelle sopii

”Nyt jaksan taas hoitaa lapsiani ja pitää itsestäni huolta. Tuntuu, että kaikki alkaa olla hyvin - on syytä iloita paljon”

Tekijöiden kertomaa:

Tässä tapauksessa haastattelu tehtiin pitkän välimatkan vuoksi puhelimitse. Haastattelu jäi osittain kesken, sillä Minnalla oli kova kiire, hän oli lähdössä uuden poikaystävänsä kanssa etelänmatkalle. Loput kysymykset laitettiin hänelle sähköisesti ja hän vastasi niihin sähköisesti. Lapset ovat edelleen osittain huostaan otettuja.

Tarina 3: Mitä tapahtuu Stackille, tekijät sairaanhoitajaopiskelija Johanna Lankinen ja Zuhra Beronja

Olimme sopineet haastattelutapaamisen etukäteen Stackin kanssa, joka oli innostunut kertomaan oman tarinansa

Emme osanneet odottaa, että hän ei saavu paikalle

Tavoitimme hänet puhelimitse ja kertoi olleensa nukkumassa, unohtaneensa ja ettei ole kyytiä

Yritimme vielä aktivoida Stackia liikkeelle, onnistumatta

Boris on tullut Suomeen kaksi vuotta sitten osaamatta kieltä

Hänellä on selkeä tavoite, sopeutua mahdollisimman hyvin ja pian suomalaiseen yhteiskuntaan ja saada uuden ammatin ja työpaikan elättääkseen perheensä

Hän on ponnistellut tavoitteidensa eteen etappi kerrallaan

Aina, kun ihminen aloittaa nollasta, elämä on vaikeaa alkuperäisestä tilanteesta riippumatta

Halu sopeutua uuteen ja saavuttaa tavoitteita tuntuu lähtevän ihmisestä itsestään

Matkalla tavoitteisiin saattaa altistua syrjäytymisen uhalla

Stacki lupasi soittaa meille vielä viiden minuutin kuluttua

Hänestä ei ole kuulunut mitään

Mitä Stackille tapahtui?

Tekijöiden kertomaa:

Stacki, joka ei koskaan tullut, oli arviolta n. 23-vuotias, hänen kanssaan käytiin keskustelua vain puhelimitse. Haastatteluun saatu Boris oli suomalaisen naisen kanssa naimisissa ja hän

ajoi linja-autoa Helsingissä. Hän oli n. 28- vuotias. Tarinan nimellä halutaan herättää keskustelua miten pystytään auttamaan Stackin kaltaisia maahanmuuttajia?

Tarina 4: Tarina elämästä, tekijät sairaanhoitajaopiskelijat Pia Kansikas ja Ulla Järvenpää

Toivo, usko elämään ja positiivinen elämänasenne vaikeinakin päivinä on kantanut minua
Vaikeuksia ei elämästäni ole puuttunut, mutta olen halunnut niistäkin löytää jotain hyvää
ja oppia virheistäni

Elämässäni olen tehnyt monenlaisia töitä ja tehtäviä, kirjoittamalla olen purkanut vaikeita
asioita ja ottanut kantaa tärkeisiin, yhteiskunnallisiin asioihin

Haluan tavata lapsenlapsiani, mutta yksiössäni se on mahdottomuus

Ongelmaan löytyy yleensä ratkaisu miettimällä, näin nytkin

Keksin keinoksi lainata tuttavaltani asuntoa

Lapsilla ja isoäidillä pitää olla mahdollisuus tavata toisiaan

Pitkäaikaisesta työttömyydestä on seurannut minulle taloudellisia haasteita ja hankaluuksia,
jonka takia asun pienessä kerrostalo-asunnossa

Työttömyys ei saisi haitata minun mahdollisuuttani olla ihminen, mummo, kokeva ja tunteva

Periksi ei anneta, mennään vaikka läpi harmaan kiven

Tietty periksiantamattomuus, sinnikkyys, auttaa pärjäämään työttömyyden tiellä

Luulen, että minusta saa erheellisesti kovan tuntuksen kuvan ulkopuolisin silmin

Pärjäämisen eteen on pidettävä puolensa, tarvittaessa oltava kova

Erityisen rakkaana muistan vuoden, jonka asuin pienessä mökissä maaseudun rauhassa

Taivaalla näin kirkkaana kuun ja tähdet

Luonto ja sen ihmeellisyys

Luonnossa liikkuminen koirieni kanssa on hyvä rentoutumiskeino ja voimavara

Voi kunpa joskus vielä olisi mökki luonnon keskellä, jossa voisi rauhassa mietiskellä ja kirjoit-
taa

Elämä on yllätyksellinen, eikä koskaan kannata luopua unelmistaan ja toiveistaan

Usko huomiseen kannattaa

Tekijöiden kertomaa:

Haastateltu nainen oli iältään n. 55- vuotias. Nainen oli ulkoiselta olemukseltaan hyvin per-
soonallinen ihminen. Hän sanoi häpeävänsä sitä, että asuu pienessä yksiössä. Hän oli kertonut
lapsuudestaan erikoisen tarinan, joka jäi mietityttämään haastattelijoita: Hänellä oli paljon
sisaruksia. Lapsuudessaan he asuivat pienessä mökissä maaseudulla. Lapsuudenkodissa ei kos-
kaan puhuttu. Vasta, kun äiti oli kuollut, alkoivat sisarukset keskustella keskenään. Mitään
syytä nainen ei osannut asiaan sanoa.

