



**Niina Leliebre**

Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Arvo- ja yhteisölähtöinen työn kehittäminen  
Sosionomi (YAMK)  
Opinnäytetyö 2022

# **YKSIN ASUVIEN KOKEMUKSIA KORONA-AJASTA**

**Tampereen Nekalassa vuosina 2020 - 2022**



## TIIVISTELMÄ

Niina Leliebre

Yksin asuvien kokemuksia korona-ajasta. Tampereen Nekalassa vuosina 2020-2022.

56 sivua, 3 liitettä

Marraskuu 2022

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi YAMK

Arvo- ja yhteisölähtöinen työn kehittäminen

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, miten Tampereen Nekalassa yksin asuvat ihmiset ovat kokeneet korona-ajan, ja mitä he kaipasivat elämäänsä korona-aikana vuosina 2020–2022.

Tutkimus toteutettiin kahden fokusryhmäkeskustelun avulla, joihin osallistui yhteensä viisi henkilöä. Fokusryhmäkeskustelut järjestettiin Nekalan seurakuntatalolla maaliskuussa 2022. Analyysimenetelmänä tutkimuksessa käytettiin sisälönanalyysiä ja teemoittelua.

Fokusryhmäkeskusteluiden avulla saatiin tietoa siitä, miltä korona-aika osallistujien mielestä oli tuntunut. Erityisesti sosiaalisten suhteiden ja mielekkään tekemisen puuttuminen korona-aikana oli hankalaa. Fokusryhmäkeskusteluista löytyneet teemat ovat: Tunteet, luopuminen, pelko, voimavarat, uudet asiat, kyllästyminen, tulevaisuus ja toivo. Korona-aikaan liittyi uudenlaisia arjen rutiineita ja tiiviimpää yhteydenpitoa läheisiin. Lähiluonnon ja liikunnan merkitys korostuivat korona-aikana.

Vaikka ihmisten seurakuntayhteys on heikompi kuin aiempina vuosina, voi seurakunta vastata ihmisten hätään monipuolisesti. Erityisesti etsivän työn ja moniammatillisen yhteistyön merkitys on suuri. Uudenlaisia matalan kynnyksen paikkoja, joissa ovi on auki myös kriisien keskellä, tarvitaan jatkossakin.

Asiasanat: korona-aika, Nekala, pandemia, Tampere, yksin asuvat

## ABSTRACT

Niina Leliebre

Corona experiences of people living alone in Tampere´s Nekala in 2020–2022.

56 pages, 3 appendices

November 2022

Diaconia University of Applied Sciences

Master's Degree in Social Services

Master's Degree Programme in Value and Community Based Development of Work

The goal of this thesis was to find out how people living alone in Nekala, Tampere, have experienced the COVID-19 period, and what they missed during it in 2020–2022.

The research was carried out with the help of two focus group discussions, in which participated five people. The focus group discussions were organized at the Nekala parish hall in Tampere in March of 2022. The analysis method used in the research was content analysis and thematization.

With the help of the focus group discussions, information was obtained about how the participants have experienced the COVID-19 period. In particular, the lack of social relationships and meaningful activities during the COVID-19 was difficult. The themes that came up in the focus group discussions are: Feelings, renunciation, fear, resources, new things, boredom, future and hope. The COVID-19 period involved new kinds of everyday routines and closer contacts with loved ones. The importance of local nature and exercise was emphasized during the COVID-19 period.

Although people's connection to the church is weaker than in previous years, the church can respond to people's needs in a versatile way. In particular, the importance of outreach work and multi-professional cooperation is needed. New types of get-together places, where the door is open even in the midst of crises will continue to be needed.

Keywords: COVID-19, living alone, Nekala, pandemic, Tampere

## Sisällys

1 JOHDANTO .....	4
2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET .....	6
2.1 Havaintoja pandemiasta mielenterveystyössä .....	6
2.2 Havaintoja pandemiasta Tampereen Eteläisen seurakunnan diakoniatyössä .....	7
2.3 Yksin asuvat Suomessa .....	9
2.4 Erityistä yksin asumisessa .....	9
2.5 Yksin asuvat ja korona .....	10
2.6 Sosiaalisten suhteiden merkitys yksin asuvilla .....	11
3 IHMISEN PERUSTARPEET – MASLOW´N TARVEHIERARKIA .....	12
3.1 Fysiologiset tarpeet .....	12
3.2 Turvallisuuden tarpeet .....	13
3.3 Rakkauden ja yhteenkuuluvuuden tarpeet .....	13
3.4 Arvostuksen tarpeet .....	13
3.5 Itsensä toteuttamisen tarpeet .....	14
3.6 Kritiikkiä Maslow´n teoriasta .....	14
3.7 Inglehart-Welzelin kulttuurikartta .....	16
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	18
4.1 Työelämäkumppani .....	18
4.3 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	19
4.4 Tutkimusmenetelmän valinta .....	21
4.5 Aineiston keruumenetelmä .....	21
4.6 Aineiston analyysimenetelmä .....	23
5 TUTKIMUSTULOKSET .....	25
5.1 Koronaan liittyvät ajatukset ja tunteet .....	26
5.2 Luopuminen .....	27
5.3 Pelko .....	28
5.4 Voimavaratekijät .....	28
5.5 Uudet asiat .....	30
5.6 Kyllästyminen .....	31
5.7 Tulevaisuus ja toivo .....	31

5.8 Nekala asuinpaikkana.....	32
6 JOHTOPÄÄTÖKSET .....	34
7 POHDINTA .....	41
LÄHTEET.....	46
LIITE 1. Kutsu teemahaastatteluun.....	54
LIITE 2. Sitoutumislomake .....	55
LIITE 3. Ryhmäkeskustelukysymykset.....	56

## 1 JOHDANTO

Keväällä 2020 Suomeen rantautui koronavirus, COVID-19, joka vei Suomen ja koko maailman nopeasti kriisiin. Suomessa julistettiin harvinainen poikkeustila, kun valmiuslaki otettiin käyttöön 13.3.2020. Lopullisesti poikkeustila ja valmiuslaki purettiin 27.4.2021. (Hakala, 2020.)

