

**”JOTAIN KIVAA KALENTERISSA TIEDOSSA”**  
**Selvitys varhaisaikuisuutta elävien diakoniatyön asiakkaiden elämästä**  
**Ähtärissä**

Arja Ollikainen  
Opinnäytetyö, syksy 2013  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Diak, Järvenpää  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Diakonisen sosiaalityön  
suuntautumisvaihtoehto  
Sosionomi(AMK)-diakoni

## TIIVISTELMÄ

Ollikainen, Arja. ”Jotain kivaa kalenterissa tiedossa”. Selvitys varhaisaikuisuutta elävien diakoniatyön asiakkaiden elämästä Ähtärissä. Järvenpää, syksy 2013, 51 s., 1 liite.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, DIAK Järvenpää, sosiaalialan koulutusohjelma, diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) -diakoni

Diakoniatyössä tulee olla tutkiva työote ja etsivällä työllä tulee tunnistaa ja ennakoita avun tarve. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää varhaisaikuisien kokemusta siitä, millaista on heidän elämänsä arki, heidän vahvuutensa elämässä ja kuinka he voisivat toimia Ähtärin seurakunnassa. Tiedon perusteella diakoniatyötä voidaan kehittää niin, että se vastaa heidän tarpeitaan.

Tämän laadullisen tutkimuksen aineisto kerättiin puolistrukturoiduin teemahaastatteluin. Haastattelut tehtiin pääosin asiakkaiden kodeissa. Tutkimukseen osallistui viisi 22–35-vuotiasta diakoniatyön asiakasta. Tutkimusaineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällön analyysimenetelmällä.

Varhaisaikuisien arjen keskiössä oli koti. Lapsiperheissä arki rytmittyi lasten tarpeiden mukaan. Vanhempien sosiaalinen verkosto muotoutui ja vertaistuen saanti tapahtui usein lasten toimintojen kautta. Työ koettiin tärkeäksi. Yhteistä kaikille haastatelluille oli haaste selviytyä pienillä tuloilla. Tutkimuksessa tuli selvästi näkyviin yhteys elämänkaariteoriaan ja nykyhetken yhteiskunnallisiin ilmiöihin sekä tutkimustuloksiin mielenterveysongelmista, terveyden kokemisesta ja lapsiperheiden köyhyydestä.

Lapsiperheillä oli tarve saada lastenhoitoapua. Kotiäiti koki tilanteensa taloudellisesti huonoksi. Sivukylillä asujat totesivat, että oma auto on heille liikkumiseen välttämätön, mutta tuo kustannuksia. Vahvuudeksi koettiin taidot kodin askareissa ja lastenhoidossa. Myös elämäkokemus oli vahvuutena.

Yhteys seurakuntaan syntyi lasten kautta. Omaa toimintaa seurakunnassa ei ollut ajateltu. Syynä kerrottiin olevan ajan puute ja se, että ei jakseta lähteä. Kaivattiin tapahtumia perheille ja vertaisryhmille. Joitakin kiinnosti osallistuminen niiden järjestelyihin.

Tulokset olivat samansuuntaisia työn teoriaosassa olleiden aikaisempien varhaisaikuisia ja diakoniatyön kehittämistä koskevien tutkimustulosten kanssa. Opinnäytetyötä ja sen tuloksia käytetään Ähtärin seurakunnan diakoniatyön kehittämiseen.

Asiasanat: aikuistuminen, diakonia, elämänkaari, teemahaastattelu

## ABSTRACT

Ollikainen, Arja. Knowing something nice to wait for in the calendar. A report of the young adult clients of social work in Ähtäri. 51 p. Appendix 1. Language: Finnish. Järvenpää, Autumn 2013.

Diaconia University of Applied Sciences, Option in diaconal social work. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of the bachelor's thesis was to survey the early adults' experiences of their everyday life and what strengths they have in their life. Furthermore, to find out how they could participate and act in Ähtäri parish. This information helps to develop the diaconal work.

In this qualitative research the data was collected by using semi structured theme interviews. The interviews were mainly made at the homes of clients. Five people between the ages of 22–35 years from the diaconal social work clients were taking part in the survey research. The answers were analyzed by data based content analysis.

As a result, the study showed that for the young adults the home was important during the weekdays. Parents' life revolved around the children's needs. The work was also considered important and all of the interviewees had to cope on low incomes.

In this study there was also a clear connection with life course theory, current social issues and with results from other studies concerning mental health problems, health experiences and the poverty of families with children.

Families with children were in need of help with child care. Different household duties, child care and everyday challenges were considered the strong elements in the family life according to those studied.

Contact with the parish came by children. Parents were not joined forces with others in the parish. Explaining to that was the lack of time and strength. Especially there was a wish for events for families and more limited target groups.

Key words: diaconal, young adult, the course of one's life, theme interview

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 TOIMINTAYMPÄRISTÖ ÄHTÄRISSÄ.....	7
3 DIAKONIATYÖ .....	11
3.1 Mitä on diakonia?.....	11
3.2 Diakoniatyön tavoitteita ja esiin tuotuja ajatuksia työn kehittämistä .....	12
4 VARHAISAIKUISUUS.....	15
4.1.Varhaisaikuisuus elämänkaariteorian mukaan.....	15
4.2 Ympäröivä hektinen maailma .....	18
4.3 Ongelmina mielenterveys, sairaus ja köyhyys.....	19
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET .....	21
7 TUTKIMUKSEN KULKU .....	23
7.1 Tutkimuksen haastateltavat .....	23
7.2 Tutkimusaineiston hankinta ja käsittely .....	24
7.3 Haastattelujen toteutus .....	24
7.4 Aineiston analysointi.....	26
8 TUTKIMUSTULOKSET.....	28
8.1 Varhaisaikuisen arjen ytimessä koti ja perhe.....	28
8.2 Toiveita paremmasta .....	33
8.3 Vahvuutena oma osaaminen .....	36
8.4 Yhteys seurakuntaan .....	37
8.5 Tutkimuksen aineiston ja teorian yhteys .....	38
9 POHDINTA.....	40
9.1 Tutkimuksen luotettavuus ja etiikka .....	40
9.2 Kokemuksia opinnäytetyöstä.....	41
9.3 Tuliko tutkimuksessa uutta aikaisempaan? .....	43
9.4 Mahdollisia toiminta-aihoita.....	43
LÄHTEET .....	46
LIITE 1 Teemahaastattelun runko .....	51

## 1 JOHDANTO

Olen tässä opinnäytetyössä kerännyt tietoa ähtäriläisten varhaisaikuisten elämästä teemahaastatteluin. Haastateltavat olivat diakoniatyön asiakkaita, iältään 22–35-vuotiaita. Halusin saada selville, millaista heidän arkensa on ja miten diakoniatyötä tulisi kehittää, jotta se parhaiten vastaisi heidän tarpeisiinsa. Pyrin diakonina kehittämään toimintaa niin, että seurakuntaan, jossa väestön ikääntyminen on selvästi nähtävissä, saataisiin lisää nuorempia toimijoita. Edellisessä opinnäytetyössäni ”Jaetut eväät - ikääntyneiden ja nuorten ryhmätoimintakokeilu”, sain myönteisiä tuloksia kahden eri sukupolven kohtaamisista. Diakoniatyön asiakaskunnassa on varhaisaikuisia, jotka käyvät vastaanotolla, mutta eivät osallistu muuten seurakunnan toimintaan. Heille vanhemman sukupolven rinnalla toimiminen voisi auttaa löytämään oman paikan seurakunnassa, mistä Seppo Tirkkonen (2005, 67) kirjoitti diakonian vuosikirjassa:

Kristillinen seurakunta muodostuu ihmisistä, joilla kaikilla on tehtävä, missio. Kirkko on siis yhteisö, joka ei ole olemassa vain itseänsä varten, vaan tehtävänsä kautta kaikkia ihmisiä ja itse elämää varten. Seurakunta kutsuu jokaista Jumalan armon ja lahjojen osallisuuteen, elämän tarkoitukseen, yhteisvastuuseen, yhteisen hyvinvoinnin rakentamiseen ja jakamiseen, keskinäiseen välittämiseen ja auttamiseen, ympäristöstä ja yhteisistä asioista huolehtimiseen, sanalla sanoen yhteisöllisyyteen. Edistäessään yhteisöllisyyttä seurakunta toteuttaa olemuksensa ja opetuksensa mukaista elämäntapaa.

Nykyinen diakonia- ja yhteiskuntatyön toimintastrategia määrittää tavoitteeksi auttaa ihmisiä löytämään omat voimavaransa ja yhteistyön elinolosuhteiden parantamiseksi. Tähän pyritään etsivällä työllä ja tutkivalla työotteella, jotta avun tarve hahmottuu ja siihen voidaan vastata. Tavoitteena on yhdessä tekemisen ja verkostotyön vahvistaminen. Siinä toteutetaan lähimmäisenrakkautta, luottamusta ja osallistamista, jolloin ihmiset vaikuttavat aktiivisesti omaan elämäänsä ja tuovat esiin toiveitaan. (Meidän kirkko. Välittävä yhteisö, i.a.) Tätä pyrin toteuttamaan omassa seurakunnassani ja siksi tein tämän opinnäytetyön kehittämistyön pohjaksi.

Vapaaehtoistoiminnalla on todettu olevan myönteistä vaikutusta hyvinvointiin. Ilka Haarni (2009) on tutkinut eläkeläisten osallistumista kansalais- ja vapaaehtois-toimintaan. Osallistuminen oli heille arjen rytmittämistä ja mielekkääseen toimintaan

hakeutumista, sillä tekeminen tarjosi vaihtelua ja positiivisia elämyksiä. Haarnin (2010, 51) mukaan koti on yksipuolinen paikka hyvinvoinnin näkökulmasta, sillä mielekäs elämänjärjestys ei rakennu yksin kotona olemalla ja siellä askaroinnilla. Sama pätee mielestäni myös nuorempiin, jotka jostain syystä elävät vailla työtä ja sen tekemisen tuomaa elämän rytmitystä. Olen käynyt keväällä peliriippuvuuteen perehdyttävän koulutuksen. Ilmiö aiheuttaa suuria vaikeuksia silloin, kun pelaaja siirtyy rahapeleihin ja nettipelaajaksi omassa kodissaan. Toiminta pysyy hyvin piilossa, mutta aiheuttaa erityisesti taloudellisia ongelmia ja on siksi mahdollinen syy hakeutua diakoniatyön asiakkaaksi.

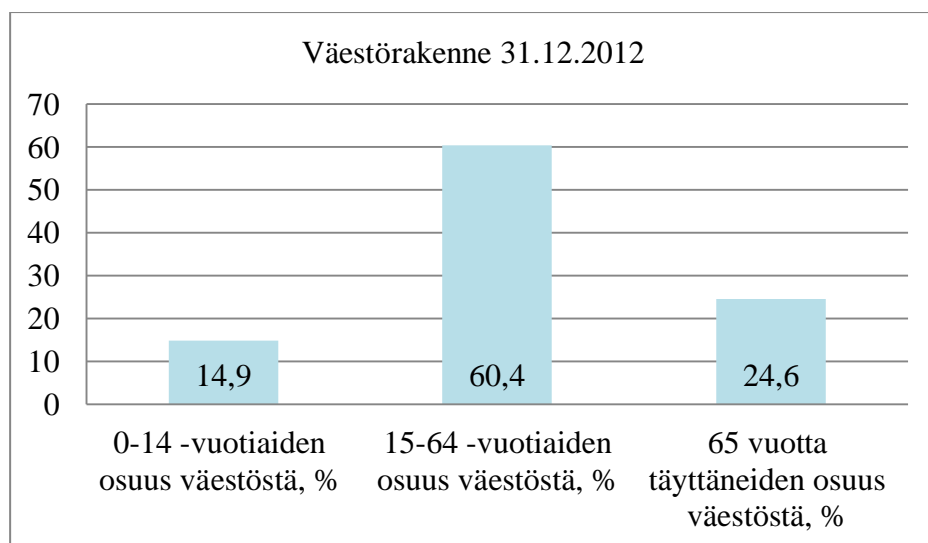
Ähtärin seurakunnan diakoniatyössä toimii kerran viikossa ”Lähteen olohuone”, jossa kävijät ovat ikääntyneitä. Samalla diakoniatyön asiakkaissa on hyvin eri-ikäisiä. Mikäli olohuonetoimintaa voitaisiin kehittää niin, että myös nuorempi asiakaskunta tuntisi sen omakseen, sukupolvien väliset kohtaamiset olisivat molempia osapuolia rikastuttavia tarjoten elämän jakamisen paikan. Kokemukseni diakoniatyön olohuoneesta on, että siellä on hyvän mielen ilmapiiri. Ähtäriin muuttaa opiskelemaan sekä nuoria että aikuisia, joten kaikilla ei ole tuttuja ennestään. Diakoniatyön ryhmätoiminta voisi tarjota heillekin tukipisteen, jossa voisi luoda sosiaalisia kontakteja ja päästä sisälle ähtäriläisenä elämiseen.

Martti Lindqvist (2002) väittää, että elämme ajassa, jossa ihmissuhteetkin mitataan markkina-arvoina ja tavalliseen arkeen kuuluvat asiat muuttuvat mielenkiinnottomiksi. Niinpä henkinen hätä, osattomaksi joutuminen tai jatkuvat elämän vastoinkäymiset tuottavat yksinäisyyttä ja myös mielenterveysongelmia. (Lindqvist 2002, 238–239.) Diakoniatyöltä taloudellista apua hakeville asiakkaille tulee kehittää myös järkevää ja sisällöllistä tekemistä vapaa-aikaan. Tarja Heiskasen ja Liisa Saariston (2011, 25) mukaan nyky-yhteiskuntaan integroidutaan yhä useammin kuluttamisen kuin työnteon kautta. Mahdollistamalla yhteistoimintaa seurakunnassa ehkäistäisiin yksinäisyyden ja syrjäytymisen tunteita ja saataisiin elämänlaatu paremmaksi. Koen tärkeäksi myös kasvokkain tapahtuvan vuorovaikutuksen tällaisena nettiaikana.

## 2 TOIMINTAYMPÄRISTÖ ÄHTÄRISSÄ

Ähtärin asukasluku vuoden 2012 lopussa oli 6363 henkeä ja vastaava seurakunnan väkimäärä 5511 henkeä. Väestössä oli ulkomaan kansalaisia 50 henkeä. Asuntokuntia oli 2957 ja perheitä 1807. Keskiasteen tutkinnon suorittaneita väestöstä oli 64,2 % ja korkea-asteen tutkinnon suorittaneita 19,9 %. Kunta on jo useamman vuoden kärsinyt muuttotappiota. Syntyvyys on myös ollut vähenemässä. Kaupungin talousvaikeuksia lievittämään on tehty vuosille 2008–2015 tasapainottamisohjelma, jossa tehtävät toimenpiteet tarkennetaan vuosittain. Kattamatonta alijäämää oli vuonna 2010 5,8 miljoonaa euroa. (Ähtärin kaupungin talousarvio 2012.)

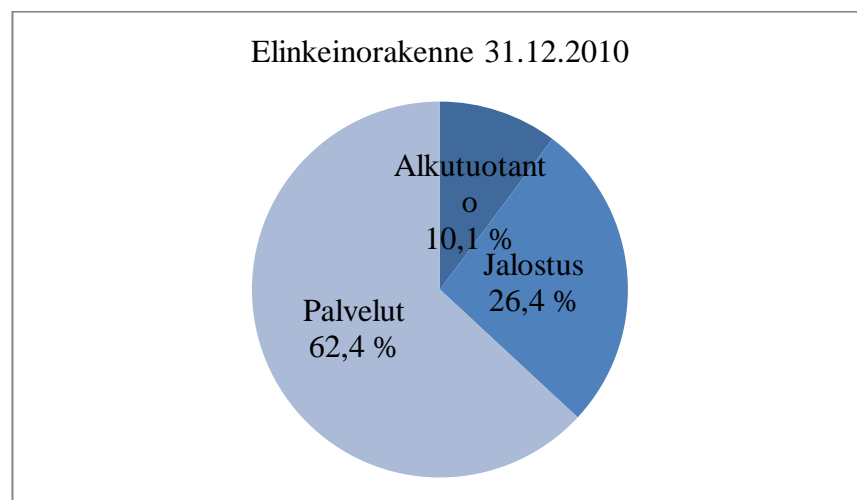
Anna Lehtinen (2013) on selvittänyt, kuinka eteläpohjalaiset kunnat järjestävät lapsiperheille ennaltaehkäiseviä palveluita. Ähtärin kaupunki antaa matalan kynnyksen neuvontapalveluita satunnaisesti. Parisuhdeneuvonta, perhekäynnit ja neuvonta perheen kotona on kanavoitu terveystyöntekijän erityispalvelut Osviitan hoidettavaksi. Kaupungin työntekijät tekevät niitä vain satunnaisesti. Osviitassa on töissä kolme psykologia, osastonsihtööri, yksi sosiaalityöntekijä ja sosiaaliohjaaja-päihdetyöntekijä, puheterapeutti ja sairaanhoitaja sekä toimintaterapeutti. Toimialueena heillä on kaksi kuntaa. Kaupungin perusturvatoimessa on työssä 1,5 perhetyöntekijää, mutta heidän työaikansa menee lastensuojelun perheohjaukseen. Lapsiperheet eivät saa kotiapua eikä kaupunki ole järjestänyt heille vertaistoimintaa. (Lehtinen 2013.)