Tarina 5: Isä, tekijät sairaanhoitajaopiskelijat Tiina Turunen ja Hannele Penttilä

Hän herää aamuisin katsomaan ikkunasta millainen on lentosää
Vanha mies on taas yön elänyt entistä jo elettyä osaa elämäänsä
Katson isääni vieläkin pienen tytön silmin, häntä ja hänen elämäänsä,
kärsivällisyyttä ja rakkautta
Isi, kaksoisveljeni ja minä
Sitten oli kolmas, pieni, punainen ja nopea, jonka kehräykseen nukahdin yhtä usein,
kuin isän lauluun
Lentokentän äänet, meidän suuri hiekkalaatikkomme
Silloin tiesin isän elävän, mitä huimemmin ja kovemmin, sen lujemmin hän eli
Joskus pelotti, mutta isä tuli aina takaisin
Aika vaati veronsa ja punaisen koneen laulu sammui
Isän elämä jatkui, mutta iso pala oli siirtynyt muistojen lokeroihin
Kyllä me ymmärsimme sen tyhjän tilan
Vanhalle miehelle sen hyväksyminen oli pitkä tie
Hän sanoo yhä, että onneksi ovat muistot, muistot antavat sisällön päiviin
Illalla isä katsoo valokuvakehyksistä ensin kaksosiaan ja sen jälkeen punaista konettaan
ja toivoo nukahtavansa uneen, jossa hän taas seuraavan yön saa tuntea elävänsä
Aamulla hän ehkä vie rollaattorilla sitten taas roskat



Kuva 1: Isä

Tekijöiden kertomaa:

Tarinan Isä oli jäänyt leskeksi ja pienten kaksosten yksinhuoltajaksi. Myöhemmin kuvaan oli tullut äitipuoli, joka jossain vaiheessa hylkäsi miehen. Isällä oli yksi intohimo, lentäminen. Kaksosten koko lapsuus pyöri lentämisen ympärillä, he olivat aina isän mukana. Myöhemmin

isää kohtasi työttömyys ja sitä kautta hänellä ei ollut enää mahdollisuutta harrastaa lentämistä. Mies on hyvin yksinäinen ja koko elämä on muistojen varassa. Unissaan hän edelleen joka yö lentää.

Tarina 6: Vaikea valinta, sairaanhoitajaopiskelija Jezina Kärkkäinen ja Maarit Lahti

Olin vasta 15-vuotias ja minun olisi pitänyt tietää miksi haluan isona
Kaverit jo tiesivät, miksi minä en
Nukuin paljon ja päivärytmieni katosi, kotona oli vaikeaa
Vanhemmat painostivat tekemään ratkaisuja
Tunsin oloni yksinäiseksi ja epäonnistuneeksi
Muutin siskoni luokse, jotta saisin aikaa ajatella
Mutta silti väsyin ja sairastuin vakavasti
Nyt olen 19-vuotias ja pystyn jatkamaan elämääni siitä mihin se sairastuttuani jäi
Minulla on työ, jossa viihdyn ja saan olla oma itseni
Tunnen itseni jälleen tarpeelliseksi, yhteiskunnan jäseneksi
Olen varma, että muutaman vuoden kuluttua minäkin tiedän mitä elämältäni haluan



Kuva 2: Vaikea valinta

Tekijöiden kertomaa:

Tarinan nuori, oli ujon oloinen, siisti ja hento nuori tyttö. Hän oli kertonut, miten oli sairastunut lopulta paineiden alla syömishäiriöön. Nyt hän sanoi olevansa jo voiton puolella sairauden kanssa ja hänellä oli suunnitelmia tulevaisuutensa varalle. Tytöllä on yksi luotettava ystävä, jonka kanssa voi keskustella luottamuksellisesti. Hänelle työpaikka on tärkeä, koska silloin on omaa rahaa. Kun häneltä kysyttiin, mitä hän uskoo tekevänsä viiden kuluttua, tyttö oli vastannut uskovansa olevansa opiskelemassa.

Tarina 7: Perus-Jarin tarina, sairaanhoitajaopiskelija Mats Stenström

Isäni oli alkoholisti, meillä oli paljon riitoja
Asuin liian pitkään kotona vanhempieni luona
Olin kykenemätön ottamaan vastuuta
Oma alkoholinkäyttöni oli runsasta
Tunne-elämä vinksahaa
Syytin yhteiskuntaa ja kaikkia muita kuin itseäni
Olin pätkätyöläinen ennekuin koko sanaa edes lanseerattiin

En halunnut pitää työpaikkajani
Ryypättiin ties kenen korvauksia
Koen, että olin syrjäytynyt
Päihdekliniikka auttaa kyllä, sieltä saa pillereitä naamaan. Auttaa akuuttiin hätään, ei krooniseen
Tuli oma pohja vastaa
Halusin raitistua
Olin ollut viisi vuotta parisuhteessa. Hänkin joi runsaasti, suhde ei ollut harmoninen.
On terveellisempää elää yksin kuin huonossa parisuhteessa
Erosin, aloitin uuden elämäni yksin.
Hakeuduin AA:han
Tämä hetki oli elämäni käännekohta
Alkoholisti näkee syyn aina jossain muualla, AA:ssa oppii näkemään asian toisin.
Vertaistuessa on taikaa
Minulla on nyt hyvä elämäntilanne, olen ollut työttömänä vain viisi kuukautta.
Olen menossa keväällä yrittäjäkursseille, liikeidea ja unelma on valmiina
Eteenpäin mennään ja ennen kaikkea raittiina
Olen antanut itselleni anteeksi



Kuva 3: Perus-Jarin tarina

Tekijän kertomaa:

Tarinan taustassa on muutama henkilön itse maalaama kuva. Tekstitys on pyritty mahdollisimman tarkasta laittamaan henkilön omien sanojen mukaiseksi. Tarinan päähenkilön ulkoisessa habituksessa näkyi kovan elämän jäljet.