Koronatapausten määrä on vaihdellut, mutta koronaa esiintyy edelleen yleisesti koko maassa. Maski- ja turvavälisuositusten poistuttua kolmansiä rokotuksia tarjotaan edelleen kaikille 18 vuotta täyttäneille, sekä 12–17-vuotiaille riskiryhmiin kuuluville. Myös neljänsiä rokotuksia on alettu tarjota kunnissa ikäihmisille, immuunipuutteisille ja riskiryhmään kuuluville. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos [THL], 2022.-a)

Poikkeuksellinen pandemiatilanne on koskettanut koko Suomen kansaa. Korona-aikana niin mediassa kuin ihmisten keskenkin on puhuttu etätöistä ja -opiskelusta, digiloikasta ja ”uudesta normaalista”. Korona-aikaa on rinnastettu sotien tai talouskriisien jälkeiseen aikaan, sillä myös ne luovat tilaa institutionaaliselle uudelleen ajattelulle avaten samalla uudenlaisia mahdollisuuksia (Kangas 2020, s. 36).

Mediassa on korona-aikana nostettu esiin huolta erilaisista ihmisryhmistä, kuten opiskelijoista ja ikäihmisistä. Tämän opinnäytetyön avulla haluttiin selvittää, mitä Tampereen Nekalassa yksin asuville kuuluu korona-aikana. Työn idea lähti siitä, että molemmat opiskelijat työskentelimme samalla alueella Tampereen Nekalassa, jossa asuu enemmän ihmisiä yhden hengen talouksissa, kuin muualla Tampereella. Tämän vuoksi Nekalaa on kutsuttu leikkisästi mediassa myös sinkujen alueeksi (Suutari, 2019).

Monelle diakoniatyössä kohtaamalleni ihmiselle korona-aika on ollut erityisen haastavaa ja yksinäistä. Siihen on liittynyt taudin pelon lisäksi erilaisia tunteita, kuten häpeää, syyllisyyttä ja epätoivoa. Myös taloudellinen huoli on ollut esillä asiakaskeskusteluissa.

Opinnäytetyötä suunniteltiin ja toteutettiin aluksi moniammatillisena yhteistyönä kahden opiskelijan asiantuntijuutta psykiatrisessa hoitotyössä sekä diakonia-työssä hyödyntäen. Aineistonkeruuvaiheen jälkeen päätettiin, että jatkan opinnäytetyötä yksilötyöskentelynä.

## 2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET

Pitkittänyt pandemia on koetellut ihmisiä monin tavoin. Korona-ajasta ja sen seurauksista on tehty jo useita tutkimuksia eri kohderyhmille. Saarelaisen ym. (2021, s. 7) tutkimuksessa selvitettiin koronaviruspandemian vaikutuksia ihmisten elämän merkityksellisyyden kokemuksiin. Tutkimus suoritettiin keväällä 2020 ja kyselyn kohderyhmään kuului eri kansallisuuksia: suomalaisia, puolalaisia, espanjalaisia ja italialaisia.

Tutkimustuloksissa uskonnollisuus ja hengellisyys, omasta psykofyysisestä terveydestä huolehtiminen, ja pandemian ymmärtäminen opettavaisena kokemuksena tukivat merkityksellisyyden kokemuksia merkittävästi. Yhteiskunnallista keskustelua tulisi suunnata erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten suuntaan, sillä he vaikuttavat kärsivän eniten pandemian tuomista seurauksista. Nuorten ja nuorten aikuisten lisäksi myös ikäihmisten tilanne huolettaa, sillä erityisesti sosiaalisten suhteiden rajoittaminen näkyy senioriväestön elämän merkityksellisyyden kokemisessa. (Saarelainen ym., 2021, s. 28.)

### 2.1 Havaintoja pandemiasta mielenterveystyössä

Mediassa on korona-aikana uutisoitu terveydenhuoltopalveluiden ruuhkista ja pitkistä jonotusajoista. Yli kolme kuukautta mielenterveyspalveluita odottaneiden alle 23-vuotiaiden määrä oli 73 (12,6%) potilasta enemmän kuin joulukuussa vuonna 2021. Vuonna 2014 alle 23-vuotiaita ja yli kolme kuukautta mielenterveyspalveluita odottaneita oli 69 henkilöä, kun samainen luku huhtikuussa 2022 oli 651 henkilöä. Luku on lähes kymmenkertaistunut viimeisen kahdeksan vuoden aikana. Aikuisten psykiatriapalveluihin yli kolme kuukautta jonottaneita oli 2002 henkilöä vuonna 2014, kun huhtikuussa 2022 luku oli 5796, eli lähes kolminkertaistunut. (THL, 2022, s. 8–9.)

Eriyisesti nuorten mielenterveyspalvelujen kysyntä huolettaa. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiössä [YTHS] nuorten mielenterveyspalveluiden kysyntä on kasvanut ennätysmäisesti, vaikka pitkän aikavälin vaikutuksia onkin vielä vaikea arvioida. YTHS:n tilastojen mukaan ensimmäisenä koronavuonna 2020 mielenterveyspalveluiden kysyntä kasvoi n. 26%, ja vuonna 2021 niiden kysyntä oli jo kolminkertaistunut edellisvuoteen verrattuna. (Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö [YTHS], 2021.)

Tampereen Nekalassa on pitkään toiminut mielenterveyskuntoutujien asuin- ja toimintakeskus. Henkilökunnan mukaan korona-aika aiheutti joidenkin asiakkaiden kohdalla psyykkisen voinnin huomattavaa laskua, ja osa eristäytyi kotiinsa. Korona-aika aiheutti myös osalle päihdeongelmien kanssa kamppailevista myös uudelleen sortumisia päihteiden pariin. Asuin- ja toimintakeskuksessa huomattiin, että psykoottisuus ja masennus lisääntyivät ihmisten yksin ollessa.