KUVIO 1. Ähtärin väestörakenne (Tilastokeskus)

Ähtärin väestöstä on lähes neljännes eläkeikäisiä ja lapsia vain noin seitsemäsosa. Ähtärin väestössä lapsia on vähemmän kuin eläkeläisiä, kuten käy ilmi kuviosta 1 (sisältää Tilastokeskuksen aineistoa, [14.8.2013] 2011). Vuoden 2012 mukainen väestöllinen huoltosuhde eli lasten ja vanhusten yhteismäärä 100 työkäistä kohti oli Ähtärissä 65,4 ja luku tulee vielä kasvamaan siten, että vuonna 2030 se on yli sadan. (Niskanen 2013.)

Ähtärissä on rantaviivaa 536 kilometriä ja yli hehtaarin kokoisia järviä 169. Loma-asuntoja on 1300, mikä on toiseksi eniten koko Etelä-Pohjanmaalla. Ähtärin elinkeinotoiminnassa matkailu on tärkeä. Eläinpuisto, nykyiseltä nimeltään Ähtäri Zoo, on toiminut jo 40 vuotta ja siihen liittyen on syntynyt monenlaista yritystoimintaa. Matkailu on merkittävä nuorten kesätyöllistäjä. Lisäksi Ähtärissä on korkeatasoisista metallialan teollisuutta, esimerkiksi useita alumiiniveneitä valmistavia yrityksiä. Paikkakunnalla on myös toisen asteen ammattikoulutusta ja Ähtärin sairaala, joka on osa Seinäjoen keskussairaala.



KUVIO 2. Ähtärin elinkeinorakenne (Tilastokeskus)

Ähtärin elinkeinorakenne on esitetty kuviossa 2 (sisältää Tilastokeskuksen aineistoa, [14.8.2013] 2011). Maa- ja metsätaloudessa työskentelee vähän väkeä, joten alkutuotannon osuus on vain 10 %. Jalostukseen kuuluvat niin teollisuuden kuin rakentamisenkin työpaikat ja niinpä sen osuus on yli neljäsosa. Suurin osa työstä tehdään kaupan alalla, sillä palvelut muodostavat suurimman osan elinkeinorakenteesta.



TAULUKKO 1 Ähtärin työttömyystilanne 30.6.2013 ikäryhmiteltynä

Ikä	henkilöä	% kaikista
< 25-v	57	19,7
25-29-v.	17	5,9
30-34-v.	24	8,3
> 50-v.	122	42,0
naisia	113	39,0
Työttömiä	290 henkilöä	

Ähtärissä työttömyysaste työsuunnittelija Mikko Ylisen (henkilökohtainen tiedonanto 14.8.2013) mukaan oli kesäkuun lopussa 10,4 % ja työvoimamäärä oli 2791 henkilöä. Voimassa oleva nuorisotakuu tarjoaa alle 25-vuotiaille sekä alle 30-vuotiaille vastavalmistuneille koulutus-, työkokeilu-, työpaja- tai työpaikan kolmen kuukauden sisällä työttömäksi ilmoittautumisesta. Lain käytännön toteutus tapahtuu etsivän nuorisotyön ja pajatoiminnan avulla. (TEM, 2012.) Alle 25-vuotiaita oli lähes viidesosa työttömistä. Alle 30-vuotiaita vastavalmistuneita ei ole erikseen kirjattu (taulukko1), sillä tietoa heistä en saanut. Kaupungin työsuunnittelija yhdessä pajatoimijoiden kanssa opastaa heitä oikeaan paikkaan lain mukaisesti.

Seurakunnan diakoniatyössä oli vuonna 2012 asiakaskontakteja 293 kertaa 30–64-vuotiaiden ja 32 kertaa 18–29-vuotiaiden kanssa. Yhteensä asiakaskontakteja oli 493. Suurimmat ryhmät asiakkaista olivat yksin asuvia ja avo- tai avioliitossa asuvia, joilla ei ollut lapsia. Asiakkaista 52 % oli työttömiä, 41 % eläkeläisiä, 3 % työssäkäyviä ja 2 % opiskelemissa. Diakoniatyön taloudellisen avun hakijoiden yleispiirteet vaikuttavat Ähtärissä samanlaisilta kuin Elina Juntusen, Henrietta Grönlundin ja Heikki Hiilamon (2006) tutkimuksessa diakonian asiakkuudesta. Asiakaskunta oli pääosin työikäisiä, mutta joukkoon mahtui myös sairaseläkkeellä olevia. Yksinhuoltajissa oli sekä naisia että miehiä. Joukossa oli myös toisen sukupolven avunhakijoita. Mukana oli työmarkkinatuella eläviä työttömiä, velkaantumiskierteessä kamppailevia ja pätkätyötä tekeviä. Usein avun hakija ei ollut päässyt heti sosiaalitoimen vastaanotolle ja akuutti tilanne vaati toimintaa heti. Laskut olivat erääntymässä, koska niiden kanssa oli odoteltu liian pitkään. (Juntunen, Grönlund & Hiilamo 2006, 98–112.)

Seurakunnan diakoniatyö tekee yhteistyötä monien toimijoiden kanssa. Kaupungin sosiaalityössä on yhteisiä asiakkaita, joiden asioita hoidetaan ja vanhustyössä suunnitellaan tapahtumia ja tiedotetaan niistä. Mannerheimin Lastensuojeluliiton paikallisten toimijoiden kanssa järjestetään vuosittain Joulupuukeräys, jossa kerätään vähävaraisten perheiden lapsille joululahjoja. Yhteistyötä on myös Suomen Punaisen Ristin Ähtärin osaston kanssa, pääasiassa vanhustyössä. Jokasyksyisen vanhusten viikon tapahtumat suunnitellaan myös laajalla kokoonpanolla. Siinä yhteistyötä tekevät kaupunki, eri järjestöt ja yritykset. Paikallisia yhteistyökumppaneita ovat myös Toimelary, joka toimii mielenterveyskuntoutujien ja päihdeongelmaisten kanssa sekä eri vammaisjärjestöt.

### 3 DIAKONIATYÖ

Seuraavassa käsittelen diakoniatyön käytännön merkityksiä ja sen hengellistä perustaa. Diakoniatyö kehittyy ajan haasteisiin vastaavaksi ja kirkko julkistaa työlle oman strategiansa määräajoin. Jatkuvasti ilmestyy myös tutkimuksia siitä, millaiseksi toiminnan tulisi muotoutua. On monia opinnäytetöitä ja laajempiakin selvityksiä, joilla kartoitetaan asiakkaiden ja käytännössä työtä tekevien näkemyksiä työstä ja sen kehittamisestä. Myös näitä ajatuksia on seuraavassa.

#### 3.1 Mitä on diakonia?

Sana diakonia on arkikielenkäytössä varsin tuntematon ja vähän käytetty, mutta kirkollisessa kielenkäytössä se on vakiintunut. Sitä käytetään monimuotoisesti, sillä sen sisälle mahtuu paljon merkityksiä. Suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa diakonia on vaikeuksissa olevien ihmisten kokonaisvaltaista auttamista. (Kuusimäki 2012, 12.)

Diakoniatyön hengellinen perusta on Kristuksen sovituksessa ja lunastustyössä. Siinä ihminen on armahdettu ja usko yhdistää hänet takaisin Jumalaan Sanan kautta. Diakonia sisältyy uskoon ja sanaan ja toimii sisäisenä ulottuvuutena kirkossa ihmisten välisessä rakkauteen perustuvassa toiminnassa. (Mannermaa 1980, 90.) Luther selventää tätä siten, että ottaessaan uskossa vastaan Jumalan rakkautta ihminen vapautuu palvelemaan toisia rakkauden teoilla. Ihmisen tulee tehdä lähimmäisilleen sitä, mitä Kristus on tehnyt hänelle. (Mannermaa 1983, 89.) Kristus elää kristityn uskossa ja siten kristittykin kantaa toisen kuormia ja osoittaa rakkautta kaikkia ihmisiä kohtaan (Mannermaa 1980, 94). Paul Philippin teoriassa diakonia edellyttää Kristuksen kohtaamista. Kristus on diakoni, jota palveleva kirkko ja sen jäsenet seuraavat. Hän ilmestyy yhtä lailla ehtoollisessa kuin kärsivässä lähimmäisessä. (Järveläinen 2006, 9.) Diakoniassa ollaan toisen rinnalla ja vuorovaikutuksessa sekä samaistutaan hänen tilanteeseensa kuten Jeesuskin eli jakaen elämäänsä opetuslastensa ja syrjittyjen ja syrjäytyneiden kanssa (Helin ym. 2010, 36).

Diakonia kohtaa haastavia kohderyhmiä, sillä yhteiskunnan heikoimmassa asemassa olevien luottamus ihmisiin on usein murentunut elämän vastoinkäymisissä ja

pettymyksissä. Tehtävänä on välittää ja tulla ihmisenä lähelle tuomaan toivoa elämään. Diakonian vahvuus on kohtaamisissa annettu henkinen ja hengellinen tuki. (Hiilamo 2009, 55–56.) Toisen hätä tulee kuulla silloinkin, kun hän itse ei osaa sitä edes ilmaista (Pohjolan-Pirhonen 2009, 110). Diakonia hakeutuu sinne, missä on inhimillistä kärsimystä tai yhteiskunnallisten epäkohtien seurauksia. Sille on ominaista jatkuva liike ja luovuus. Voimavarana toimii kohdattavien ihmisten rikkinäisyys, sairaudet, eriskummalliset elämäkokemukset, rajattomuus ja sekoilut. Lähestymisessä ovat aina läsnä elämän ja toisen ihmisen kunnioitus. (Voutilainen 2006, 4.) Diakoniatyö on yhdessä tekemistä, yhteyteen saattamista ja keskinäistä auttamista. Ihmisiä tavoitetaan etsivällä työllä. Kun ihmisiä saatetaan toistensa yhteyteen tavoitteena on saada toimiva seurakuntayhteys ja sen myötä toteutuu näkymätön kristittyjen yhteys (Rättyä 2009, 107–113, 141).

Diakoniatyö kohtaa hiljaista hätää, mikä ei näy tilastoissa eikä mediassa. Työ on ihmisen olemassaolon vahvistamista, henkistä, hengellistä, fyysistä ja psyykkistä eheyttämistä, rakentamista. Sille ei mikään inhimillinen saa olla vierasta. (Haapanen 2006, 69.)

### 3.2 Diakoniatyön tavoitteita ja esiin tuotuja ajatuksia työn kehittämistä

Meidän kirkko – välittävä yhteisö diakonian ja yhteiskuntatyön linjaus 2015 – strategiassa todetaan, että seurakunnissa panostetaan etsivään työhön ja käytetään tutkivaa työtettä, jotta avun tarve tunnustetaan ja ennakoidaan sekä etsitään rohkeasti uusia toimintatapoja. Seurakuntatoiminnoissa toteutetaan lähimmäisenrakkautta, osallisuutta, ja luottamusta sekä arvostetaan toisten erilaisuutta ja opitaan elämään yhdessä. Vapaaehtoistoiminta ulotetaan kaikenikäisten keskuuteen ja omaehtoisia toiminta- ja vertaisryhmiä tuetaan ja edistetään lähimmäisyyttä. Seurakunta on välittävä yhteisö, joka edistää hyvää elämää ja lähimmäisenrakkautta rohkeasti. (Meidän kirkko. Välittävä yhteisö, i.a.)

Sosiaali- ja terveysministeriö on määrittänyt Terveys 2015 – kansanterveysohjelmassa väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteeksi mm. sosiaalisen hyvinvoinnin ja osallisuuden ylläpitämisen, syrjäytymisen, eriarvoisuuden ja köyhyyden

vähentämisen, epäterveellisten elämäntapojen vähentämisen, jotta toimintakyky ja terveys säilyisivät, sekä päihdehaittojen ehkäisyn ja sairauksien vähentämisen. Linjaus toteaa työmarkkinoille kiinnittymisen ja työn tekemisen olevan ensisijaisin ja kestävin keino torjua köyhyyttä, eriarvoisuutta ja syrjäytymistä. Tavoitteisiin on kirjattu myös sosiaalisten ongelmien ja sairauksien tunnistaminen mahdollisimman varhain ja ehkäisevä työ. (STM i.a.)

Diakoniatyössä on mahdollisuus toteuttaa yhteisöllisyyttä. Siinä tarjoutuu myös vapaaehtoisille tärkeitä toimintapaikkoja. Lea Rättyän (2009) väitöskirja perustuu diakoniatyön toimenhaltijoiden kokemuksiin ja käsityksiin diakoniatyöstä. Esiin tulee tarve kehittää työtä yhteisöllisempään ja yhteiskunnallisesti vaikuttavampaan suuntaan. Myös Heikki Hiilamo (2009) on todennut, että seurakunnissa työhön saataisiin lisää vaikuttavuutta juuri ryhmämuotoisen toiminnan lisäämisellä. Samalla vahvistuisi yhteisöllisyys, mikä mahdollistaa keskinäisen luottamuksen ja avunannon syntymisen. Siten osallistujat voivat toiminnassa sekä antaa että saada vertaistukea. Diakoniatyön kohderyhmä on laaja. (Rättyä 2009, 141; Hiilamo 2009, 55.)

Helena Puhakan (2010) opinnäytetyössä, joka pohjautui diakoniatyön asiakkaiden kokemuksiin omasta elämästään, selvisi, että osa kaipaa uudenlaista toimintaa, osa aktivointia entisiin toimintoihin. Siinä todetaan myös, että monen asiakkaan elämä on tasapainoilua toimeentulon ja henkisen kestämisen kanssa. Toinen, Mellunkylän seurakunnassa diakoniatyön asiakkaiden odotuksia selvittänyt, Maaret Hirvensalon (1999) opinnäytetyö toi esiin, että diakoniasta pääasiassa haettiin taloudellista apua ja henkistä tukea sekä mahdollisuutta keskustella oman elämän vaikeista asioista. Tämän lisäksi ilmeni odotuksia, että työntekijät näkyisivät ihmisten arjessa asuinympäristössä sekä tukisivat elämänlaadun parantamista ja elinympäristön kohentamista. Kyselyssä tuli esiin kehittämistoiveina seuraavia aiheita: henkinen hyvinvointi, elämän tasapaino, terveys, ihmissuhteet ja mielenterveys.

Diakoniatyön yhteisöllisyyttä on tutkittu seurakuntalaisten ja työntekijöiden näkökulmia selvittäen. Päivi Thitz (2006) on tutkinut, miten yhteisöllisyys näkyy diakoniatyössä. Hän selvittää, että diakoniatyössä yhteisöllisyyden erityispiirteitä ovat ihmisten kohtaamisesta nouseva läheisyys, vuorovaikutuksen ja yhteistoiminnan ylläpitämä yhteisöllisyys ja toiminnassa jaettu merkitysmaailma, joka auttaa rakentamaan

osallistujan omaa elämää mielekkääksi ja tarkoituksenmukaiseksi. Hengellisyys on kohtaamisissa koko ajan läsnä ja yhteisöllisyys toteutuu niin yksilöiden kuin yksilön ja Jumalan välillä. Seurakunnan tulisi huolehtia erityisesti niistä, joilta puuttuvat luonnolliset lähiyhteisöt tai jotka muutoin ovat syrjäytymisvaarassa. Toimintaa tulisi järjestää myös perinteisten toimintamuotojen lisäksi uusilla alueilla, jolloin seurakuntalaisten osaaminen saataisiin käyttöön. Työntekijöiden tulisi olla ohjaamassa ja organisoimassa kokonaisuutta ja antaa tilaa seurakuntalaisille toimijoina. (Thizt 2006, 82–83, 85\_86.)

## 4 VARHAISAIKUISUUS

Seuraavassa tutustutaan tutkimuksen kohderyhmään, varhaisaikuisiin, ympärillä muuttuvaan maailmaan ja heitä koskettaviin ongelmiin, joista on viime aikoina julkaistu tietoa. Elämänkaariteoria kuvaa sekä ulkoisia että sisäisen maailman kehitystä mukautumiskyvyn näkökulmasta. Tapahtumiin vaikuttavat iän lisäksi, historiallinen aika ja ennakoimattomat tapahtumat. Sukupuolellakin on oma vaikutuksensa kehitykseen. Varhaisaikuiset elävät kasvussaan aikaa, jolloin nuoruuden etsintä vähitellen on saanut vastauksia ja kypsyyden myötä seuraa oman paikan löytyminen. Tuolloin yksilö lähtee perheestään ja alkaa rakentaa itsenäistä elämää. (Pulkinen 2006, 166, 169.) Aikuiset seurakuntalaisina –kehittämisasiakirjassa nuoret aikuiset määritellään 18–29-vuotiaiksi (Suomen ev.lut. kirkko 2012, 40). Ikä menee elämänkaariteorian mukaisen ajattelun kanssa osittain päällekkäin jälkinuoruuden kanssa. Yhteiskunnassa 18-vuotiaat ovat täysi-ikäisiä ja vastuullisia teoistaan, joten oikeudellisesti aikuisuus alkaa siitä.