Mielen ry:ssä tehtiin kysely asiakkaille ja työntekijöille korona-ajan vaikutuksista. Sen mukaan 86% vastaajista koki Mielen ry:n koronasuojaustoimenpiteiden vaikuttaneen myönteisesti hyvinvointiin, ja kokivat niiden lisäävän turvallisuuden tunnetta. Reilu puolet ihmisistä (56%) kokivat myös negatiivisia vaikutuksia erityisesti rajoitustoimenpiteistä, jotka lisäsivät eristymisen ja yksinäisyyden tunteita. Kyselyssä 24% vastaajista arvioi haitallisen käyttäytymisensä lisääntyneen korona-aikana, kun taas 25% arvioi haitallisen käyttäytymisensä vähentyneen korona-aikana. (Mielen ry, 2021.) Tässä yhteydessä ei kerrottu kuitenkaan tarkemmin, mitä haitallinen käyttäytyminen tarkoittaa, vaikka esimerkiksi alkoholin käyttö ja negatiivinen mieliala mainittiinkin.

## 2.2 Havaintoja pandemiasta Tampereen Eteläisen seurakunnan diakoniatyössä

Tampereen Eteläisen seurakunnan diakoniatyön vastaanotoilla nousi korona-ajan myötä esiin erilaisia huolia ja tarpeita. Diakoniatyön asiakkaita on huolettanut koronataudin ja taloushuolien lisäksi yksinäisyys, sosiaalinen eristyneisyys ja kasvava pelko kohdata muita ihmisiä. Jotkut kokevat, että rajoitusten purkamisen

jälkeen on vaikeaa palata sosiaalisiin tilanteisiin tai muiden ihmisten joukkoon. Myös julkisilla kulkuvälineillä liikkuminen on joidenkin kohdalla hyvin ahdistava kokemus.

Tampereen Eteläisessä seurakunnassa kaikki kokoava toiminta oli tauolla vuoden 2020 huhtikuusta syyskuuhun 2021, ja jälleen joulukuusta 2021 helmikuuhun 2022. Kun kolmen lähikirkon kokoava toiminta lakkautettiin ensimmäistä kertaa, jäivät monet ihmiset ilman tuttua yhteyttä, sillä kirkontuvat, yhteisöruokailut ja kerhot kokoavat viikoittain satoja ihmisiä yhteen seurakunnan alueella. Toisen sulun myötä ihmisten suhtautuminen oli ymmärtäväisempää ja rauhallisempaa.

Eteläisen seurakunnan diakoniatyöntekijät huomasivat, että yksinäisyys ja eristys olivat vaikeaa erityisesti ikäihmisille. Moni seniori-ikäinen koki syyllisyyttä, vihaisuutta ja turhautuneisuutta pandemiasta, etenkin sen alku vaiheessa. Nuorten aikuisten kanssa käytiin keskusteluita omasta motivaatiosta ja eristyksissä olemisesta. Jotkut opintonsa syksyllä 2020 aloittaneet totesivat, että eivät olleet ensimmäisen opiskeluvuoden loppuun mennessä tavanneet kertaakaan luokkatovereitaan, toiset nuoret tai nuoret aikuiset olivat jättäneet opintonsa kokonaan tai laittaneet ne tauolle. Tampereen Eteläisen seurakunnan diakonian perheasiakkaita koskettivat korona-aikana erilaiset haasteet, kuten lomautukset, työttömyys, sekä sosiaalinen eristys. Useissa keskusteluissa nousi esiin myös huolta koronataudista ja sen seurauksista. Joitakin ihmisiä huoletti myös rokotuksiin liittyvät asiat.

Voidaan puhua myös hyvinvointivajeesta eli sosiaalisesta velasta, joka näkyy taloudellisten ja terveydellisten haasteiden lisäksi myös esimerkiksi psyykkisenä pahoinvointina, työllisyyteen ja opiskeluihin liittyvinä haasteina, ihmissuhteiden ja osallisuuden hiipumisena sekä oppimisvaikeuksina (Hiilamo, 2021). Samoilla linjoilla on myös Tampereen hiippakunnan asiantuntija Airi Raitaranta (henkilökohmainen tiedonanto 8.10.2021), joka pohtii, että lähes koko korona-ajan on keskitytty enemmän selviämiseen, jossa korostuu fyysinen turvallisuus ja sairauden ehkäisy. Henkisten ja sosiaalisten tarpeiden jäädessä taka-alalle korostuu erilainen oireilu, kuten mielenterveysongelmien kasvu. Voidaan puhua myös ihmisten sosiaalisesta vajeesta, joka kunkin yksilön kohdalla on erilainen.

### 2.3 Yksin asuvat Suomessa

Suomessa yksin asuvien määrä on kasvussa kaikissa ikäluokissa. Yksin asuvia 30–64-vuotiaita oli vuonna 2020 maassamme 545 000 henkilöä. 65 vuotta täyttäneitä yksin asuvia oli vuonna 2020 maassamme 457 000 henkilöä, ja alle 30-vuotiaita yksin asujia 253 000 henkilöä. (Tilastokeskus, 2021.)

Vuonna 2019 yksinasuvia oli Suomessa 1 221 456 henkilöä ja asutokunnista lähes 45% oli yhden hengen asutokuntia (Tilastokeskus, 2021). Yksinasuvat ovat ryhmänä hyvin moninainen. Yksinasuvat ovat nuoria, keski-ikäisiä ja iäkkäitä; siviilisäädyltään naimattomia, eronneita tai leskiä; lapsia saaneita tai lapsettomia. Yksinasuminen voi vaihdella elämäntilanteen mukaan ja se voi olla ohimenevä elämänvaihe tai pysyvää. Yksinasuminen voi olla oma valinta tai elämäntilanteen tuoma pakko esimerkiksi eron tai leskeytymisen myötä. (Yksinasuvat ry., 2022, -a.)

On hyvä muistaa, että yksin asuminen ja yksinäisyys eivät ole sama asia. Erityisesti tiedotusvälineiden tulisi kiinnittää huomiota yksinäisyyden ja yksin elämisen käsitteiden yhdistämiseen, ja yksinäinen -sanaa tulisi käyttää ainoastaan tunnekokemuksen yhteydessä, tai muuten kaikki yksin elävät leimataan helposti myös yksinäisiksi. (Raija, 2014, s. 140.)