### 4.1. Varhaisaikuisuus elämänkaariteorian mukaan

Eri aikoina tutkijat ovat määritelleet varhaisaikuisuutta hieman eri näkökulmista elämänkaariteoriassa. Seuraavassa tuon esille kolme käsitystä. Varhaisin on Erik H. Eriksonin psykososiaalinen kehitysteoria, joka pohjautuu perimän, oppimisen ja yksilöllisyyden vaikutuksiin. Sen mukaan ihmisen identiteetin kehittyminen kohtaa tietyissä elämänvaiheissa kahdeksan eri kehitystehtävää. Elämässä aiheutuu ulkoisia ja sisäisiä paineita, jotka saavat aikaan kriisejä. Niistä hyvin selviytyessään ihminen saa uusia voimavaroja. Varhaisaikuisuus seuraa jälkinuoruutta, ikää 20–25 vuotta, ja on varsin pitkä ajanjakso kestäen aina 40 ikävuoteen saakka. Eriksonin mukaan varhaisaikuiset ovat vaiheessa, missä hankitaan ammatti, siirrytään työelämään ja perustetaan perhe. Ihminen haluaa olla hyväksytty ja rakastettu. Varhaisaikuisissa on myös paljon yksin eläviä. Heillä on läheisyyden tarve, joka voi toteutua myös ryhmässä yhteenkuuluvuuden tuntemuksen kautta. Vaiheen kantavana voimana on rakkaus. Kehitystehtävän epäonnistuttua ihmissuhdepettymykset saattavat viedä eristäytymiseen ja minän menettämisen rajalle, jolloin voi puhjeta vihamielisyys muita kohtaan. Toisten

arvioinneilla itsestä on suuri merkitys ja eristäytyjä tarvitsee tukea ja ymmärrystä selvitäkseen. Päämääränä on ymmärtää, että vastoinkäymiset ovat ihmistä vahvistavia haasteita. (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 81–87; Dunderfelt 1998, 32, 235, 246–247; Pulkkinen 2006, 163.)

David Levinson teki 1970-luvulla pitkittäistutkimuksia ja kehitti teoriaa tuoden siihen keskeisiksi käsitteiksi elämänkaaren ja elämänrakenteen, mitä mm. Lea Pulkkinen (2006) kuvaa. Elämänkaari muodostuu yksilön läpikäymistä kehitysvaiheista, jotka ovat kaikille yhteisiä, mutta jotka jokainen kokee yksilöllisesti. Eri vaiheilla on keskeiset tapahtumat ja omat piirteensä sekä niiden välissä siirtymäjaksot. Juuri siirtymäjaksossa ilmaantuu yleisimmin sopeutusvaikeuksia (Toivio & Nordling 2013, 111). Elämänrakenne on vanhenemisen myötä muuttuva elementti, joka koostuu ihmisen suhteista eri asioihin ja ihmisiin, kiinnostuksen kohteista, asenteista ja harrastuksista. Sen tasainen vaihe kestää 5–7 ja korkeintaan 10 vuotta, jonka jälkeen seuraa noin viiden vuoden siirtymä. Varhaisen aikuisiän hän mieltää alkavaksi nuoruuden jälkeisestä siirtymäjaksosta, joka kestää 17-vuotiaasta 22-vuotiaaksi. Sitten seuraa 6 vuoden aikuiseksi tuleminen vaihe ja 30:n siirtymäjakso 28–33 ikävuosien välillä. Varhaisaikuisuus päättyy aloilleen asettumisen jälkeen noin 40-vuotiaana kohdattavaan keski-ään siirtymäjaksoon. (Dunderfelt 1998, 38–40; Pulkkinen 2006, 163–164.)

Tony Dunderfelt on kehittänyt elämänkaariteoriaa Carl Gustav Jungin määritelmästä (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 88). Se perustuu individuaatioon eli käsitykseen, että ihmisen identiteetti muotoutuu vaiheittain elämän aikana. Ihminen joutuu sisäisiin kamppailuihin oman itsen muotoutumisessa. Hän kohtaa ihmisenä kehittymisen haasteita etsiessään elämän merkitystä ja mielekkyyttä, naisena ja miehenä elämisen tapoja, luodessaan ihmissuhteita ja purkaessaan niitä sekä pohtiessaan elämän ja kuoleman peruskysymyksiä. (Dunderfelt 1998, 57.) Teorian mukaan varhaisaikuiset ovat 20–40-vuotiaita ja käyvät läpi elämän jäsentymisen vaihetta. Tuolloin perustetaan perhe toivoen myös tyydyttäviä ihmissuhteita ja halutaan jättää jokin merkki itsestä yhteiskuntaan (Kemppinen & Rouvinen-Kemppinen 1998, 89).

Alkuvaiheessa elämä on ulkoisesti vireää, sillä yksilö etsii omaa paikkaansa. Sitä, mihin hänen kykynsä ja taipumuksensa sopisivat. Hän tavoittelee sitä sisäisten pyrkimystensä ja elämään kohdistuvien odotustensa toteutumiseksi. Samalla hän pyrkii sovittamaan



minänsä vallitsevaan todellisuuteen. Hän kohtaa ihmisiä, ideologioita, asenteita ja arvoja sekä oman persoonallisuutensa erilaisia piirteitä. Sisäisesti hän on rauhaton ja kohtaa pelkoja, mutta ulkoisesti ennakkoluuloton, energinen ja haluaa ratkaista asioita heti ilman edellisten sukupolvien rajoituksia. Ratkaisut perustuvat siihen, miltä asia tuntuu. (Dunderfelt 1998, 105–109.)

Vasta 25-vuotiaana varhaisaikuisen elämä alkaa tasaantua, kun hän ymmärtää, että ei jaksakaan olla monessa mukana. Niinpä hän pysähtyy ja arvioi elämää uudelleen. Haasteena on löytää oma itsenäisyys, mutta päätöksentekoa ja asioihin suhtautumista ohjaavat yhä tutut vanhempien toimintatavat. Vielä ei ole muutoksen toteuttamiseen tarvittavaa elämäkokemusta. Noin 30-vuotiaana yksilö kohtaa siirtymän, jossa hän alkaa löytää sisäisen itsenäisyytensä. Hän tiedostaa oman tunne-, ajatus- ja arvomaailmansa. On aika opetella ymmärtämään omia tunteitaan ja laittamaan rajoja ympäristön vaateille sanomalla ei. Tässä vaiheessa myös kiinnostuksen kohteet voivat muuttua ja vanheneminen alkaa näkyä fyysisesti. Omasta kunnosta huolehtiminen tulee tärkeäksi. (Dunderfelt 1998, 105–109.)

Viimeinen vuosikymmen, aika 30–40-vuotiaana, on juurtumista yhteiskuntaan ja omaan sisäisyyteen. Elämän keskiössä ovat työ ja perhe-elämä ja vähitellen oma rajallisuus selviää, sillä voimat vähenevät. Elämän kuvitelmat, joista on saanut voimaa, menettävät merkitystään ja ymmärrys omasta itsestä selkiintyy. Tämän vaiheen kehitystehtävä on oman paikan rakentaminen elämässä, sillä tässä vaiheessa on hyvin selvillä oma tahto ja halu. Ihminen arvioi myös perusarvojaan ja syviä elämäntuntemuksiaan lapsuusajalta. (Dunderfelt 1998, 105–129, 146; Toivio & Nordling 2013, 111.)

Miehet ja naiset eroavat psyykkiseltä olemukseltaan. Nainen tarvitsee sosiaalista kanssakäymistä jaksakseen elämässä, miehelle taas oma tekeminen on tärkeämpää. Dunderfeltin (1998) mukaan elämänurasta saattaa tulla keskipiste 30-vuotiaalle miehelle. Tuolloin perhe ja koti jäävät vain taustavoimaksi. Perheen yhteinen aika ja kokemusten jakaminen unohtuvat. Toisten tarpeiden, toiveiden ja mielikuvien kuunteleminen olisivat tärkeitä. Tilanteessa nainen tuntee olevansa yhä sidotumpi lapsiin ja kotiin. Hän sinnittelee työn ja kodin vaatimusten välissä. Lopulta hän saattaa ajautua identiteettikriisiin kokiessaan, että hän ei ole tasa-arvoinen avioliitossa. Tilanne tulisi tiedostaa, sillä aviopuolisoilla on vaara kasvaa erilleen. Yli 30-vuotiaana alkavat

niin luonteenpiirteet kuin asenteetkin jäykistyä ja omien rajojen tuntemus johtaa mukavuudenhaluisuuteen. Tuolloin toisen kokemusmaailmaan on vaikea asettua tai muuttaa näkökantaansa asioista. Dunderfeltin (1998) mukaan miehet voivat olla kypsymättömiä sisäisten tunteiden ja tahdon hallinnassa, vaikka heidän elämänsä on ulkoisesti menestyksellistä. (Dunderfelt 1998, 130–134; Toivio & Nordling 2013,112.)

#### 4.2 Ympäröivä hektinen maailma

Ähtärissä on viime vuosina menetetty työpaikkoja. Viimeisin tapahtuma on ollut Seinäjoen ammattikorkeakoulun metsäalan yksikön siirtäminen pois paikkakunnalta. Yli sata vuotta Tuomarniemellä kehittyneestä metsäopetuksesta jäi jäljelle vain Koulutuskeskus Sedun toteuttama toisen asteen ammattiopetus . Vanha oppilaitos oli perinteikäs oma yhteisönsä, sillä niemellä asuivat niin oppilaat kuin opettajatkin samassa pihapiirissä kalastaen samalla järvellä. Petri Paju ja Jukka Vehviläinen (2001) toteavat meidän elävän riskiyhteiskunnassa, mikä johtaa perinteisten yhteiskunnallisten ihmisten elämiseen turvaa ja tukea tuottavien rakenteiden merkityksen katoamiseen. Näitä tekijöitä ovat palkkatyö, koulutus, perinteet ja sosiaaliset verkostot. Ihmiset elävät niiden puuttuessa itsensä varassa ja uupuvat helposti. (Paju & Vehviläinen 2001, 26.)

Sukulaiset elivät aikaisemmin usein lähellä toisiaan. He auttoivat vaikeuksien kohdatessa ja toimivat sosiaalisena verkostona. Nyt maaseudulta nuoret siirtyvät ensin opiskelemaan ja sitten asettuvat asumaan ja työskentelemään kauaksi kotiseudulta. Se etäännyttää heidät omista vanhemmista ja muusta suvusta. (Vakimo 2001, 278–279.) Pentti Lindforsin (2006) mielestä yhteiskuntamme kärsii yhteisöllisyyden puutteesta ja siksi yhä enemmän koetaan yksinäisyyttä ja masennusta. Hänen mielestään länsimaissa tulisi ottaa oppia kehitysmaiden kulttuurista, jossa ihmisellä on aina aikaa toiselle. Siellä ei vaadita konemaista, jatkuvaa toimintaa. Ihmiset ovat onnellisia, sillä heidän keskuudessaan ollaan sosiaalisia. Heillä on yhteiset arvot. He kunnioittavat toisiaan, antavat kiitosta ja arvostusta toisille. He eivät pelkää läheisyyttä ja toisen koskettamista ja muistavat viljellä huumoria. (Lindfors 2006.)

Ajankäyttömme tehokkuus on siinä, että aikaan mahdutetaan yhä enemmän tekemistä. Lopulta tulee kiire ehtiä suorittaa kaikki suunniteltu. Elämän syke on nopeatempoista.

Ihmisten arjen sujumisen avuksi suunnitellaan aikaa säästäviä tuotteita ja palveluja. Hyvä apuväline on netti. Arkielämässä tieto kulkee nopeasti ja ihmisiä ympäröi suuri osallistumismahdollisuuksien ja virikkeiden tarjonta. Ajankäytön tulisi olla tehokasta ja tähdätä oman tulevaisuuden rakentamiseen. Ei osata elää tätä hetkeä. Ihmisarvoisesta ja oikeanlaisesta elämästä on kehittynyt normatiivinen ihanne. Vastoinkäymisten kohdatessa voimavarat kuitenkin kuluvat pelkkään arjesta selviytymiseen. Kaikessa vaaditaan joustavuutta ja elämästä katoaa kalenterin tuoma rytmi, jolloin viikonpäivillä oli oma merkityksensä ja arjen rutiinit olivat ennakoitavissa. Nykyisen jatkuvan tehokkuuden vaarana on lopulta niin suuri tekemisen määrä, että ei saada aikaan mitään. Vastapainoksi tähän onkin syntynyt vaade kohtuullistaa työtekoa ja kuluttamista ja vähentää ihmisen hyvinvointia rasittavaa kiirettä. (Jalas 2011, 105–117.)

Tehokas ajankäyttö on osa elämänhallintaa, josta puhutaan silloin, kun on kyse arjen sujumisesta. Siihen kuuluu ulkoinen hallinta, johon vaikuttavat sukupolvi, sukupuoli, koulutus ja ammatti. Käytännössä se on elämän suunnittelua ja toteutusta, jolloin kaikki sujuu hyvin eikä mikään odottamaton pääse järkyttämään tasapainoa. Siihen kuuluvat aineellisesti ja henkisesti turvattu yhteiskunnallinen ja taloudellinen asema sekä vauraus. Sisäinen elämänhallinta ilmenee yllättäviinkin tilanteisiin sopeutumisenä ja niihin myönteisenä suhtautumisena. Vastoinkäymisistä selviydytään ja saadaan uutta vireyttä ja energiaa näkemykseen, että asiat järjestyvät. Elämänhallinta on tunnetta siitä, että oma elämä on ymmärrettävää. (Ruishalme & Saaristo 2007, 14–15.)

#### 4.3 Ongelmina mielenterveys, sairaus ja köyhyys

Ihmisten välisissä kohtaamisissa tunteet ovat läsnä koko ajan, vaikkakin usein tiedostamattomina. Ne ohjaavat automaattisesti reaktioita. Niiden tarkoitus on edistää hyvinvointia. Vuorovaikutustilanteissa ne purkavat esiin sosiaalisia reaktioita eleinä ja ilmeinä. Pääsemme selville toisen mielen sisäisistä tuntemuksista ja niin voimme reagoida tilanteissa oikeaksi katsomallamme tavalla. Tunteet tarttuvat tahtomattamme, niin innostus, suru kuin masennuskin. Voimme tietoisesti vaikuttaa toisen tuntemuksiin sanoillamme ja tuomalla esiin omia ajatuksiamme. Omien tunnemekanismien ymmärtäminen auttaa säätelemään ja tarkastelemaan niitä erilaisissa ympäristön haasteissa. Tunteiden epätasapaino ja hallitsemattomuus saavat aikaan häiriöitä:

ahdistusta, mielialahäiriötä ja päihderiippuvuutta. (Nummenmaa & Sams 2011, 30–48.) Mielenterveysoireiden on todettu olevan yleisiä varhaisaikuisilla. Naisten oireilu tulee ilmi miehiä useammin. Yleisimpiä oireita ovat: masennus, pakkoneuroottiset ja psykosomaattiset oireet, lisäksi miehillä vihamielisyys ja naisilla interpersoonallinen herkkyys. Psykosomaattisia oireita ovat: niska-hartiakipu, päänsärky, alakuloisuus, vatsa- ja selkäkipu, ärtyneisyys, väsymys, hermostuneisuus, huimaus, jännittyneisyys, masentuneisuus ja vaikeus päästä uneen. Mitä enemmän oireita ilmenee nuorena, sitä suurempi riski on kohdata mielenterveyshäiriötä aikuisena. Ongelmiin ei yleensä haeta tai saada apua ajoissa, vaikka tuella olisi suuri merkitys ihmiselle itselleen, hänen parisuhteelleen ja vanhemmuudelleen. Ihmisen voimavarat ja omavoimaisuus nousevat terveestä mielestä. (Kinnunen 2011, 68, 100, 96.)