### 2.4 Erityistä yksin asumisessa

Suomessa yksin asuminen jakautuu epätasaisesti. Yksinasuvat asuvat keskimäärin useammin lähellä hyvää palvelutarjontaa kaupunkien keskusta-alueilla. Maaseudulla asuu enemmän yksinasuvia miehiä, kuin naisia. Vain pieni osa ihmisistä asuu yksin pitkään. Sosiaali- ja terveystaloudessa asuvien kesken, vaikka toisaalta asuminen on yksinasuvilla kalliimpaa. Yksinasuvat asuvat useammin vuokra-asunnoissa. (Terämä ym., 2018, s. 2.)

Korkeat asumiskustannukset koettelevat yksinasujia, jotka saavatkin valtaosan yleisestä asumistuesta maassamme, sillä asumiskustannukset ovat suuremmat yksinasuvilla, kun talouden kustannuksia ei jaeta muiden kanssa (Terämä ym., 2018, s. 2; 11; 92). Köyhyysrajan alle jää Suomessa yksinasuvista jopa 30%. Toimeentulotuen saajista suurin osa on yksinasuvia (Terämä ym., 2018, s. 2.)

Yksinasuvat kokevat terveytensä ja hyvinvointinsa hieman heikommiksi kuin ei-yksinasuvat. Myös huoli omasta psyykkisestä ja taloudellisesta hyvinvoinnista on yleisempää. Erityisesti keski-ikäiset miehet, talousongelmista kärsivät, tai työttömyyden tai työkyvyttömyyden vuoksi työstä poissa olevat kokevat terveyteen tai hyvinvointiin liittyviä haasteita. Yksinasuvissa on jopa yli kaksi kertaa enemmän työkyvyttömiä tai pitkäaikaisesti sairaita verrattuna ei-yksinasuviin (Terämä ym. 2018, s. 12.)

Yksinasuvat ry:n mukaan (2022, -b) yksinasuvien taloudellinen asema ei ole yhdenvertainen suhteessa parisuhteessa eläviin, ja yhteiskuntaa rakennetaan edelleen valtaosin kahden aikuisen tuloilla elävien kotitalouksien maksukyvyyn mukaisesti, vaikka yksinasuvia on asutokunnista lähes puolet - ja suurimmissa kaupungeissa jo yli puolet.

## 2.5 Yksin asuvat ja korona

Ihmisten yksinäisyyden kokemukset ovat lisääntyneet pandemian aikana (Hiihimo, 2021, s. 15). Toisaalta Suomessa ei ole liialti vertailevaa tutkimustietoa siitä, miten yksinäisyyden kokemukset ovat muuttuneet ennen ja jälkeen koronan.

Iso-Britanniassa sen sijaan on tehty vertaileva kohorttitutkimus yksinäisyydestä ennen koronaa ja sen aikana. Tutkimustulokset osoittavat, että nuorilla aikuisilla, naisilla, huonommin koulutetuilla, vähävaraisilla sekä yksin asuvilla oli suurempi riski kokea yksinäisyyttä korona-aikana. Pandemian aikana riski yksinäisyyden kokemuksista nousi erityisesti heidän joukossaan, jotka olivat jo entuudestaan

vaarassa olla yksinäisiä, esimerkiksi 18–30-vuotiaat nuoret aikuiset, pienituloiset, opiskelijat ja yksin asuvat aikuiset. (Bu ym., 2020.)

## 2.6 Sosiaalisten suhteiden merkitys yksin asuvilla

Sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä yksinasuvien positiiviselle mielenterveydelle (THL, 2020). THL toteutti syksyllä 2019 kyselytutkimuksen manner-Suomessa asuville yli 18-vuotiaille yksin asuville. Kyselyyn vastasi 884 yksin asuvaa ihmistä. Tutkimustuloksista ilmenee, että sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutustilanteet ovat tärkeitä yksin asuvien mielen hyvinvoinnille. Tiivis yhteydenpito läheisiin ihmisiin, aktiivinen osallistuminen erilaisiin tapahtumiin, kirkossa käynti ja hoivan tarjoaminen muille lisäsivät yksin asuvien positiivista mielenterveyttä. (Tamminen ym., 2020.)

### 3 IHMISEN PERUSTARPEET – MASLOW´N TARVEHIERARKIA

Abraham Maslow oli amerikkalainen psykologi, joka kehitti viisiportaisen tarvehierarkiamallin, joka usein kuvataan pyramidin muodossa. Teorian mukaan vastassitten, kun edellinen tarve on hyvin tyydytetty, seuraava tarve nousee hallitsemaan tietoisuuttamme ja ohjaamaan toimintaamme (Maslow, 2012, s. 29; McLeod, 2007). Tarpeet ovat kuitenkin harvoin sataprosenttisesti tyydyttyneitä. Myös Maslow itse totesi myöhemmin, että tarpeiden tyytyväisyysprosentti voi vaihdella. Ihmiset ovat usein tyytyväisiä ja samaan aikaan myös tyytymättömiä perustarpeisiinsa. (Maslow, 2012, s. 22.)



Kuvio 1. Maslowin tarvehierarkia (Mukaiillen, Maslow, 2012)

#### 3.1 Fysiologiset tarpeet

Nämä ovat ihmisen selviytymisen kannalta tärkeitä, biologisia vaatimuksia. Fysiologisiin tarpeisiin lukeutuu mm. ilma, ruoka, juoma, vaatteet, lämpö, seksi ja uni. Jos fysiologiset tarpeet eivät täyty, ihmisen keho ei voi toimia optimaalisesti. Maslow piti fysiologisia tarpeita tärkeimpinä, koska kaikki muut tarpeet muuttuvat toissijaisiksi, kunnes nämä tarpeet täyttyvät. (Maslow, 2012, s. 28; McLeod, 2007.)

### 3.2 Turvallisuuden tarpeet

Kun yksilön fysiologiset tarpeet on tyydytetty, turvallisuuden ja turvattomuuden tarpeet korostuvat. Maslow'n mukaan ihmiset haluavat kokea järjestyksen ja hallinnan tunteita elämässään. Osaltaan perhe ja yhteiskunnan eri palvelut, kuten poliisi, terveydenhuolto, ja koulut, voivat täyttää nämä tarpeet. (Maslow, 2012, s. 28; McLeod, 2007.)

### 3.3 Rakkauden ja yhteenkuuluvuuden tarpeet

Kun fysiologiset ja turvallisuuden tarpeet on täytetty, ihmisen tarpeiden kolmas taso on sosiaalinen ja siihen liittyy yhteenkuulumisen tunne. Yhteenkuuluminen viittaa ihmisen emotionaalisiin tarpeisiin, ihmisten välisiin suhteisiin, ja ryhmään kuulumiseen. Yhteenkuuluvaisuuden tarpeisiin liittyvät esimerkiksi ystävyyssuhteet, ihmisten välinen läheisyys ja luottamus, kiintymys, antaminen sekä rakkaus. (Maslow, 2012, s. 28; McLeod, 2007.)

### 3.4 Arvostuksen tarpeet

Arvostukseen liittyvät tarpeet ovat Maslow'n hierarkian neljäs taso ja sisältävät itsensä arvostamisen, saavutuksen ja kunnioituksen tarpeet. Maslow luokitteli arvostuksen kahteen luokkaan: itsensä arvostukseen (arvo, saavutus, riippumattomuus) ja muilta saatuun arvostukseen ja kunniaan (esim. asema, arvovalta). (Maslow, 2012, s. 28; McLeod, 2007).

Niissä yhteiskunnissa, joissa kunnia-kulttuuri elää vahvana, yhteisön vaikutus yksilön kunniaan on merkittävä (Benouaret, 2011, s. 59). Kunnia-käsitykseen liittyy usein myös häpeä ja ns. kunnia-kulttuurissa on tärkeämpää se, mitä ihmiset kuvittelevat tietävänsä, kuin se, mitä on todellisuudessa tapahtunut. Pelko kunnian menettämisestä voi johtaa joissakin kulttuureissa hyvinkin radikaaleihin toimenpiteisiin tahraamalla yksilön maineen tai rajaten hänet pois yhteisöstä. Suomessa

yksittäisten ihmisten ei sen sijaan tarvitse samalla tavalla huolehtia yhteisön kunnia- ja häpeäkäsityksistä, sillä henkilökohtainen menestyminen ja osallisuus eivät riipu yhteisön kunnia- ja häpeäkäsityksiin perustuvista normeista. Suomessa ja länsimaissa on kyse enemmän yksilöpainotteisesta kunnia- ja häpeäkäsityksestä, kuin yhteisöllisen kunnia- ja häpeäkäsityksistä. Kunnia- ja häpeäkäsityksissä yhteisössä korostuu vahvasti perheen ja suvun rooli. (Benouaret, 2011, s.19; 35; 59; 62.)

### 3.5 Itsensä toteuttamisen tarpeet

Tämä on Maslowin hierarkian korkein taso, joka liittyy yksilön oman potentiaalinsa toteuttamiseen, henkilökohtaisen kasvun ja huippukokemusten etsimiseen. Viides taso on hyvin yksilökohtainen, sillä itsensä toteuttaminen tarkoittaa eri asioita eri ihmisillä. Siinä missä joku haluaa tulla taitavaksi muusikoksi tai urheilijaksi, voi toinen toteuttaa itseään luovasti esimerkiksi taloudellisen osaamisen tai keksintöjen parissa. (Maslow, 2012, s. 28; McLeod, 2007.)

### 3.6 Kritiikkiä Maslowin teoriasta

Maslown tarvehierarkiaa sekä kannatetaan että kritisoidaan. Kritiikki kohdistuu vahvasti erilaisiin tulkintoihin siitä, milloin kyseinen tarve täyttyy. Toisaalta tarvehierarkia on hyvin kulttuurikeskeistä, sillä esimerkiksi länsimaissa fysiologisten tarpeiden voi pääsääntöisesti todeta täyttyvän. Toisaalta Suomessa on lähes 4000 ihmistä vailla asuntoa (Vailla vakinaista asuntoa ry [VVARY], 2021), ja eriarvoisuutta ilmenee myös Suomessa. Suomessa yhteiskunnan eriarvoisuus johtuu kuitenkin ihmisten kohtaamien myönteisten siirtymien jakautumisesta epätasaisesti väestön kesken, ei niinkään huono-osaisuuden lisääntymisestä. Toisaalta muutoksia on havaittavissa esimerkiksi pidentyneen toimeentulotukiasiakkaiden, kotoutumisen haasteiden, asuinalueiden ja alueiden eriytymisen, ja korkean työttömyyden muodoissa. Haasteena 2010-luvun lopusta saakka on ollut julkisen vallan mahdollisuuksien väheneminen tukea heikompiosaisia. Syynä ovat mm. talouden leikkaukset ja varojen uudelleen kohdistaminen. (Valtioneuvosto, 2018, s.12.)

Maslow'n teorian mukaan hierarkian alimmat tarpeet on tyydytettävä ennen kuin ihminen voi saavuttaa täyden potentiaalinsa ja toteuttaa itseänsä. Maslow totesi kuitenkin itse myöhemmin, että tarpeiden tyydyttyminen ei välttämättä etene pyramidin osoittamassa järjestyksessä, ja että eri tarpeet voivat korostua riippumatta aiempien tarveportaiden tilasta. Maslow'n tarvehierarkia ei välttämättä huomioi tarpeeksi kokonaisvaltaisesti sitä kontekstia, missä eletään. Maslow'n teoria on syntynyt Yhdysvaltojen taloustaantumien jälkeen, ja teorian ei katsota ottavan tarpeeksi huomioon Yhdysvaltojen ulkopuolisten yhteiskuntien eri kehitysvauhtia ja eri kansakuntien ominaispiirteitä (Fenollar Quereda, 2003, s. 27).

Maslow'n teoriaa pidetään osittain vaikeasti mitattavissa, vaikka sen on monesti todettu olevan pätevä mallinnus. Maslow'n teoriaa kritisoidaan siitä, ettei se ota huomioon yksilöiden eroja motivoitumisen suhteen, eikä sen avulla saada vastauksia siihen, miksi eri tilanteissa valitaan tietyt toimintatavat tarpeiden tyydyttämiseksi. (Patomäki, 2018, s. 28.)