Jussi Huttusen (2011) mukaan ihmisen terveyden kokemukseen vaikuttavat hänen tavoitteensa, elinympäristönsä ja elettyvä arki. Mitä enemmän on toimintarajoitteita, sitä heikommaksi terveys koetaan. Ihminen haluaa olla itsenäinen ja tulla toimeen omillaan. Kun se onnistuu, oma terveys koetaan hyväksi ja samalla elämän voimavarat ovat suuret. Elämän arvot, asenteet ja elintavat omaksutaan jo lapsuuskodissa ja kaikki se, kodin ilmapiirin lisäksi, vaikuttaa terveyteen. Jos arkipäivän elämästä puuttuu läheinen tuki, etenkin vaikeiden kokemusten kohdatessa, niin myös yksinäisyys voi sairastuttaa. Sosiaaliset kontaktit, aktiivinen toiminta ja runsaat, hyvät ihmissuhteet pitävät yllä terveyttä. Ne hoitavat sisäistä maailmaa niin, että tulevaisuususkko säilyy ja itsetunto pysyy hyvänä. Ihmisen toivottomuus tai voimattomuus johtaa masennukseen. Huttunen (2011) muistuttaakin yhteiskunnan vastuusta vähän koulutusta saaneiden, vähäosaisten ja syrjäytymisvaarassa olevien terveydestä. Tutkimusten mukaan hyvin ansaitsevat ja ylempiin sosiaaliryhmiin kuuluvat ovat näitä ryhmiä terveempiä. Suuret terveyserot eri väestöryhmien välillä on suomalainen erityisilmiö. (Huttunen 2011, 49–61.)

Suomessa tuloerot ovat kasvaneet nopeasti 1990-luvulla ja 2000-luvun alussa. Sen seurausta on lapsiperheiden köyhyys, joka koskettaa myös varhaisaikuisia. 13 % suomalaisista elää köyhyysrajan alapuolella. Heidän tulonsa jäävät vähintään 60 % koko väestön keskituloista. Lapsiperheissä köyhien määrä on kolminkertaistunut ja yksinhuoltajien köyhyysriski on jopa kaksi- tai kolminkertainen muihin lapsiperheisiin nähden. Heistä 45 % kokee elävänsä köyhyydessä. Tilanteen on aiheuttanut työttömyys, pienipalkkainen työ, sairastuminen tai pätkätyöt. (Mäkisalo-Ropponen 2012, 111.)

## 5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tutkimuksen tarkoitus on selvittää, millaisista asioista ähtäriäisten varhaisaikuisten elämä koostuu ja miten he itse kokevat elämänsä. Näitä tietoja analysoimalla etsin vastauksia diakoniatyön kehittämiseen Ähtärissä, jotta toiminta olisi tarkoituksenmukaista vähenevien resurssien vallitessa. Tämä tutkimus kuuluu Meidän kirkko – välittävä yhteisö -strategian etsivään työhön, jolla pyritään tunnistamaan ja ennakoimaan avun tarve. Tavoitteena on kehittää uusia toimintatapoja, jotta saataisiin aktivoitua omaehtoisia toiminta- ja vertaisryhmiä varhaisaikuisille, niin perheettömille kuin perheillekin.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Minkälainen on varhaisaikuisen arki?
2. Minkälaista tukea he tarvitsevat elämäänsä?,
3. Mitä heidän elämänsä vahvuudet ovat?
4. Minkälaiseen toimintaan seurakunnassa he voisivat osallistua?

## 6 LAADULLINEN TUTKIMUS JA TEEMAHAASTATTELU

Laadullisessa tutkimuksessa ei ole tarkoitus kerätä paljon tutkimusmateriaalia määrällisesti, vaan laadullisesti eli niin, että sisällöllistä saadaan mahdollisimman paljon tietoa (Vilka 2005, 109). Tavoitteena on löytää uusia näkökulmia ympäröivän inhimillisen todellisuuden ymmärtämiseksi (Ruusuvuori ym. 2010, 16).

Haastattelu sopii tiedonhankintamenetelmäksi silloin, kun halutaan saada tietoa ihmisten kokemuksista. Se on lomakekyselyä parempi, koska se on joustava. Tarvittaessa voi tarkentaa kysymyksiä tai oikaista väärinkäsityksiä eikä haastateltavan tarvitse täyttää lomakkeita, joten häntä on helpompi motivoida. Haastattelun tavoitteena on kerätä mahdollisimman paljon tietoa. Haastateltavan tulisi saada aihe, teemat tai kysymykset tietoonsa jo ennen tapahtumaa, jotta haastattelusta tulisi onnistunut (Hirsjärvi & Hurme 2008, 35; Tuomi & Sarajärvi 2009, 73). Tässä tutkimuksessa selvitin aiheen, teemat ja tutkimuksen tarkoituksen haastattelusta sovittaessa. Teemahaastattelun kysymysten muotoilussa vältin kysymysmuotoja, joihin olisi voinut vastata kyllä tai ei (ks. Vilka 2005, 105).

Teemahaastattelu eteni arkielämään liittyvien teemojen mukaan. Haastateltava saattoi siten vastata laajemmin kuin tarkkaan muotoilluissa yksittäisissä kysymyksissä. Metodologisesti teemahaastattelussa korostetaan ihmisen tulkintoja asioista, niille antamia merkityksiä ja merkitysten syntymistä vuorovaikutuksessa. Kysymyksillä etsitään vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävän mukaisesti. Ne perustuvat tutkimuksen viitekehykseen eli asiasta jo tiedettyyn. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 48; Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Tutkimusaineistona olivat litteroidut haastattelut. Haastattelun vuorovaikutustilanteissa ilmeillä ja eleillä on merkitystä, mutta ne jäävät tässä tutkimuksessa huomiotta, sillä keskityn vain asiasisällön käsittelyyn. Litteraatio on tulkinta tilanteesta. (Ruusuvuori 2010, 427). Litteroinnissa tuli esiin haastateltavien erilainen puherytmi. Sitä en kirjannut pikkutarkasti, mutta joissakin kohden puhe painottui tai haastateltava naurahti, ja ne merkitsin tekstiin, jotta ne tulevat esille analyysiä tehtäessä. Kiinnostus kohdistuu asiasisältöihin eikä itse tilanteen arviointiin. (ks. Ruusuvuori 2010, 425.)

## 7 TUTKIMUKSEN KULKU

Tein opinnäytesuunnitelman Ähtärin evankelis-luterilaiseen seurakunnassa tehtävään laadulliseen tutkimukseen, jonka tiedonhankintamenetelmä oli teemahaastattelu ja kohderyhmänä varhaisaikuiset. Sen jälkeen pyysin tutkimusluvan Ähtärin seurakunnalta. Kirkkoherra myönsi luvan diakoniatyön asiakkaiden haastattelemiseen. Seuraavaksi valitsin 22–35-vuotiaita haastateltavia asiakastiedoista, otin heihin yhteyttä puhelimitse ja sovin haastatteluajat ja -paikat. Toteutin yksilöhaastattelut viitenä eri päivänä ja litteroin kunkin heti tapahtuman jälkeen. Tämän jälkeen tein aineistoanalyysin. Kokosin vastauksia tutkimuskysymyksiin ja tietoa varhaisaikuisista diakoniatyön kehittämiseen. Teemahaastatteluihin kului aikaa kuusi tuntia viisitoista minuuttia ja litteroituja sivuja tuli 35, joissa 15587 sanaa 1672 rivillä. Seuraavassa kuvaan tutkimuksen toteutuksen. (Ks. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 227–228.)

### 7.1 Tutkimuksen haastateltavat

Valitsin diakoniatyön asiakastiedoista yhteystietolistalle varhaisaikuisia, 22–35-vuotiaita kriteereinä yhteistyökyky ja -halu sekä verbaalinen kyvykyys (ks. Tuomi & Sarajärvi 2012, 86). Soitettuani listaa läpi aakkosjärjestyksessä kaikki kuusi ensimmäistä suostuivat haastateltaviksi. Heistä muodostui heterogeeninen joukko, jossa oli yksin asuva, perheellisiä ja yksinhuoltaja. Elämäntilanteet olivat myös kaikilla erilaiset, sillä yksi oli eläkkeellä, toinen oli sairauslomalla, kolmas oli opiskelemassa ja näiden lisäksi joukossa olivat kotiäiti ja kaksi työssä käyvää. Joukossa oli naisia ja miehiä. Kaikilla oli takanaan toisen asteen ammatillinen koulutus. Haastateltujen perheistä yhdessä toinen puolisoista teki päätöksiä ja toisessa vuoden sijaisuutta. Vain yhdellä sairauslomalla olevalla oli vakiotyösuhde.

TAULUKKO 2. Haastateltavien ikä ja perhetilanne

Suku­puoli	Ikä				Yksin asuva
	Perheellinen				
	parisuhde		yksinhuoltaja		
Nainen	22v	27v	34v	35v	25v
Mies		31v			

## 7.2 Tutkimusaineiston hankinta ja käsittely

Keräsin listan tutkimukseen sopivista haastateltavista ja otin heihin yhteyttä. Samalla informoin heitä haastattelun teemoista ja mihin tarkoitukseen tietoja käytetään, jotta he ovat selvillä, mitä merkitsee tutkimukseen osallistuminen. Selvitin, että tiedot ovat luottamuksellisia ja heidän yksityisyyttään suojellaan tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Samalla sovin myös haastatteluajoista ja -paikoista. Katsoin, että nuo kuusi sovittua haastattelua tuovat tarpeellisen määrän tutkimusaineistoa, sillä tutkimukseen lupautuneiden taustatiedoista sai monipuolisen kuvan varhaisaikuisista. (Ks. Hirsjärvi & Hurme 2001, 20; Tuomi & Sarajärvi 2012, 73–74.)

Tutkimushaastatteluun osallistuvien nimet ja yhteystiedot olivat käytössä sovittaessa ajoista ja paikoista. Varsinaiset haastattelut kulkivat litteroinneissa järjestysnumeroin ja päiväyksin. Koska haastateltavien määrä on pieni ja toisaalta käyttö on paikallista ja tarkoitettu toiminnan kehittämiseen, haastattelunauhat tyhjennettiin litteroinnin tarkistuksen jälkeen ja samoin tekstit analyysin jälkeen. Poistin haastatteluissa ilmi tulleet nimet litteroinnin yhteydessä korvaten erisnimet vastaamaan sukulaisuussuhteita. Näin säilyy henkilöiden anonyymius. Jotkut haastateltavista vielä varmistivat, että heitä ei tuloksista voida jäljittää. Haastattelupäiväkirjaan kirjasin perustietoina haastateltavasta iän, koulutustason, sukupuolen, siviilisäädyn, elämäntilanteen ja perheen koon sekä kunkin haastattelun litteroinneissa alkuun päivämäärän. Nämä tiedot ovat haastatteluissa tyypillisiä kirjattavia asioita Kuulan ja Tiitisen (2010, 451) mukaan.

## 7.3 Haastattelujen toteutus

Pyrin luomaan haastattelun ilmapiirin epäviralliseksi ja arkiseksi. Laitteistoa viritellessäni rupattelin, jonka jälkeen siirryin varsinaisiin haastatteluteemoihin. Toisen päivän haastatteluista kaksi siirtyi elämäntilanteiden vuoksi uuteen ajankohtaan. Haastateltavat ottivat itse yhteyttä ja pahoittelivat peruuntumista ja esittivät uutta ajankohtaa. He olivat motivoituneita tuomaan mielipiteitään esille ja kertomaan omista kokemuksistaan kuten Jari Eskola ja Jaana Vastamäki (2007, 26–27) kertovat tutkimushaastatteluun osallistuvien yleensä olevan. Yksi sovittu haastattelu ei lopulta toteutunut, vaikka ajankohtaa kerran siirrettiinkin. Mietin aluksi, otanko tilalle toisen,



mutta tehdyt haastattelut osoittivat jo, että materiaalia tulee tarpeeksi. Käytännön syistä suurin osa haastatteluista oli kodeissa, sillä heille tutkimushaastattelu oli siten helpompi toteuttaa. Tämä oli ilmeisesti eduksi myös tutkimukselle, sillä laadullinen tutkimus on aina aika-, paikka- ja tilannesidonnaista (Vilka 2005, 112.) ja tässä tutkimusmateriaalin keräys toteutui suurimmaksi osaksi haastateltaville itselleen tutussa ympäristössä. Nauhoitin haastattelut ja litteroin ne aina välittömästi. Haastatteluja oli viitenä eri päivänä. Yksi haastateltavista ei lopulta tullut haastatteluun ja minulle jäi epäselväksi, mikä tähän oli syy.

Ensimmäinen haastattelu oli perjantaina haastateltavan kodissa hänelle sopivana ajankohtana ja se toimi samalla koehaastatteluna. Perheen äiti oli saapuessani vielä hoitamassa pienempää lasta, isää odotteli kaveri kalaan ja kalastajien poistuttua aloitimme teemahaastattelun. Tilanteessa olivat perheen lapset läsnä katsellen lastenohjelmaa videolta. Haastatteluun tuli siten joitakin taukoja, kun lapset vaativat huomiota. Käytetty aika oli tasan tunti ja litteroituja sivuja siitä tuli kuusi. Loput haastattelut olivat seuraavalla viikolla. Mielestäni haastattelun teemat olivat toimivia, joten en tehnyt aiheisiin muutoksia. Vilkan (2005, 109) mukaan haastattelussa voi tulla kysymysten väärinymmärryksiä, mutta tässä tapauksessa kysymykset käsittelivät jokaisen omia kokemuksia ja niihin oli helppo vastata.

Toinen haastattelu tapahtui toimiston alakerrassa. Paikkana oli seurakunnan viraston kodikas nuorten tila, jossa oli levollista istua vierekkäisissä nojatuoleissa haastateltavan kanssa. Tilaan on oma sisäänkäynti suoraan ulkoa. Hän oli tilanteessa yksin eikä häiriöitä haastatteluun tullut. Haastattelun kesto oli tunti viisitoista minuuttia ja litteroinnissa sivuja syntyi seitsemän.

Kolmas haastattelu oli seuraavana iltana ja se toteutettiin myös lasten katsoessa videota. Perheen äiti oli siivoamassa pöytää saapuessani, mutta nopeasti tilanne oli ohi ja pääsimme pohtimaan kysymyksiä olohuoneen sohvalle. Välillä tuli lasten kanssa useita keskeytyksiä, mutta samalla saatoin tarkistaa, mitä asioita on vielä käsittelemättä. Litteroituja sivuja oli kahdeksan ja aikaa haastatteluun meni tunti kymmenen minuuttia.

Neljäs teemahaastattelu toteutui seuraavana aamuna. Kotona ei ollut haastateltavan lisäksi muita, joten laitteiden virittämisen jälkeen pääsimme asiaan. Sitä tulikin todella

paljon, sillä ajallisesti siihen kului kaksi tuntia 20 minuuttia ja litteroinnin jälkeen sivuja oli kymmenen. Vain yksi keskeytys tuli haastateltavan kännykän soidessa haastattelun loppupuolella.

Viides haastattelu oli seuraavana aamuna. Mennessäni kotiin, siellä oli imurointi vielä käynnissä ja sen päätyttyä, aloitimme haastattelun. Yksi lapsista pyyhki pölyjä toisessa huoneessa ja haastateltava kypsensi jauhelihaa vastauksiensa ohessa. Kerran puhelin keskeytti teemojen käsittelyn. Tämä haastattelu kesti vain 25 minuuttia ja litteroituja sivuja tuli neljä.

Haastatteluissa yllätyin siitä, että tekstiä tuli runsaasti. Aina ei edes tarvinnut käydä läpi kaikkia apukysymyksiä, sillä niihin saattoi tulla vastaukset jo ensimmäisessä teemakysymyksessä. Vain yksi haastatteluista oli nopea ja lyhyt, mutta sekään ei ollut merkityksetön, sillä puheesta nousi esiin olennaista tutkimustietoa. Litteroinneissa 35 sivusta kasaantui materiaaliksi 15587 sanaa.

#### 7.4 Aineiston analysointi

Laadullisen tutkimuksen aineiston analyysinä on sisällönanalyysi. Tuomen ja Sarajärven (2009, 92–93) mukaan aineistosta löytyy paljon kiinnostavia asioita, mutta tutkijan täytyy rajata tarkasti kapea ilmiö, mikä on kiinnostavaa ja mitä tutkitaan, ja jättää muu sivuun. Tutkimustehtävä ja tutkimuksen tarkoitus kertovat sen, mikä tuo ilmiö on. Siitä tuodaan esiin kaikki mahdollinen. Aineisto litteroidaan tai ryhmitellään. Tässä vaiheessa kirjoitetaan myös edellisestä raportti. Tämän jälkeen aineisto luokitellaan tai teemoitellaan aihepiireittäin, jolloin voidaan verrata tiettyjen aiheiden esiintymistä aineistossa. Tyypittelyllä saadaan aineistosta näkyviin tyypiesimerkki tiivistämällä tiettyä teemaa koskevia näkemyksiä. Aineistosta voi etsiä samankaltaisuuksia tai erilaisuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92–93.)