Vuonna 1943 julkaisemansa *A Theory of Human Motivation*-teoksen jälkeen Maslow laajensi teoriaansa vuonna 1970 sisällyttäen siihen aiemman viisiporrasmallin lisäksi kognitiiviset ja esteettiset tarpeet, ja myöhemmin myös transsendenttiset tai hengelliset tarpeet (Yu Liu & Meng Cheng, 2022). Maslow'n mallia on myös jatkotyöstetty ja mukailtu. Vuonna 2011 tehdyn kansainvälisen tutkimuksen perusteella (Tay & Diener, 2011, s. 354–355) kehitettiin malli, jossa perustarpeet jakautuvat seuraavasti: fysiologiset tarpeet, turvallisuuden tarpeet, rakkauden tarpeet, kunnioituksen tarpeet (vrt. Maslow'n arvostuksen tarpeet), mestaruuden tarpeet ja autonomian tarpeet. Samassa tutkimuksessa positiiviset tunteet liitettiin sosiaalisiin suhteisiin ja läheisyyden tarpeisiin, ja perustarpeiden tyydyttyminen liitettiin ihmisen käsitykseen ja yleisarvioon omasta elämästään.

Kritiikistä huolimatta Maslow'n tarvehierarkiamalli on todettu päteväksi (Patomäki, 2018, s. 28), ja se on riittävä teoriapohja tämän opinnäytetyön tutkimustuloksien tulkintaan. Se tarjoaa selkeät käsitteet ja viitekehysten, ohjaamatta kuitenkaan liikaa sisällönanalyysiä ja tulosten tulkintaa. Tutkimustulosten perusteella voidaan tuoda myös kriittistä näkökulmaa Maslow'n teorian malliin.

### 3.7 Inglehart-Welzelin kulttuurikartta

Mielenkiintoisen ja laajan näkemyksen yhteiskuntien jakautumiseen ja kulttuurien välisiin eroihin tuo Inglehart-Welzelin kulttuurikartta (2022). Vaikka Maslow'n teoria pureutuukin tarpeisiin ja motivaatioon, sitä voidaan pitää silti hyvin kontekstisidonnaisena ja jokseenkin kankeana. Vertailun vuoksi voidaan tarkastella kulttuurikarttaa, jonka mukaan yhteiskuntien sosioekonominen kehitys voidaan paikallistaa kahden akselin tai pääulottuvuuden välille, ottaen huomioon vallitsevan kulttuurin, historian, alueen, ajan ja kehityksen.

Nämä pääulottuvuudet ovat:

1. Perinteiset arvot vs. maallis-rationaaliset arvot ja
2. Selviytymiseen liittyvät arvot vs. itsensä ilmaisuun liittyvät arvot.

Perinteiset arvot korostavat uskonnon merkitystä, perhesiteitä, auktoriteettien kunnioittamista ja perinteisiä perhearvoja. Yhteiskunnissa, joissa kannatetaan näitä arvoja, vastustetaan usein myös avioeroa, aborttia, ja eutanasiaa. Perinteisiä arvoja korostavissa yhteisöissä vallitsee kansallinen ylpeys ja kansallismielinen näkemys. Perinteiset arvot voidaan liittää esiteollisiin yhteiskuntiin, joissa perhe on elintärkeä yksikkö selviytymisen kannalta. Sen vuoksi mm. avioero ja abortti sotivat näitä arvoja vastaan. Perinteiset arvot korostavat elämää ja jatkuvuutta, sekä sosiaalista sopeutumista individualististen pyrkimysten sijaan. (World Values Survey [WVS], 2022.)

Maallis-rationaalisia arvoja omaavilla yhteisöillä on päinvastaiset arvostuksen kohteet, kuin perinteisiä arvoja korostavilla yhteisöillä. Maallis-rationaaliset yhteiskunnat painottavat vähemmän uskontoa, perinteisiä perhearvoja ja auktoriteettia. Avioeroa, aborttia, eutanasiaa ja itsemurhaa pidetään suhteellisen hyväksyttävänä. Suvaitsevaisuuden, luottamuksen, subjektiivisen hyvinvoinnin, kansalaisaktiivisuuden ja itseilmaisun piirteet ovat tyypillisiä maallis-rationaalisia arvoja edustaville jälkiteollisille yhteiskunnille. Toisaalta näissä yhteiskunnissa ihmiset pyrkivät korostamaan ennen kaikkea taloudellista ja fyysistä turvallisuutta, ja he voivat kokea uhkaa mm. etnisen monimuotoisuuden ja kulttuurisen muutoksen

vuoksi. Tämä voi johtaa suvaitsemattomuuteen, perinteisten sukupuoliroolien vaatimiseen ja autoritaariseen poliittiseen näkemykseen. (WVS, 2022.)

Selviytymiseen liittyvät arvot korostavat taloudellista ja fyysistä turvallisuutta, ja itsensä ilmaisuun liittyvät arvot priorisoivat mm. ympäristönsuojelua, suvaitsevaisuutta vähemmistöjä kohtaan ja sukupuolten välistä tasa-arvoa. Yhteiskunnissa, joissa korostetaan itseilmaisun arvoja, hyväksytään herkemmin vähemmistöjen oikeuksia. (WVS, 2022.)

Inglehart-Welzelin kulttuurikartta tuo hyvin näkyväksi kulttuurien välisen vaihtelun eri ulottuvuudet. Sen mukaan kehitysmaissa korostuvat perinteisemmät arvot, kuten sosiaaliset ja yhteenkuuluvuuden tarpeet. Sekä Inglehart-Welzelin kulttuurikartta, että Maslow'n teoria ovat samoilla linjoilla siitä, että itsensä toteuttamisen tarpeet ovat enemmän esillä silloin, kun fyysiset ja taloudelliset tarpeet ovat tyydytettyinä. Inglehart-Welzelin kulttuurikartta jakaa alueet maiden sijaan kulttuuri-alueisiin, joilla kullakin on omat ominaispiirteensä. Siinä missä Maslow'n tutkimustulokset rajoittuivat vahvasti Yhdysvaltoihin ja 1920-luvun laman jälkeisiin vuosiin, Inglehart-Welzelin kulttuurikartta huomioi laajemmin vallitsevan kontekstin.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kartoittaa Nekalassa yksin asuvien täysi-ikäisten henkilöiden kokemuksia korona-ajasta. Ajatus opinnäytetyöhön lähti kahden opiskelijan mielenkiinnosta tietää, mitä Nekalassa yksin asuville kuuluu korona-aikana. Tampereen Eteläinen seurakunta ja alueen sosiaali- ja terveysalan toimijat voivat tarvittaessa käyttää kerättyä tietoa halutessaan toimintansa suunnittelussa. Tutkimus suoritettiin parityöskentelynä aineistonkeruuseen asti, mutta sen jälkeen se vietiin loppuun yksilötyönä.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Miten Nekalassa yksin asuvat ovat kokeneet korona-ajan?
2. Mitä Nekalassa yksin asuvat kaipasivat korona-aikana?

Tutkimustulokset analysoitiin sisällönanalyysin, tarkemmin sanoen teemoittelun avulla, peilaten niitä Maslow'n teoriaan ja aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen.

### 4.1 Työelämäkumppani

Työelämäkumppanina tutkimuksessa toimi Tampereen Eteläinen seurakunta, joka on yksi Tampereen alueella toimivista viidestä seurakunnasta. Se on vuonna 2014 muodostettu seurakunta, johon kuuluvat Hervannan, Härmälän ja Viinikan lähikirkkoalueet. Nekalan kaupunginosa kuuluu Viinikan lähikirkkoalueeseen. Eteläiseen seurakuntaan kuuluu n. 35 000 jäsentä. (Tampereen seurakunnat, 2021.)

Tampereen Eteläisen seurakunnan vt. kirkkoherra Mikko Sulander toivoi tutkimuksen alussa, että tutkimuskysymystä ei rajattaisi liikaa ennakkoajatuksilla, ja että haastattelukysymykset saavat olla mahdollisimman avoimia, jotta ihmisten kokemukset nousevat mahdollisimman laaja-alaisesti esiin.

## 4.2 Tutkimusympäristö

Aineistonkeruu suoritettiin fokusryhmäkeskustelujen avulla Tampereella, Nekalan seurakuntatalon kokoustiloissa. Nekala sijaitsee Tampereen Eteläisen seurakunnan alueella. Nekalaa on kansankielellä kutsuttu Tampereen yksinäisten kaupunginosaksi, sillä sen rakennuskanta koostuu suurimmaksi osaksi pienistä asunnoista.

Vuonna 2019 Nekalan asuntokannasta noin 81% oli pieniä yhden- tai kahden huoneen asuntoja, ja noin 75% nekalalaisista elivät yhden hengen asutuksessa. Samana vuonna Nekalan kokonaisväkiluku oli 1051, joista yli puolet olivat 19–64-vuotiaita, eli työikäistä väestöä. Nekalan alueella suurin osa ihmisistä elää siis yhden hengen taloudessa (Tampereen kaupunki -a, 2021).

Nekalassa on paljon vuokra-asuntoja ja vanhoja puukerrostaloja, ja sieltä on hyvät ja nopeat kulkuyhteydet Tampereen keskustaan. Nekalan rakennuskanta on matalaa, ja puistoja on paljon. Nekalaan sijoitettiin paljon uusia asukkaita pari vuotta sitten, kun Tampereen Vuokra-asunnot Oy alkoi purkaa vanhaa asutuskantaa Tampereen Hipposkylästä. Hipposkylää on pidetty jokseenkin pahamaineisena paikkana, jossa päihitteet ja vähäosaisuus ovat arkea (Yle, i.a.).

## 4.3 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Aineiston hankinnan luotettavuuteen liittyy se, miten hyvin saatu tieto kuvaa ilmiötä, johon perehdytään. Toiseksi on hyvä pohtia, voiko käytetyllä menetelmällä kootuista tiedoista tehdä yleisiä päätelmiä. Puhutaan aineiston sisäisestä ja ulkoisesta luotettavuudesta. Erityisesti sisäinen luotettavuus, eli kuinka hyvin aineisto mittaa sitä, mitä sen on tarkoitus mitata, on tärkeää. (Valli & Aarnos, 2018, s. 22.) Tässä opinnäytetyössä oli tarkoitus saada tietoa Nekalassa yksin asuvien ihmisten korona-ajan kokemuksista, ja sitä myös saatiin, joten tutkimuksen luotettavuuteen voidaan täten luottaa.

Opinnäytetyön suunnittelussa ja toteutuksessa noudatettiin tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) ohjeita ja suosituksia. Hyvän tieteellisen käytännön mukaan toimintatapojen tulee olla rehelliset, huolelliset ja tarkat. Tiedonhankinta, tutkimus- ja arviointimenetelmien täytyy olla eettisesti kestäviä. Lähteinä käytettyjä tutkimuksia hyödynnettiin ja käsiteltiin asiallisesti ja kunnioittaen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta [TENK], 2012, s. 6–10.)

Opinnäytetyössä kunnioitettiin tutkimushaastatteluihin osallistuvien henkilöiden ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta sekä anonymiteettia. Opinnäytetyö toteutettiin niin, että tutkittavina oleville henkilöille tai yhteisölle ei aiheutunut mukana olosta minkäänlaisia vahinkoja tai haittoja, eikä heitä voida tunnistaa tutkimustulosten perusteella. Tutkimustuloksissa huomioitiin mukana olevien yksityisyyden lisäksi lopputuloksen avoimuus. Pyrkimyksenä oli, että tutkimuksessa mukana olevat kokivat tulleen kohdelluksi asianmukaisesti. (TENK, 2012, s. 6–10.) Ihmisiin kohdistuvassa tutkimuksessa on tärkeää ymmärtää kohtaamiseen liittyvä tärkeys ja tutkimusasetelman myötä tuleva ennakoimattomuus, sillä kaikkia eettisiä kysymyksiä ei voida ennalta tietää. Sen vuoksi onkin tärkeää, että tutkija ymmärtää hyvin tutkimuksen eettiset periaatteet, jotka ovat laadittu suojaamaan tutkittavia, mutta myös tukemaan tutkijoita. Myös luottamus tutkijan ja tutkittavan välillä on ensisijaisen tärkeää, ja tutkittavien tulee tietää oikeutensa ja ymmärtää, että tutkimus perustuu tutkittavan vapaaehtoisuuteen. (TENK, 2019, s. 7–8.)