Luin aineiston läpi ja mietin sitä. Koin todeksi kirjan kertoman, että tutkimuksessa haastattelut ovat tutkijalle arvoitus ja herättävät lisää uusia kysymyksiä (Ruusuvuori, Nikander ja Hyvärinen 2010, 9–10). Otin jälleen tutkimuskysymykset esiin. Siellä ensimmäisenä oli kysymys arjen kokemuksista, joten keräsin kaikki asiat, jotka

haastatteluissa tulivat esille arkeen kuuluvina. Ruusuvuori ym. (2010,16) ohjeistaa tekemään tutkimusaineistolle mitä ja miten -kysymyksiä. Seuraavaksi otin käyttöön mind mapin eli purin jokaisen haastattelun omalle sivustolle. Tämä vaihe on Ruusuvuoren ym. (2010, 219) mukaan tutkimuksen teemoittelu, sillä siinä ei järjestetä materiaalia esitettyjen kysymysten mukaan vaan perusteena ovat tutkimuskysymyksiin löytyvät vastaukset. Esimerkiksi kaikissa haastatteluissa yksi ydin oli koti, minkä rinnalle lapsiperheissä tulivat myös lapset ja perhe. Keräsin haastattelun kotiin liittyvät asiat yhdeksi kuvioksi. Samalla tavoin ytimeen erottuivat sosiaalinen verkosto, haaveet, elämän vastoinkäymiset, joista kahteen ytimeksi tulikin sairaus. Myös vahvuudet, kokemukset ja työ olivat piirroksissa keskiöissä. Käytin koodauksessa eri värejä papereissa, jotta jokaisen tulokset pysyvät yhtenä erillisenä nippuna. Nyt alkoivat hahmottua arjen keskeiset asiat ja niiden sidoksisuus. Vähän väliä haastatteluaineistosta nousi esiin liittymäkohtia niin elämänkaariteoriaan kuin aikaisempien tutkimusten tuloksiinkin. Löytyi myös eroavuuksia teorian tuomaan tietoon.

Tämän jälkeen minulla oli koossa lista asioista, joista varhaisaikuisten arki koostuu. Seuraavaksi keräsin yhteen asiat, joissa he nähdäkseni tarvitsisivat arkielämän sujumiseksi tukea. Osan he toivat julki haastatteluissa, mutta osa jäi sanomatta ääneen tai he eivät itsekään avun tarvetta hahmottaneet. Myös omat vahvuudet tiedostettiin heikosti. Niitä tuli kuitenkin esiin haastatteluista. Vaikeimmaksi teemahaastattelussa koettiin yhteys seurakuntaan. Tämän teeman lista oli lyhin.

## 8 TUTKIMUSTULOKSET

### 8.1 Varhaisaikuisen arjen ytimessä koti ja perhe

Kuten elämänteorioita antoikin olettaa, kaikki varhaisaikuiset olivat muuttaneet lapsuuden kodistaan ja itsenäistyneet omiksi asuntokunnikseksi. Myös yksin asuva haastateltava koki oman asunnon tuovan elämäänsä tiettyä vapautta. Hänellä oli asunnossa kaverina lemmikkieläin.

On täällä joku tässä jutussa.... Täällä saa tehdä mitä haluaa.....Ei ainakaan ole kellekkään tilivelvollinen siitä, missä oot ja mitä teet.

Tutkimuksen viidellä haastateltavalla oli lapsia. He kaikki kokivat arjen rytmittävän lasten tarpeiden mukaan. Kesälomalla perheen arki oli vapaampaa, mutta koulu ja kerhot sekä harrastustoiminta aikatauluttivat elämää syksystä kevääseen. Perheenäiti huolehti aamuisin eri-ikäisten kouluun lähdöstä ja saattoi itse alle kouluikäiset kerhoon. Arki oli tuolloin tarkkaan kelloitettu.

Kesäaikaan meillä ei ole mitään rytmiä. Sillon syyään, kun tulee nälkä. Nyt on jo ihan paniikki päällä, kun koulut alkaa viikon päästä ja pitäis olla jo täyttä tohinaa.

Työssä ja opiskelemassa kävijöillä oli puoliso kotona hoitamassa lapsia silloin, kun haastateltava oli poissa. Kotiin kuitenkin haluttiin palata mahdollisimman nopeasti. Lasten kautta koettiin syntyvän sosiaalisia suhteita ja saatavan siten ystävyysuhteita sekä elämäntilanteisiin vertaistukea. Yksi haastateltavista puhui ”äitikavereista”. Hänelle oli syntynyt vahva vertaistukiverkosto ystävistä, jotka tarpeen tullen myös tarjosivat apuaan, josta hän oli mielissään. Lasten harrastukset toivat myös kodin ulkopuolelle ja antoivat mahdollisuuden liikkumiseen, muutoin viihdyttiin kotona.

Illalla puoli neljän, neljän välillä kotona. Sitten syöti ja lasten harrastuksiin lähti. Kaikilla on harrastuksia. Viikonloppuisin kierrellään sitten kisoja ja turnauksia. No, ihan tämän harrastustoiminnan pohjalta oon päässy keräämään ystäväverkostoa.

Kaupassa käynnit toivat monet kotoa ihmisten pariin lasten harrastusten lisäksi. Keskinen on ”kyläkauppa” Tuurissa, noin 20 kilometrin päässä Ähtärin keskustasta.

Useat perheet tekivät sinne ostoskäyntejä.

Vähä käyvään ihmisten ilmoilla ja sitte ollaan omalla poppoolla kotona.  
Kysymys: Missä käynte?  
Kaupassa. (hyväntuulista naurua) Välillä käydään Keskisellä kaupoissa.

Esiin tuli myös se, että nuorin haastateltavista (22-vuotias) selkeästi eli siirtymäjaksosa, sillä hänen elämästään puuttui sisäinen vakaus. Ulkoiset elämän rakenteet, kuten oma koti ja perhe sekä työ, vaikkakin sijaisuus, oli jo saavutettu ja hän vaikutti energiseltä ollen monessa mukana. Juuri näin Dunderfelt (1998, 105–109) hänen ikäistensä kuvasi toimivan. Tämä tuli selvästi ilmi kysyttäessä hänen haaveistaan ja toisaalta harrastuksistaan. Haastateltavalla oli kaksi lasta, joista nuorempi vajaan vuoden ikäinen. Puoliso hoiti lapsia kotona ja hän itse teki vuoden sijaisuutta valmistuttuaan noin puoli vuotta aikaisemmin. Hän oli tehnyt töitä myös opiskelujensa ohessa. Työkokemusta oli vasta vähän, mutta hän halusi edetä työelämässä ja siksi haaveili koulutuksesta. Toisaalla hän totesi, että rahat eivät riitä. Talo oli vasta hankittu, lapset olivat pieniä ja puoliso oli työttömänä. Hän ei selvästikään vielä tunnistanut omaa rajallisuuttaan ja voimavarojaan, sillä hän tuntui haluavan tehdä ja kokeilla kaikkea. Väsymys oli hänelle tuttu tunne. Dunderfeltin (1998) mukaan vasta 25-vuotiaana elämä alkaa tasaantua. Siihen asti päätöksen tekoa ohjaa se, miltä asiat tuntuvat.

Siis, oma koti on vihdoin ja viimein toteutunut haave. Pitkään ollaan tätä haluttu jo ja sitte löyty tämä. Mutta ehkä just se, että sais sen vakipaikan joskus ja mää siis haluaisin hirveesti lähtee opiskelee, mutta... Mää yritän tässä ainakin vuoden olla töissä nii sitte mää yritän hakee niihin....mikä on niinku töitten ohessa.

Kun sais nukuttua, mutta kun ei malta mennä sänkyyn... ja sitten kun sinne pääsee, niin on tämmönen pieni pirpana, joka heti herättää. Sitten isompikin tunkee väliin nukkumaan.

Haastateltavista vain kaksi asui vuokra-asunnossa, kaikilla muilla oli asuntona omistusasunto. Omakotitalot olivat etäämmällä keskustasta, joten liikkumiseen tarvittiin autoa tai bussiliikennettä, mikä puolestaan hankaloitti elämää. Opiskelija kulki toisella paikkakunnalla ja koki liikkumisen rasittavana, vaikka hän matkusti yhdessä toisten kanssa niin, että tarvitsi omaa autoa vain viikon vuorollaan. Kysymykseen, minkälainen toiminta voisi helpottaa arkea, hän vastasi:

No, se ainakin helpottais tosi paljon, jos keskustaan pääsis (asumaan) ...  
Lapset pääsis omia aikojaan harrastuksiin . Ei tarttis kuskata..... Kun on

vaan yks auto niin se on semmosta, kun me kuletaan taas tuolla koulussa vuoroviikoin, niin.....toistemme autoilla niin, sitten kun on mun auton vuoroviikko, niin on vaikee järjestää lapset kouluun..... Ja sitte, kun ei ole mun auton vuoroviikko, niin puoliso joutuu viemään mut eka aamusta ja sitte tulee takasin..... ja sit se vie lapset ja se on yhtä ajamista.

Elämässä joudutaan tekemään valintoja. Edellinen haastateltava kertoi, että lapsia täytyy siksi kuljettaa, koska he eivät ole siinä koulussa, jonka piiriin he kuuluvat. Hän ei tarkemmin kertonut syytä, miksi näin toimittiin. Kaupunki sallii vanhemmille lasten opetuksen muuallakin kuin lähikoulussa, mutta tuolloin vanhemmat vastaavat kuljetuskustannuksista. Haave talosta keskustassa auttaisi arkea, mutta taloudellisesti se vaikeuttaisi tilannetta, jos haastateltava pitää kiinni halustaan pitää sivukylällä oleva talo omistuksessaan. Hän perusteli ajatusta tunnesyillä: lasten synnyinkotia ei voi myydä.

Elämänkaariteoriassa tuli esille myös se, että pettymykset ja vastoinkäymiset elämässä voivat johtaa eristäytymiseen ja jopa vihamielisyyteen muita kohtaan. Näiden todettiin olevan myös oireina mielenterveysongelmissa, erityisesti miehillä. Tämä tuli todellisuudeksi haastatteluissa. Tässä vaiheessa Eriksonin teoriassa tulisi siirtyä työelämään ja perustaa perhe. Tuolloin on tarve tulla hyväksytyksi ja sairaus sekä ihmissuhdepettymykset voivat viedä eristäytymiseen.

En tiedä, mikä minusta teki tavallaan erakon... Oliko liikaa pettymyksiä parisuhteessa?

Moni on varmaan samassa tilanteessa kuin minä, .....mutta niitä ei vaan siinä mielessä huvita.... niinku tehä mitään..... ja sitten, jos joku kaveri tulee sanomaan, että.....No, kun hänellä on näin huono tilanne, että kaikki on... niin, että MIKÄ HUONO TILANNE? Sulla on nyt oikeestaan kaikki ok, että.....niin, mikä tilanne mulla on?.....Mieti sitä!

Ennakko-oletukseni siitä, että Haarnin (2009) väite kotona olemisen yksipuolisuudesta hyvinvoinnin kannalta olisi totta myös varhaisaikuisilla, piti paikkansa yksin elävän kohdalla. Hän koki kaikki päivät samanlaisina ja elämänsä tasaisen harmaana. Pelikierteeseen joutuminen oli tuonut uniongelmia vuorokausirytmien sekoituttua täysin. Tässä piti paikkansa myös Lindqvistin (2002) väite, että tavalliseen arkeen kuuluvat asiat muuttuvat mielenkiinnottomiksi ja elämän vastoinkäymiset sekä henkinen hätä aiheuttavat yksinäisyyttä ja mielenterveyshäiriöitä. Diakoniatyölle tämä kohderyhmä tuo haastetta. Elämän satuttamille ihmisille tulee antaa tukea ja toivoa, kuten

Voutilainen (2006) diakonian tehtävää kuvasi.

Aamulla herään kymmenen, yhentoista aikaan pesulle ja kahvinkeittoon ja sitten vain miettiä, mitä sinä päivänä tekee.... Yleensä sitä samaa paikallaan olemistahan se on..... Tv on aina päällä, vaikka sitä ei kahtoiskaa, mutta pakko olla jotain ääntä ympärillä. Enhän osaa nukkuakaan, jos ei ole tv päällä. Ei tarvi äänikään kuulua, kuvan vaan pitää liikkua. Se on varmaan yks syy siihen, että on vähä masennusta, koska ei pysty olemaan paikallaan.... nukkua ilman sitä hälinää ympärillä. Koska on niin yksin olemista muutenkin tässä kämpässä.

Kaksi haastatelluista oli sairastunut masennukseen kohdattuana vastoinkäymisiä. Sairaus puolestaan aiheutti ongelmia taloudessa. He pysyivät kotipiirissä, kun ei ollut varaa kuluttamiseen. Toinen haastateltu totesi sairauden myötä ihmissuhteiden hoidon ja harrastuksien jääneen. Juuri nämä kuuluvat siihen, mitä Huttunen (2011) on kertonut tutkiessaan ihmisen terveyttä. Hänän totesi, että sitä heikompi on ihmisen terveys, mitä enemmän hänellä on toimintakyvyssä rajoitteita (Huttunen 2011,49).

Masennus tuli siitä, kun ero tuli. En sitä itekään tiedostanu, mutta mitä nyt oon puhunu, niin se on varmaan tullu jo sieltä asti ja sitte tuli rahavaikkeudet ja .....sitte tuli.....hoitovaikkeudet, kun lapsi lähti eskariin ja.....Sitte alkoi tulla niin paljon kaikkea.....Niin sit se vaan niinku riitti.....Sitte tuli omat sairaudet ja kilpirauhasen vajaatoiminta, kun se meni niin pitkälle, ennen kuin se todettiin, niin se oli jo sielläkin ja masennuksen puolella.

Kaikilla haastateltavilla oli talous tiukalla. He eivät kuitenkaan kokeneet, että eivät integroituisi yhteiskuntaan. Useampi totesi, että silloin kuin on varaa, käydään jossakin lasten kanssa ja ellei ole, touhutaan kotona. Heiskasen ja Saariston (2001) väite, että yhä useampi integroituu kuluttamisen eikä työn kautta yhteiskuntaan, ei pitänyt tässä tutkimuksessa paikkaansa. Ähtäri on niin pieni paikkakunta, että täällä ei ole kuluttamiseen paljon vaihtoehtoja ja ihmisiin tutustuminen on helppoa. Suurissa kaupungeissa tilanne voi olla toisin. Työ koettiin tärkeäksi erityisesti raha-asioiden vuoksi. Usealla oli haaveissa pysyvä työsuhde ja myös sairauslomalla oleva toivoi tervehtymistä, jotta pääsisi työhön. Työssäkäynnistä eräs haastateltava koki saavansa voimaa lapsiperheen arkeen sekä sosiaalisia kontakteja.

Kymmenen tuntia yhden ihmisen kanssa (työssä) niin siellä tulee purettua kaikki mahdolliset ongelmat ja asiat, niin ei enää sitte kavereille välttämättä.

Ilman puolisoa olevat sanoivat hyvin painokkaasti, että pitää pärjätä yksin. Siitä päättelen, että he kaipaivat toista ihmistä rinnalleen jakamaan elämän tuomia taakkoja. Diakonian tarjoama toiminta yhdessä tekemiseen vertaisten kanssa voisi auttaa purkamaan yksin selviämisen paineita. Lapsen kanssa elävä kertoi toisinaan olevan rasittavaa, kun piti lohduttaa lasta hänen ikävöidessään erillään olevaa puolisoa. Hän totesi, että pitää kantaa yksin kahden ihmisen vastuu, kun toinen ei pidä yhteyttä. Toinen haastateltu puhui lemmikkinsä tärkeydestä paljon, mutta ei aluksi maininnut suoraan puolison kaipuuta, vaan kierteli ja kaarteli. Lopulta asia tuli sanoiksi.

Vaikka nyt aattelee, että tähänkin nyt... vaikka niin kuin ois kämpällä, että...vaikka seurustelusuhteen tai vaikka löytäis jonkun, jonka kans seurustelis.

Heillä oli kokemusta yhteiselämästä ja tuntui, että he eivät vielä ole päässeet eron aiheuttaman mielipahan yli. Kaikki parisuhteessa elävät haastateltavat olivat tiedostaneet, että puolison kanssa ei ole kyllin yhteistä aikaa, joten Dunderfeltin (1998) käsitys sukupuolten erilaisuudesta tuli esille. Naiset kaipasivat aikaa puhumiselle. Kotiäiti totesi, että jos puoliso on kotona, hän ei malta lähteä mihinkään tilaisuuteen.

Perheissä koettiin lasten olevan elämän rikkaus, mutta kasvattamisen myös kuluttavan voimavaroja. Yhdessä perheessä elettiin murrosikäisen kanssa ja yhdessä vauvaikäinen valvotti yöllä. Yksi haastateltava kertoi juuri havahtuneensa siihen, että lapsen kanssa tulee hyvin toimeen. Hän oli päässyt näkemään toisia perheitä, joissa elämä lasten kanssa ei sujunut yhtä hyvin. Yhdessä haastattelussa tuli myös ilmi, että yksin elävät ystävät eivät ymmärrä lapsiperheiden arkea, sitä, että perheestä ei aina voi, tai edes haluta, lähteä ilman lapsia kyläilemään. Vastaavasti eräs haastateltava suri sitä, että hänen ystävänsä menee töihin, eikä hän sen jälkeen voi kyläillä, sillä toinen on töiden jälkeen väsynyt ja hänen täytyy antaa levätä. Vertaistukiverkoston luominen ja vahvempi yhteistyö perheiden kanssa loisi vahvistavaa yhteisöllisyyttä ja sosiaalista hyvinvointia, mitä kansanterveysohjelmakin tavoittelee (STM i.a.). Hyvän arjen määritelmiä koettiin lasten tuntemuksilla.

Etä kunhan sillä (lapsella) on hyvä olla ja turvallinen olla.

Kun lapset ovat onnellisia ja saa olla omassa kodissa



Kahdessa haastattelussa tuli myös esiin se, että kaivattiin aikaa, jolloin voisi olla ilman lapsia. Toinen ratkaisi asian viemällä lapsen leikkimään kavereiden luo. Väliajan hän oli kotona ja lepäsi.

Eikös se oo sitä aikaa.....saa vain olla eikä tarvi ruokaa hyyssätä eikä mitään muutakaan.

Toisen ilmaus paljastui muusta kertomisesta.

Ei ole hirvee usein mahdollisuutta muuta kuin olla näitten kanssa.

Kaikkien ulottuvilla oleva netti tuntui haastateltavilla olevan käytössä ainakin jossain muodossa. Sen kautta maksettiin laskut, tehtiin edullisia tarvikehankintoja kirpputoreilta tai myytiin itse tarpeetonta tavaraa. Sähköpostia käytti jokainen ja tietoa hankittiin netin kautta. Valtaosa kävi myös nettikeskusteluja toisten kanssa. Facebook (FB) oli kaikille tuttu, mutta kukaan lapsiperheistä ei pelannut siellä pelejä. Sen sijaan lapseton totesi pelaamisen ajankulukseen. Samassa lausahduksessa oli myös viesti kaipuusta järkevään tekemiseen.

FB:ssä pelaan biljardia ja silleen....aikani kuluksi.....Ne on sitä ajan tappamista.....Kyllä se pitäis olla jotain muuta ihmisen tekeminen..... ja elämä kuin sitä, että oot tietokoneella ja pelaat.... ja oot FB:ssa

## 8.2 Toiveita paremmasta

Vain yksi perheellisistä haastateltavista ei toivonut apua lastenhoitoon. Kaikki muut olivat tiedostaneet avun tarpeen. Yllättävää oli, että vaikka isovanhemmat olivat lähellä, he eivät auta lastenhoidossa. Tämä tieto poikkesi Vakimon (2001, 278–279) käsityksestä. Suku ei aina auta. Yhdessä haastattelussa tuli esiin, että isovanhemmilla on alkoholiongelma. Yhden haastateltavan vastauksien ohessa tuli myös selväksi, että asia, minkä hän väsyessään jättää tekemättä, on siivous. Hänelle kotiapu voisi lastenhoidon lisäksi tarjota myös siivousta. Ähtärissä kaupunki ei anna lapsiperheille kotiapua kuin vasta ongelmien ilmetessä lastensuojeluasioissa (Lehtinen 2013).

Äiti voi ottaa silleen, että hän haluaa olla lapsen kanssa, muttei se oikein ymmärrä, ettei se meitä oikeen auta. Kun me sitte haluttais lapset hoitoon, että meillä on jotain tekemistä silloin tai että joku suunnitelma ja tälle, että oikeesti hyödyttäis siitä jotain..... Välillä tarttis sellasta muutakin...

Haastattelussa tuli ilmi, että kaivattiin myös tukea kolmasluokkalaisten iltapäivän viettoon. Tämän ikäinen ei enää ole oikeutettu menemään koululaisten iltapäivähoitoon. Myös kotona hoidettaville lapsille kaivattiin paikkoja, missä he voisivat leikkiä toisten lasten kanssa ja kotona oleva vanhempi saisi keskustella aikuisten kanssa.

Lapsen kanssa on niin vaikeeta, kun ei tiedä, mihin sen lapsen laittaa siksi aikaa, kun se ei jää yksin. Helpottaisi, se, että mulla olisi varma paikka, missä lapsi voisi olla koulun jälkeen ja iltasin, jos olen töissä. Vaikka lapsi on jo niin iso, että sen pitäis pärjätä yksin, niin ei se välttämättä uskalla olla yksin kotona.

Tutkimusmateriaaleissa harmiteltiin myös sitä, että vaikka julkisten kulkuneuvojen käyttö Ähtärissä on asioimisessa hankalaa, ei oman auton käyttökustannuksia lainkaan huomioida toimeentulotukilaskelmissa. Tämä asia harmitti myös auton omistavaa sairaseläkeläistä, jolle liikkuminen oli vaikeaa, sillä hän käveli kankeasti. Jos täällä asuu sivukylällä, niin on välttämätöntä olla oma auto liikkumiseen. Toisaalta asiointi netissä helpotti varhaisaikuisten arkea.

FB:ssa on niin paljon kirpputoreja. On niin helppo sieltä, kun vaan vaihtaa tilitiedot ja sitte postimies tuo paketin kotiin. Sillä lailla ei tarvi miettiä, mihin lapset laittaa siksi aikaa, kun menee käymään. Ähtärissä ei niin hirveesti kirpputoreja oo. Pitäis aina lähteä Seinäjoelle asti. Säästää bensat ja kaikki muun.

Mäkisalo-Ropposen (2012,111) tutkimus lapsiperheiden köyhyydestä pitää paikkansa ainakin monilapsisissa perheissä, joissa toinen puoliso tekee pätkätöitä. Yhteiskunnan sosiaalipolitiikan vääryydeksi koettu asia kosketti kotiäitiä. Hän harmitteli sitä, että työttömänä hän saisi huomattavasti paremman tuen yhteiskunnalta kuin kotiäitinä, vaikka hän hoitaa useita lapsia.

Se, että oot työttömänä, niin sun ei tarte mitään tehdä, saat kuiteski paljon enemmän rahaa.

Monilapsisissa perheissä lasten harrastustoiminta tulee kalliiksi. He toivoisivat, että saisivat paljousalennusta esimerkiksi uimahallilipuista. Jos joku on lähdössä, niin toisetkin haluavat mukaan.

Yksi haastateltava muisteli aikaa, jolloin oli paluumuuttajana tullut Ähtäriin. Hän totesi, että oli ankeaa, kun ei tuntenut ketään, sillä lapsuusajan tutut olivat muuttaneet muualle.

Diakoniatyön strategiassa on toimintatavaksi kirjattu etsivä työ ja sanotaan, että seurakunta on välittävä yhteisö. Tässä tilanteessa olisi seurakunnalla paikka rohkaista osallisuuteen ja kutsua mukaan toimintaan.

Aluksi ei uskaltanut ja kehannu mihinkään kerhoihinkaan mennä ja.....ja aatteli, että mitähän täällä. Se oli sellasta, että se jotenkin lamaannutti hyvinvointia.

Yksi vanhemmista oli huolestunut kasvatusympäristön alkoholin käyttökulttuurista. Omien huonojen kokemustensa opettamana hän haluaisi suoda lapselleen paikkoja, joihin voi mennä niin, että ei tarvitse pelätä, että joku on siideri- tai kaljapurkin kanssa tai esiintyy päihtyneenä.

Masennus tuli ilmi kahden haastateltavan puheista. Toisella sairaus oli edennyt pitkälle, mutta hän koki, että parantumistakin tapahtui. Hän oli jo oppinut ymmärtämään oireiden ilmaantumisen ja sanoi tietävänsä, koska tarvitsee tilanteessa apua. Hän oli pystynyt selvittämään monia sairauteen johtaneita vastoinkäymisiä ja hyväksymään tapahtuneen. Toinen kamppaili eteensä tulleen fyysisen heikkenemisen hyväksymisen kanssa. Hän taisteli kuntonsa heikkenemistä vastaan, eikä suostunut hyväksymään, että pyörätuolista voisi olla apua liikkumiseen. Kumpikin tarvitsee diakoniatyön henkistä tukea, sillä sairaus tuo tarvetta luopua entisestä ja toiminta ryhmässä voisi laajentaa ajatusmaailmaa.

Jos vaan sais itestään niskasta kiinni....että istuu siihen tuoliin.

Yksinäisyys oli yksi hyvinvointiteeman osa. Lähes kaikissa vastauksissa myönnettiin, että yksinäisyyttä koetaan joskus. Yksi totesi tuntevansa joskus yksinäiseksi itsensä, vaikka ympärillä olisi ihmisiä. Toinen taas selitti, että ei voisi koskaan jäädä yksin, aina piti olla joku mukana tai läsnä. Hän oli jo pitempään elänyt suurperheen arkea ja yksin olo olisi ollut tavallisuudesta poikkeavaa. Hän tuntui pelkäävän yksinäisyyttä. Joku totesi myös tarvitsevänsä sitä jaksakseen. Jollekin hyvän ystävän puuttumisen aiheutti yksinäisyyttä.

Sitte kenellekään ei sovi just nyt, kun tarttis seuraa.

### 8.3 Vahvuutena oma osaaminen

Kaikki haastateltavat olivat kodinhoidon taitavia ihmisiä. He laittoivat itse ruokaa, leipoivat, siivosivat ja huolehtivat myös pyykinpesuista. Useimmat rentoutuivat käsitöitä tekemällä. Joukon kotiäiti totesi nauttivansa kotona olemisesta ja olevansa taitava lastenhoidossa. Eräs totesi tekevänsä aina sitä, mikä on tarpeen. Jos hän ei tiedä, miten tehdään, hän ottaa selvää.

En vieroksu yhtään mitään, teen mitä pitää tehdä

Haastateltavista vain yksi koki, että hän ymmärtää elämää. Mielestäni kaikilla oli kuitenkin vastoinkäymisiä ja kokemuksia niistä selviytymisistä niin paljon takana, että elämäkokemus on heidän vahvuutensa. Kukaan ei myöskään sanonut ääneen, että selviäminen pienillä tuloilla on vahvuus. Yksi haastateltavista kyllä toi julki laskelmansa, jonka hän tekee joka kerta rahaa saadessaan, jotta tietää paljonko päivää kohti on vara kuluttaa. Heidän yksi elämässä selviytymisen vahvuus on myös taito hankkia apua silloin, kun sitä tarvitsee. Perheelliset olivat tyytyväisiä elämäänsä.

En ois ikinä ajatellut, että mun käy näin hyvin, että mulla on terveet lapset ja puoliso, joka vaihtelevalla menestyksellä muistaa huomioida meitä.

Tyytyväinen mieli yhdessä sen kanssa, että osataan elää tavallista arkea tässä ja nyt osoittavat, että lapsiperheet eivät elä Jalaksen (2011) kuvaamassa tehokkuusajattelussa. Elämäkokemuksensa myötä heillä on sisäistäkin elämäntilannetta, mikä näkyy myönteisenä suhtautumisena elämään ja vastoinkäymisten aiheuttamiin tilanteisiin sopeutumisenä. Monet kertoivat aluksi stressaavansa vastoinkäymisissä, mutta ymmärtävänsä sitten, että elämä kantaa. Haaveet liittyivät elämän perusasioihin. Toivottiin terveyttä, vakituista työtä, kiireettömyyttä elämään, mahdollisuutta aloittaa vanhat harrastukset uudelleen ja yksi toivoi matkaa johonkin lämpimään. Elämässä vaaditaan myös kykyä kieltäytyä asioista tai siirtää niiden saamista tulevaisuuteen, jos ei tällä hetkellä niihin ole varaa. Realistiset haaveet elämässä auttavat jaksamaan. Monilapsisen perheen äiti oli kehittänyt jaksamiselle oman idean.

Koko ajan pitäis jotenkin olla eteenpäin suunniteltua. Jotain kivaa pitäis aina olla kalenterissa tiedossa.

#### 8.4 Yhteys seurakuntaan

Tutkimuksen aikana selvisi, että varhaisaikuiset ovat yhteydessä seurakuntaan lastensa kautta. Osa heistä käy viikoittain perhekerhossa tai ainakin heidän lapsensa ovat päiväkerhossa. Perhekerhoaika koettiin talvella liian lyhyeksi, kun ulkovaatteiden pois ottaminen ja pukeminen vie osan ajasta. Erityisesti kiitosta annettiin siitä, että jo 3-vuotiailla on mahdollisuus osallistua päiväkerhoon. Osa haastateltavien lapsista käy varhaisnuorten kerhoissa. Vanhempia lapsia osallistuu partiotoimintaan ja myös vanhemmat ovat sitoutuneet olemaan valvontavuorollaan aikuisena paikalla. Vuorot on koettu myönteisinä.

Tuntuu, että tunti, jonka siellä olet istunut, on ollut vapaahetki.

Vaikutti siltä, että seurakunnan toimintaan osallistumista eivät haastatellut olleet paljon ajatelleet. Kolmen vastauksista tuli esiin, että on niin kiirettä ja vähän aikaa, että ei ehdi osallistua. Kaksi kertoi, että ei jaksakaan lähteä mukaan. Yhdeltä tuli toive, että pitäisi järjestää enemmän tietyille ryhmälle kohdennettuja tapahtumia, esimerkkinä tästä vaikkapa yksinhuoltajat. Ilmeni myös, että tämä ikäluokka ei tilaa lehtiä tai lue niitä, sillä seurakunnan toimintapalsta kuulosti olevan tuntematon.

Meille ei tule mitään lehtiä, niin en tiedä tuosta piiristäkään.

Erilaisia tapahtumia perheille kaivattiin. Jotkut olivat valmiita osallistumaan järjestelyihinkin. Melkein heti nousi myös epäily mahdollisuudesta päästä mukaan ja siitä, että löytyykö aikaa. Eräs totesi, että ei ole aikaa, mutta toisessa paikassa hän haaveili hotelliviikonlopusta ja tuolloin sanoi, että sinne kyllä koetettaisiin päästä, jos sellainen ilmaantuisi. Osallistumista siis motivoi se, kuinka tärkeäksi asia koetaan.

Kiva olisi suunnitella tapahtumia. Ne on aivan ihania aina.

Joku kertoi kaipaavansa kesäaikaan toimintaa. Kun puoliso on töissä, eikä ole koulua, niin lapsillakin on pitkä aika ja he kaipaavat tekemistä. Toive oli, että tällöin viikonloppu rauhoitettaisiin perheille ja toimintaa voisi olla viikolla, vaikka pari kertaa kuukaudessa kesäaikana.

## 8.5 Tutkimuksen aineiston ja teorian yhteys

Elämänkaariteoria tuli näkyviin selkeästi. Kaikilla haastateltavilla oli ammatti ja yksi kouluttautui jo toiseen ammattiin. Samoin jokainen oli kokenut läheisen ihmissuhteen. Kahdelta suhde oli purkautunut, mutta ihmissuhteiden solmiminen ja purkaminen liittyy juuri tähän ikävaiheeseen. Ero koetaan epäonnistumisena ja pettymyksen jälkeinen eristäytyminen ja vihamielisyys toisia kohtaan olivat nähtävissä. Tosin kriiseissä vaikuttivat myös sairastuminen ja mielenterveysongelmat. Haastateltavista kaksi oli työelämässä, vaikkakin toinen tällä hetkellä pitkällä sairauslomalla. Kotiäidilläkin oli ammatti, mutta hän aikoi hakeutua työhön vasta, kun lapset ovat isompia. Nuorin ja kaksi vanhinta (kotiäiti ja yksinhuoltaja) haastateltua erottautuivat selvästi eri vaiheen eläjiksi. Nuorin oli energinen ja väsytti itsensä työssäkäynnin lisäksi kaikenlaisella puuhastelulla. Vanhimmat olivat selvillä omasta tahdostaan, haluistaan, tunteistaan ja ajatuksistaan. Yksinhuoltaja vastasi kysymyksiin varmasti ja selkeästi ja kertoi esimerkiksi, että olisi halunnut lapsen isän pitävän lapseensa yhteyttä eron jälkeen.

Elämänkaaren edetessä tarvitaan elämänhallintaa. Haastateltavilla arki oli sujuvaa, vaikka kenelläkään ei ollut erityistä turvattua yhteiskunnallista asemaa tai vaurautta. Kaikki tulivat toimeen niukoilla käyttövaroilla. Silti elämän suunnittelu toimi ja yllättäviin tilanteisiin ja niistä selviämiseen oli opittu. Ajankäyttö oli ympäristön vaateiden mukaista. Ruishalmeen ja Saariston (2007) ajatukset näyttävät toteutuvan heikompiosastenkin kohdalla, sillä tunne siitä, että elämä on ymmärrettävää, vallitsee haastateltujen mielissä silloin, kun toinen puolisoista on työssä. Näyttöä siitä, että olisi ”sairastuttu tehokkuuteen” ei tullut. Lasten koulunkäynti ja muut toiminnot työn tekemisen lisäksi rytmittivät elämää ja ajan normatiivinen ihanne ihmisarvoisesta ja oikeanlaisesta elämästä oli näkymättömissä. Kaikki elivät omannäköistä elämäänsä ja hyödynsivät siinä tarpeellista tekniikkaa, kuten esimerkiksi netin Facebook-mahdollisuutta. Jalaksen (2011) kuvaama tehokkuus vallitsee ilmeisesti tiheämmin asutuilla seuduilla ja kohtuullistamisen kulutukseen täällä toi rahanpuute.

Pajun ja Vehviläisen (2001) riskiyhteiskunta-ajatuksen torjuntaan on herätty, sillä nuorisotakuu pyrkii pitämään otetta alle 25-vuotiaista ja alle 30-vuotiaista vastavalmistuneista. Ähtärissä palkkatyö, koulutus ja sosiaaliset verkostot tuottavat turvaa ja tukea ihmisten elämään ainakin vielä, vaikka työn löytyminen ei enää ole niin

helppoa kuin aikaisemmin. Haastateltujen puolisoista yksi teki päätöksiä ja toinen oli työttömänä eikä sairaseläkkeellä olisi ollut löytänyt työtä, vaikka oli sitä etsinytkin. Sosiaalinen verkosto näytti toimivan kasvokkain parhaiten kotiäidillä, toiset käyttivät verkostossaan sosiaalista mediaa.

Kaikkien haastateltujen tai heidän puolisonsa vanhemmat asuivat Ähtärissä. Kuitenkaan perheet eivät aina saaneet apua heiltä. Osittain syynä on se, että osa isovanhemmista on työelämässä. Haastatteluissa tuli esiin myös, että kaikki isovanhemat eivät halua auttaa ja yhdeksi syyksi ilmeni alkoholismi. Syy etääntymiseen suvusta ei siten Ähtärissä ole maantieteellinen etäisyys, kuten Vakimon (2001) tutkimus totesi.

Yhteisöllisyyden puutteesta ovat olleet huolissaan Lindfors (2006) ja ev.lut. kirkko sekä useat tutkijat (Thitz 2006; Hiilamo 2009; Rättyä 2009). Tämän tutkimuksen perusteella huoli syntyy yksin asuvista ja elämän vastoinkäymisten satuttamista. Tutkimuksen yksin asuva epäili, tulisiko toimintoihin kuitenkin lähdettyä ja kertoi kaveripiiristään: ”ihmiset jumittaa aika paljon kämpillä”. Heidät tulisi löytää ja saada motivoitumaan yhteisiin toimintoihin. Nummenmaan ja Sams`n (2011) tiedon mukaan toisten tuntemuksiin voidaan vaikuttaa tietoisesti sanoilla ja tunteet tarttuvat tahtomattamme. Ryhmissä tätä voisi hyödyntää. Huttusen (2011) mukaan sosiaaliset kontaktit, aktiivinen toiminta ja runsaat, hyvät ihmissuhteet pitävät yllä terveyttä. Hän oli erityisesti huolissaan vähäosaisista ja syrjäytymisvaarassa olevista. Lindforsin (2006) toteamus siitä, että masennus ja yksinäisyys ovat eristäytymisen seurausta, saa lisää painoarvoa Kinnusen (2011) tutkimustuloksista. Hän totesi, että nuorena ilmenneet oireet johtavat usein aikuisena mielenterveyshäiriöihin ja jo varhaisaikuisilla oireet ovat yleisiä. Huolestuttavaa on, että apua ei haeta tai saada ajoissa, vaikka tuen merkitys olisi suuri.

Mäkisalo-Ropposen (2012) tutkimus lapsiperheiden köyhyydestä koskettaa tämänkin tutkimuksen haastateltuja. He ovat sopeutuneet tilanteeseen tiukalla taloushoidolla. Yksinhuoltaja toi esille, että hän selviää laskemalla jokaista päivää kohden summan, jonka voi kuluttaa. Jokaisessa haastattelussa tuli esille heikko taloudellinen tilanne. Sitä ei erityisemmin valitettu, vaan todettiin esimerkiksi, että ei voi mennä huoltoasemalle kahville kaverin luo, kun ei ole rahaa kahvikupillisen ostamiseen. Kaikki Mäkisalo-Ropposen (2012) luettelemat syyt köyhyyteen tulivat haastatteluissa esille.

## 9 POHDINTA

Seuraavaksi pohdin opinnäytetyötä tehdessäni heränneitä ajatuksia ja kokemuksia sekä kerron ajatuksiani, mitä varhaisaikuisten toiminta tai heidän auttamisensa seurakunnassa voisi olla. Ähtärissä toinen diakonin paikka on jätetty vuosi sitten täyttämättä, joten toimintaa täytyy priorisoida ja lisätä yhteistyötä paikallisten toimijoiden kanssa. Myös diakoniatyön ennaltaehkäisevä toiminta tulee kaupungin säästötoimien vuoksi entistäkin tärkeämmäksi.

### 9.1 Tutkimuksen luotettavuus ja etiikka

Tutkimustyön motiivina minulla on ollut työn kehittäminen. Timo Toikko ja Teemu Rantanen (2009) toteavat sitoutumisen kehittämistyöhön olevan yksi tutkimuksen luotettavuutta vahvistava tekijä. Heidän mukaansa vakuuttavuus on laadullisen tutkimuksen käsite, joka tulee ilmi avoimella tutkimuksen kuvauksella, joka koskee niin valintoja kuin tulkintojakin tutkimuksessa. He toteavat myös, että tulokset laadullisessa tutkimuksessa ovat perusteltuja tulkintoja eivätkä objektiivisia tosiasioita. Luotettavuus tarkoittaa heidän mukaansa kehittämistyössä käyttökelpoisuutta. (Toikko & Rantanen 2009, 121–127.)

Tutkimuksessa ulkoinen validiteetti kuvaa sitä, kuinka hyvin tulokset ovat siirrettävissä yhdestä tutkimuksesta toiseen (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne & Paavilainen 2011,130). Tämän tutkimuksen tulokset ovat yhteneväisiä teoreettisen viitekehyksen aikaisempiin tutkimustuloksiin. Koska tämä tutkimus käsitteli tutkittavien käsityksiä heidän arjestaan, olisi voinut vielä käyttää jäsenvalidointia, missä haastateltavat olisivat voineet tarkistaa tulkintojen pätevyyden, kuten Ronkainen ym. (2011, 131) tuovat esiin.

Arja Kuula (2006, 99–133) korostaa tutkittavien informoinnin tärkeyttä. Tutkimukseen osallistujien tulee tietää, mihin he osallistuvat ja kuinka heidän yksityisyyttään suojellaan. Esitin nämä asiat jo alussa ottaessani haastateltaviin yhteyttä. He tiesivät tutkimuksen tarkoituksen ja suostuivat siihen vapaaehtoisesti. Lisäksi kukaan ei tiedä, keitä tutkimukseen on haastateltu eikä tutkimuspapereihin ole kirjattu nimiä.



## 9.2 Kokemuksia opinnäytetyöstä

Yhteydenotot haastateltaviin samoin kuin haastattelutilanteet olivat hyvin positiivisia. Kukaan kysytyistä ei kieltäytynyt. Minulle tuli tunne, että haastateltavat arvostivat sitä, että joku on kiinnostunut heidän kuulumisistaan. Kaikki olivat verbaalisesti kyvykkäitä ja jäin miettimään, että ovatko ne, joille puhuminen ei ole helppoa, yhä avunsaannin ulkopuolella? Onko heille puhumisen vaikeus syy sinnitellä vaikeuksien keskellä ilman apua? Heidät tulee etsiä ja ihmisiä tavatessa muistaa kysyä: mitä kuuluu? Diakonia-asiakkuus on varhaisaikuisilla useimmiten ohimenevää, sillä elämäntilanteet muuttuvat nopeasti. He hakevat osto-osoituksen akuutin taloudellisen tilanteen korjaamiseksi. Mielestäni haastateltujen varhaisaikuisien joukko oli omaa ikäryhmäänsä hyvin edustava. Haastattelun tulos kuvaa hyvin koko ikäluokan elämää.

Tutkiva työote on työssä paikallaan. Valmiiksi mietityt strategiat ovat käyttökelpoisia käytännön työssä. Avuntarvitsijoiden lisäksi voi arjessa kohdata tulevia toimijoita, jotka eivät tule toimistoon. Jos heitä saisi mukaan jo toiminnan suunnitteluun, he motivoituisivat toimintaan. Totesin tutkimuksen aikana, että muisti ei tallenna kaikkea kuultua. Purin nauhalta haastattelua ja aloin ihmetellä, että puhuimmeko hetki sitten tuollaistakin asiaa. Työntekijän tulisi kuulla ihmisten ajatuksia ja poimia sanotun välistä merkityksiä avun ja toiminnan tarpeille. Asioiden kirjaaminen heti asiayhteydessä on tarpeen kuten myös omien ideoiden syntyminen, jotta ne eivät unohdu.

Ähtärissä on useita toimijoita, jotka tulisi saada yhteen miettimään yhteistoimintaa. Voimavarat tulee yhdistää ja toimia yhteisöllisesti. Ihanne olisi, että kaiken ikäiset voisivat toimia yhdessä. Keskinäinen sosiaalinen vuorovaikutus tuottaisi hyvää mieltä ja lisäisi hyvinvointia sekä kasvattaisi sisäistä elämäntilannetta, jolloin yllättäviä elämäntilanteita on helpompi kohdata ja hyväksyä. Tärkeää on myös vertaistuki. Samassa elämäntilanteessa olevat ymmärtävät toisiaan. Diakoniatyön tulisi olla yhteyteen saattamista. Keinoja tähän löytyy mahdollisimman laajasta yhteistyöstä. Opinnäytetyön tutkimustietous tuli Ähtärin seurakunnan diakoniatyöhön sopivaan aikaan, sillä syksyyn on jo sovittu vapaaehtoistyön koulutus, joka järjestetään yhdessä Suomen Punaisen Ristin kanssa. Tutkimuksen kautta nousi esiin tehtäviä, joita vapaaehtoiset voivat toteuttaa.

Kaikki haastateltavat kertoivat käyvänsä Facebookissa (FB). Osa teki sieltä ostoksia ja säästi kustannuksia tarvikkehankinnoissa. Seurakunnan tiedotusta tulee hoitaa myös siellä, sillä haastatteluissa ilmeni, että varhaisaikuiset eivät lue lehtiä. Oma ryhmä diakoniatyölle mahdollistaisi myös vuorovaikutuksen. Diakoniatöimisto on etäinen paikka seurakunnan virastolla. Netissä se sen sijaan voisi olla helposti saatavilla. Siellä voisi kysyä mieltä askarruttavia asioita vaivattomasti ja leimautumatta.

Jäin miettimään haastattelussa runsaasti tekstiä tuottaneen sairaan tilannetta. Hän toisti ahdistustaan ja sairautensa aiheuttamaa liikkumisen vaikeutta. Samalla hän korosti, välillä hyökkäävästikin, että kaikilla toisilla on asiat hyvin ja vain hänellä menee huonosti. Huttunen (2011) kertoi, että terveyteen vaikuttavat lapsuuskodista omaksutut arvot ja asenteet kuten myös kodin ilmapiiri. Olisikohan tähän, pienestä asti sairaaseen lapseen, kohdistettu säälivää puhetta ja annettu hänen ymmärtää, että jos hän olisi terve, kaikki olisi toisin? Jospa häntä ei olekaan arvostettu omana ainutkertaisena persoonana?

Opinnäytetyötä tehdessäni ymmärsin, että mitään toimintaa ei kannata suunnitella pelkkien olettamuksien pohjalle. Jeesuksen esimerkki on yhä toimiva. Hän kulki ihmisten keskellä ja kysyi: ”Mitä tahtoisit minun sinulle tekävän?” Kun perusta on tutkittu, on helpompi jatkossa toimia ja toteuttaa oikeita asioita. Nyt olivat käsittelyssä varhaisaikuiset. Seuraavaksi tutkittava ryhmä ovat yli 65-vuotiaat ja muut eläkkeelle jääneet. Tutkimus alkaa kirjastosta, sillä tietous varhaisaikuisistakin oli yleispätevää. Työ opetti tiedonetsintätaitoja. Kaikkea ei itse tarvitse tutkia vaan on laajasti muiden julkaisemaa materiaalia, mistä saa kuvan tilanteesta. Tieto täytyy vain soveltaa paikallisesti ja tehdä huolellinen pohjatyö, jotta tekee oikeita asioita soveltamisessa.

Opinnäytetyötä tehdessä sain lisää tietoa. Opin uutena asiana psykologisen näkökulman ihmisen kehitykseen. Elämänkaariteoria oli minulle lukioaikaisen tiedon päivittämistä, mutta myös sen syventämistä. Uutta oli mielenterveyden psykologia, jossa käsiteltiin elämänkaaren herkkyysvaiheita. Edelleen tieto siitä, että mielenterveysongelmien ennustettavuus nähdään jo lapsuudessa, oli uutta. Haastatteluja tehdessä tapasin uusia ihmisiä ja vasta siinä oikein ymmärsin työn laajuuden. Paljon on vielä niitä, joiden kanssa ei ole oltu tekemisessä.

### 9.3 Tuliko tutkimuksessa uutta aikaisempaan?

Tutkimus koski vain ähtäriläisiä varhaisaikuisia, joten sen tulosten yleistäminen ei ole suoraan verrannollinen johonkin muuhun seurakuntaan, vaikkakin teoriaosuuteen sisältyvät asiat ovat maanlaajuisia. Tutkimuksessa tuloksiin vaikuttavat paikkakunnan olosuhteet ja tapakulttuuri sekä toimintamahdollisuuksien tarjonta. Ähtärissä vanhemmat antoivat kiitosta esimerkiksi seurakunnan kerhotoiminnasta, mikä kohdistuu 3-vuotiaisiin. Tätä toimintaa ei ole kaikissa seurakunnissa.

Edellisten tutkimusten tulokset yhteisöllisyyden tärkeydestä sekä diakonian ja yhteiskuntatyön linjaus 2015 – strategia että Terveys 2015 – kansanterveysohjelma ovat ajankohtaisia myös Ähtärissä. Ongelmien varhainen tunnistaminen mahdollistaa ennaltaehkäisevän toiminnan. Päivi Thitz (2006) kuvasi hyvin diakonian erityispiirteet, sillä hän totesi siinä olevan läheisyyden ihmisten kohtaamisessa, yhteisöllisyyden, joka syntyy vuorovaikutuksessa ja yhteistoiminnassa sekä toiminnassa jaetun merkityksimaailman. Sekä Lea Rättyä (2009) että Heikki Hiilamo (2009) nostivat esiin ryhmämuotoisen toiminnan ja sen kautta syntyvän vertaistuen tärkeyden.

Ähtärissä yhteisöllisyys olisi tärkeää ja ihmisten saattaminen toistensa yhteyteen niin, että kukaan ei jäisi yksin. Varhaisaikuiset kasvavat itsetuntemuksessaan paljon elämänjaksonsa aikana. Heille tulisi tarjota mahdollisuus tukeen. Perinteisiä toimintoja, kuten suru- ja eroryhmät, ei saa myöskään unohtaa, vaan niitä tulee tarjota aika ajoin. Huttusen (2011) mukaan terveyden ja hyvinvoinnin perustekijöitä olivat sosiaaliset kontaktit, aktiivinen toiminta ja hyvät ihmissuhteet, joiden avulla sisäinen maailma tulee hoidetuksi ja itsetunto ja tulevaisuususkko saadaan säilymään. Seurakunnan toiminnassa siihen tulee vielä lisänä ihmisen hengellisen ulottuvuuden hoito.

### 9.4 Mahdollisia toiminta-aihoita

Suurin huoli tehtyjen haastattelujen jälkeen heräsi yksin asuvista nuorista miehistä. Heillä on läheisyyden tarve, joka voi toteutua yhteenkuuluvaisuuden kautta ryhmässä (Pulkkinen 2006, 163). ”Soppalauantai” olisi vertaistukikokoontuminen, joka järjestettäisiin heille. Tietty kohderyhmä kerrallaan voisi kerääntyä yhdessä keitolle ja

suunnitella heitä kiinnostavaa toimintaa. Varhaisaikuisilla se voisi olla esimerkiksi yhteinen kalareissu tai tempaus paikallisten vanhusten ulkoiluttamiseen. Paikalleen pysähtyneet yksin eläjät tulisi koota näin yhteen ja saada heille yhteisöllistä toimintaa. Tavoite olisi torjua syrjäytymistä ja yksinäisyyttä ja viime kädessä mielenterveyshäiriöitä. Päivä voisi luoda myös päihteettömän paikan sinkkutapaamiselle. Yhteinen ”Mölkky-ottelu” pihamaalla toisi luontevan toiminnan yhdessäoloon.

Viimeisen puolen vuoden aikana on useita varhaisnuoria paikkakunnaltamme hakeutunut mielenterveyshäiriöiden takia hoitoon. Ähtärissä toimii myös Toimela ry, joka järjestää päivätoimintaa mielenterveyskuntoutujille. Heidän kanssaan voisi yhteistyössä kohdentaa tälle ikäryhmälle jonkin elämänkaariteoriaan pohjautuvan, säännöllisesti kokoontuvan ja elämänhallintaa vahvistavan pohdintaryhmän. Toinen kohderyhmä voisi olla työttömät varhaisnuoret ja heille asiana omien voimavarojen löytäminen ja itsetunnon vahvistaminen. Toiminnan nimenä voisi olla ”Hohtoa elämään”.

Talousasioiden hoito on monille asiakkaille vaikeaa. Heitä varten voisi yhteistyössä perusturvatoimen kanssa järjestää ”Sentinvenyttäjän kikkapiiri”. Piirissä voisi saada taitoja talouden suunnitteluun. Kohderyhmää olisivat ne, joilla on pienet tulot. Takuu-Säätiöllä on tarkoitukseen sopivaa materiaalia valmiina. Rahankäytön lisäksi tämä piiri voisi opetella myös, kuinka ravitsevaa ja terveellistä ruokaa tehdään edullisesti.

”Seurakunnan mummuparkki” voisi olla kokoamassa hyväkuntoisia eläkeläisiä, jotka haluaisivat olla varamummoina. Parkki voisi toimia muun toiminnan ohessa vaikkapa tarjoten kolmasluokkalaisille turvallisen paikan muutamaksi tunniksi koulun jälkeen. Lapset voisivat löytää myös tietyn henkilön ”omaksi” mummoksi. Mummoparkin väki voisi myös tehdä vierailuja päiväkoteihin ja -kerhoihin.

”Kakkutalkoot” voisi muotoutua vuosittaiseksi tapahtumaksi esimerkiksi ennen äitienpäivää ja isänpäivää. Talkoissa osallistujat voisivat yhdessä leipoa oman kakkunsa ja saada vinkkejä niiden koristelemiseen toisiltaan. Tärkeintä olisi yhdessä tekeminen ja vertaisuudesta sekä seurakuntalaisuudesta saatava hyvä mieli.

”Perheiden talvipäivä” Tilaisuudessa olisi ohjelmaa kaikenikäisille ja kaikki seurakunnan työalat olisivat mukana. Siinä lapsityö vastaisi lapsista, nuorisotyö järjestäisi oman ohjelman nuorisolle ja vanhemmille olisi jokin ajankohtainen aihe luentona ja sen lisäksi jotain virkistystoimintaa. Järjestelyissä olisivat mukana myös vapaaehtoiset ja perheet.

Paikkakunnalla on jo todettu, että toimivat ihmiset ovat monessa mukana. He tekevät talkoita urheilukilpailuissa, seurakunnassa ja eri järjestöissä. Olisikin järkevää perustaa ”Vapaaehtoistoiminnan talkoopankki”. Se olisi rekisteri kaikkien järjestöjen yhteisestä joukosta, josta voisi kerätä sopivan kokoonpanon ryhmälle, joka sitten toteuttaisi tiettyjä tehtäviä. Yhdessä tehden entisajan talkoohengellä ja iloisella ilmapiirillä saataisiin mummojen polttopuut, pihat tai marjapensaat asianmukaisiksi tai vaikkapa järjestetyksi vapputapahtuma lapsille, mitä kulloinkin tarvitaan.

Edellä esitellyt toiminta-ajatukset nousivat tutkimuksesta, sillä osa haastatelluista kaipasi apua ja osa jotain tekemistä. Vapaaehtoistyön koulutuksen odotan kolmen viikon kuluttua tuovan mukaan toimintaan hyväkuntoisia eläkeläisiä, jotka voisivat olla toiminnan ydinjoukkoa. He voisivat ottaa myös vastuuta toiminnan organisoinnista ja kehittämisestä. Seuraava tutkimuskohde voisikin sitten olla 65–75-vuotiaat: mistä heidän arkensa koostuu ja mitä toimintoja he kaipaavat elämäänsä?

## LÄHTEET

- Dunderfelt, Tony 1998. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. Porvoo: WSOY.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2007. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Juva: PS-kustannus, 25–43.
- Eskola, Jari. & Suoranta, Juha 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Haapanen, Marjatta 2006. Kollettiivisesta kyynisyydestä haasteelliseen luovuuteen. Teoksessa Kimmo Saares & Raili Suviranta (toim.) Innovatiivinen työote diakoniassa. Diakonian vuosikirja 2006. Helsinki: Diakonia ry & Kirkkohallitus Diakonia ja yhteiskuntatyö, 62–69.
- Haarni, Ilka 2009. Pitää lähteä liikkeelle. Aktiivisten eläkeläisten selityksiä kansalais- ja vapaaehtoistoimintaan osallistumiselle. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 46, 81–94.
- Haarni, Ilka 2010. Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeläiset kaupungissa. Helsinki: Gaudeamus.
- Heiskanen, Tarja & Saaristo, Liisa (toim.) 2011. Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Juva: PS-kustannus
- Helin, Matti, Hiilamo, Heikki & Jokela, Ulla 2010. Diakoniatyö. Asiakkaan palveluksessa. Helsinki: Edita.
- Hiilamo, Heikki 2009. Yhteiskunnalliset muutokset ja diakoniatyön haasteet. Teoksessa Mikko Lahtinen, Terttu Pohjolainen & Tuulikki Toikkanen Anno Domini 2009. Diakoniatieteen vuosikirja. Lahti: Lahden Diakoniasäätiö. Lahden Diakonian instituutti, 43–57.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirvensalo, Maaret 1999. Ihmisten odotukset ja diakoniatyö Mellunkylän seurakunnassa. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Järvenpään yksikkö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö
- Huttunen, Jussi 2011. Arki vaikuttaa terveyteen ja terveys arkeen. Teoksessa Leif C.

- Andersson, Ilari Hetemäki, Riitta Mustonen & Ari Sihvola (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 49–61.
- Jalas, Mikko 2011. Kiireestä, kellosta ja kalenterista. Teoksessa Leif C. Andersson, Ilari Hetemäki, Riitta Mustonen & Ari Sihvola (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 105–118.
- Juntunen, Elina, Grönlund Henrietta & Hiilamo, Heikki 2006. Viimeisellä luukulla. Tutkimus viimesijaisen sosiaaliturvan aukoista ja diakoniatyön kohdentumisesta. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2006:7. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Järveläinen, Petri 2006. Luovuuden filosofia ja innovatiivinen diakonia. Teoksessa Kimmo Saares & Raili Suviranta (toim.) Innovatiivinen työote diakoniassa. Diakonian vuosikirja 2006. Helsinki: Diakonia ry & Kirkkohallitus Diakonia ja yhteiskuntatyö, 8–17.
- Kemppinen, Pertti & Rouvinen-Kemppinen, Katriina 1998. Tee jotakin toisin – toiminnallinen elämönhallinta. Vantaa: Kustannusvalmennus P. & K.
- Kinnunen, Pirjo 2011. Nuoruudesta kohti aikuisuutta. Varhaisaikuisen mielenterveys ja siihen yhteydessä olevat ennakoivat tekijät. Väitöskirja. Acta Universitatis Tamperensis 1676. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Kuula, Arja & Tiitinen, Sanni 2010. Eettiset kysymykset ja haastattelujen jatkokäyttö. Teoksessa Johanna Ruusuvuori, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 446–459.
- Kuusimäki, Kalle 2012. Diakonia kirkon perustehtävänä. Teoksessa Raili Gothóni, Riitta Helosvuori, Kalle Kuusimäki & Karoliina Puuska (toim.) Kantakaa toistenne kuormia. Diakoniatyön perusteet ja käytäntö. Helsinki: Kirjapaja, 11–48.
- Lehtinen, Anna 2013. Perheneuvoloita on keskitetty. Sote- yhteistyössä olevilla on kuitenkin omia perheiden kanssa työskenteleviä ammattilaisia. Ilkka 18.8., 5.
- Lindqvist, Martti 2002. Vanheneminen, etiikka ja elämänarvot. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi, 233–261.
- Lindfors, Pentti 2006. Yhteisöllisyyden puute sairastuttaa yhteiskuntaamme. Helsingin Sanomat 24.11.2006, 2.
- Mannermaa, Tuomo 1980. Kontrapunkteja. Teologisia tutkimuksia ajankohtaisista teemoista. Suomalaisen teologisen kirjallisuusseuran julkaisuja 122. Helsinki:

Suomalainen teologinen kirjallisuusseura.

Mannermaa, Tuomo 1983. *Kaksi rakkautta: Johdatus Lutherin uskonmaailmaan.*

Porvoo: WSOY.

Meidän kirkko. Välittävä yhteisö. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon diakonian ja yhteiskuntatyön linjaus 2015 i.a. Esite.

Mäkisalo-Ropponen, Merja 2012. *Köyhyys tässä ja nyt! Teoksessa: Tuula Peltonen (toim.) Paistaa se aurinko risukasaankin – vai paistaako? Keskustelua yhdenvertaisuudesta ja eriarvoisuudesta.* Tampere: Kustannusosakeyhtiö HAI, 111–112.

Niskakangas, Elina 2013. *Vanhustyönjohtaja. Ähtärin kaupunki. Ähtärin ikäpoliittinen strategia vuosille 2013–2016. Hyvä vanhuus Ähtärissä.*

Nummenmaa, Lauri & Sams, Mikko 2011. *Tunteet mielessä ja aivoissa.* Teoksessa Leif C. Andersson, Ilari Hetemäki, Riitta Mustonen & Ari Sihvola (toim.) Helsinki: Gaudeamus, 30–48.

Paju, Petri & Vehviläinen, Jukka 2001. *Valtavirran tuolla puolen: nuorten yhteiskuntaan kiinnittymisen kitkat 1990-luvulla.* Julkaisuja 18. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.

Pohjolan-Pirhonen, Carita 2009. *Hädän kasvot.* Teoksessa Mikko Lahtinen, Terttu Pohjolainen & Tuulikki Toikkanen (toim.) Anno Domini 2009. *Diakoniatieteen vuosikirja.* Lahti: Lahden Diakoniasäätiö. Lahden Diakonian instituutti, 104–111.

Puhakka, Helena 2010. *Diakoniatyön asiakkaiden kokemuksia elämästään.* Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsingin toimipaikka. Opinnäytetyö.

Pulkinen, Lea 2006. *Aikuisuus.* Teoksessa Jari Nurmi, Timo Ahonen, Heikki Lyytinen, Paula Lyytinen, Lea Pulkinen & Isto Ruoppila. *Ihmisen psykologinen kehitys.* WSOY Oppimateriaalit, 160–205

Ronkainen, Suvi, Pehkonen, Leila, Lindblom-Yläne, Sari & Paavilainen, Eija 2011. *Tutkimuksen voimasanat.* Helsinki: WSOYpro.

Ruishalme, Outi & Saaristo, Liisa 2007. *Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen.* Helsinki: Tammi.

Ruusuvuori, Johanna 2010. *Litteroijan muistilista.* Teoksessa Johanna Ruusuvuori, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi.* Tampere: Vastapaino, 424–431.

Ruusuvuori, Johanna, Nikander Pirjo & Hyvärinen, Matti 2010. *Haastattelun analyysin*



- vaiheet. Teoksessa Johanna Ruusuvoori, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 9–36.
- Rättyä, Lea 2009. Diakoniatyö yksilöllisenä ja yhteisöllisenä auttamisena yhteiskunnallisessa muutoksessa. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 179. Kuopio: Korpiljyvä.
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö i.a. Terveys 2015 -kansanterveysohjelma. Viitattu 7.4.2013. [http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat\\_ja\\_hankkeet/terveys\\_2015](http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/terveys_2015)
- Suomen ev.lut. kirkko 2012. Aikuiset seurakuntalaisina. Kehittämissasiakirja. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2012:7. Helsinki: Kirkkohallitus.
- TEM, Työ- ja elinkeinoministeriö 2012. Nuorten yhteiskuntatakuu. Raportteja 8/2012. Helsinki: Nuorten yhteiskuntatakuu –työryhmä. Viitattu 14.8.2013. [http://www.nuorisotakuu.fi/files/34024/Nuorten\\_yhteiskuntatakuu\\_2013\\_-\\_raportti.pdf](http://www.nuorisotakuu.fi/files/34024/Nuorten_yhteiskuntatakuu_2013_-_raportti.pdf)
- Thitz, Päivi 2006. Diakonian yhteisölliset merkitykset. Kuopion yliopisto. Sosiaalipsykologian ja sosiologian laitos. Pro gradu-tutkielma. Tilastokeskus. Kuntien avainluvut. Ähtäri. Viitattu 14.8.2013. <http://tilastokeskus.fi/tup/kunnat/kuntatiedot/989.html>
- Tilastokeskus i.a. Ähtäri [tuotteet ja palvelut/tietoa alueittain/kuntien avainluvut] Viitattu 15.8.2013. <http://tilastokeskus.fi/tup/kunnat/kuntatiedot/989.html>
- Tirkkonen, Seppo 2005. Seurakunta yhteisöllisyyden edistäjänä. Teoksessa Ilkka Sipiläinen & Raili Suviranta (toim.) Tiellä laajempaan vastuuseen. Juhani Veikkola LXV. Diakonian vuosikirja 2005. Helsinki: Diakonia ry. Kirkkohallitus Diakonia ja yhteiskuntatyö, 66–84.
- Toikko, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämissuunnitelmaan, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Toivio, Timo & Nordling, Esa 2013. Mielenterveyden psykologia. Helsinki: Edita.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Vakimo, Sinikka 2001. Paljon kokeva, vähän näkyvä. Tutkimus vanhaa naista koskevista kulttuurisista käsityksistä ja vanhan naisen elämäntilanteista. Toimituksia 818. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 – kansanterveysohjelma 2001. Helsinki:

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 4.

Vilka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Otava.

Voutilainen, Paavo 2006. Johdanto. Teoksessa Kimmo Saares & Raili Suviranta (toim.)

Innovatiivinen työote diakoniassa. Diakonian vuosikirja 2006. Helsinki:

Diakonia ry & Kirkkohallitus Diakonia ja yhteiskuntatyö, 4–6.

Ylinen, Mikko 2013. Työnsuunnittelija, Ähtärin kaupunki. Henkilökohtainen tiedonanto  
14.8.2013.

Ähtärin kaupunki 2012. Talousarvio. Taloussuunnitelma 2013–2015.

## LIITE 1 Teemahaastattelun runko

- Taustakysymykset:
1. Ikä
  2. Koulutus
  3. Siviilisääty
  4. Elämäntilanne (esim. työtön, sairauslomalla, eläkkeellä...)
  5. Sosiaalinen verkosto: perhe, lapset, ystävät

### Oma elämänpiiri/ elämän mielekkyys

- 1 Mitä asioita ja tekemisiä päivääsi kuuluu? ( Päivän rutiinit / vuorokausirytmisi)
- 2 Entä viikkoosi?
- 3 Millaista on mielestäsi hyvä arki / elämä?
- 4 Mitä toivot/ haaveilet ?
- 5 Mistä koet saavasi voimaa elämääsi?
- 6 Mikä kuluttaa voimia?
- 7 Kuinka suhtaudut elämän vastoinkäymisiin?
- 8 Mitä osaat tehdä itse?
- 9 Minkälainen toiminta helpottaisi arkeasi?

### Harrastukset/ vapaa-aika

- 1 Mitä harrastat? missä, kuinka usein, keiden kanssa
- 2 Mitä harrastukset merkitsevät sinulle?
- 3 Missä kodin ulkopuolisissa toiminnoissa olet mukana? ( Järjestöt, kansalaisopisto, yhdistystoiminta, paikalliset tapahtumat? )
- 4 Kuinka usein matkustat?
- 5 Käytätkö kirjastopalveluita / lehtien lukemismahdollisuutta?
- 6 Missä kodin ulkopuolella liikut?

### Sosiaaliset suhteet

- 1 Kuvaa omaa ystäväverkostoasi
- 2 Minkä ikäisiä he ovat?
- 3 Kuinka usein olette yhteyksissä ja miten?
- 4 Miten pidät yhteyttä vanhempiisi / sukulaisiin?
- 5 Mitä teet ystäväsi kanssa?

### Hyvinvointi

- 1 Mistä iloitset elämässä? Mikä turhauttaa?
- 2 Millaisten asioiden koet vaikuttavan hyvinvointiisi? edesauttaa / estää
- 3 Millainen on suhteesi yksinäisyyteen?
- 4 Onko sinulla elämää rajoittavia sairauksia?

### Seurakuntayhteys

- 1 Mitä toivot seurakunnalta?
- 2 Mihin aikaan seurakuntatoimintaa tulisi järjestää, jotta osallistuisit? Kuinka usein?
- 3 Millaisia taitoja/ tietoja/ kokemusta sinulla on, jota voisit toteuttaa seurakunnassa?