On tärkeää, että kaikkia tutkittavia kohdellaan tasa-arvoisesti, eikä tutkijan omat näkemykset saa vaikuttaa tutkimuksen kulkuun tai sisällönanalyysiin, sillä tutkija ei saa toiminnallaan vahingoittaa tai hankaloittaa tutkimustuloksia tai ihmisten elämän kulkua. Erityisesti vähemmistöryhmien tutkimuksessa on hyvä pitää mielessä tutkijan vastuurooli. (Vuori, i.a.-a.)

Ryhmäkeskusteluun osallistujille tiedotettiin tarkasti, mistä keskustelutilanteessa on kysymys. He kirjoittivat sitoutumislomakkeen (liite 2), jonka kävimme yhdessä läpi. Luotettavan lopputuloksen saamiseksi noudatimme asianmukaisia tiedonkeruu- ja käsittelymenetelmiä. Tutkimuslupa saatiin sähköpostitse syksyllä 2021 Tampereen Eteläisen seurakunnan vt. kirkkoherra Mikko Sulanderilta.

#### 4.4 Tutkimusmenetelmän valinta

Tutkimus oli laadullinen, eli kvalitatiivinen tutkimus, sillä sen tarkoituksena oli saada tietoa ja lisää ymmärrystä ihmisten korona-ajan kokemuksista. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa keskitytäänkin aineiston määrän sijasta sen laatuun ja kelvollisuuteen. Toisaalta juuri tämän vuoksi kvalitatiivinen tutkimus voidaan usein kokea myös vaikeaksi. (Valli & Aarnos, 2018, s. 16.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston keruu ja sen analysointi nivoutuvat usein yhteen, ja tutkijalta vaaditaan jo aineistoa kerätessä analyysiin liittyvää osaamista. Varhainen aineiston analysointi voi toisaalta myös rajata kohderyhmää tai tehtävänasettelua, kun tutkimusta aletaan elämään läpi. Tutkijan on tärkeää muistaa oma roolinsa, sillä kvalitatiivista tutkimusta tehdessä ei voi heittäytyä liikaa tunnepuolen kokemuksiin, vaikka tutkijan tunteet ja tutkimuskohteen elämä voivatkin sekoittaa tutkimuksen analyysia. (Valli & Aarnos, 2018, s. 16–17.)

Tutkimusaineisto koottiin fokusryhmäkeskustelujen ja valmiiksi pohdittujen apukysymysten avulla. Apukysymykset oli tarkoitettu herättämään keskustelua tarvittaessa. Keskusteluihin osallistuneet saivat kertoa omin sanoin, millaisia kokemuksia korona-aika on heissä herättänyt.

#### 4.5 Aineiston keruumenetelmä

Jotkut tutkijat vetävät tiukan rajan ryhmähaastatteluiden ja ryhmäkeskusteluiden merkityksen välille (Puusa, 2020, s. 111). Tässä kontekstissa puhun kuitenkin ryhmäkeskusteluista tai fokusryhmäkeskusteluista, mikä kuvaa mielestäni tilanteiden luonnetta paremmin. Olennaista ryhmäkeskustelussa on, että tutkijat eivät osallistu aktiivisesti keskusteluun. Ryhmäkeskustelun ja ryhmähaastattelun erona voidaankin pitää sitä, että ryhmähaastattelussa keskustelun fasilitoija esittää kysymyksiä vuorotellen osallistujille sen sijaan, että kannustaisi heitä keskustelemaan keskenään annetusta teemasta. Ryhmäkeskustelussa puolestaan olennaista on osallistujien välinen vuorovaikutus, joka tuottaa tutkimusaineiston.

Tämä on toisaalta myös ryhmäkeskusteluiden kriittinen osuus, sillä muiden ihmisten läsnäolo ja puheenvuorot voivat vaikuttaa ryhmäkeskusteluun ja sen kulkuun, jolloin puhutaan yksilölähtöisestä kritiikistä. (Valtonen & Viitanen, 2020, s. 113–114.)

Ryhmän kesken tapahtuva vuorovaikutus on ongelman sijaan kuitenkin erityispiirre, ja vuorovaikutuksen luonne kuvastaa kohteena olevaa ilmiötä. Ohjaajan osallistuminen fokusryhmäkeskusteluun myös väistämättä vaikuttaa keskustelun kulkuun. Keskustelutilanne saattaa olla jännittävä tai kiusallinen, joten oli hyvin tärkeää alustaa se ja kertoa tarkasti osallistujille, mistä ryhmäkeskustelussa on kysymys. Ryhmäkeskustelu on aina tilaisuus, jossa ovat läsnä erilaiset valtasuhteet, tunteet ja jännitteet. Nämä eivät kuitenkaan ole haitta, vaan vaativat ohjaajilta keskustelukäytäntöjen hallintaa. (Valtonen & Viitanen, 2020, s. 114–115.)

Toteutimme fokusryhmäkeskustelut maaliskuussa 2022 Nekalan seurakuntatallolla kahden opiskelijan voimin. Yhteen keskusteluun varattiin aikaa puolitoista tuntia. Yhteen ryhmäkeskustelutilanteeseen tavoiteltiin 6-8 osallistujaa. Ensimmäiseen haastatteluun tuli kaksi osallistujaa ja toiseen kolme. Kahden osallistujan välillä oli sukulaisuussuhde. Molemmat ryhmäkeskustelut nauhoitettiin. Kutsuimme keskusteluihin nekalalaisia yksin asuvia, täysi-ikäisiä ihmisiä. Tavoitelimme ihmisiä mukaan keskusteluihin Nekalan alueen Facebook-ryhmän kautta. Sen lisäksi jätimme ryhmäkeskusteluista mainokset kahden paikallisen kaupan ja itsepalvelukirjaston ilmoitustauluille. Suurin osa keskustelijoista, yhtä työikäistä henkilöä lukuun ottamatta, olivat eläkeikäisiä. Tämä herättikin kysymyksen siitä, kokeeko vanhempi väestö enemmän tarvetta keskustella korona-ajasta, kuin nuorempi väestö. Ryhmän vuorovaikutuksen näkökulmasta ryhmän homogeeniset piirteet, tässä tapauksessa nekalalaisuus ja yksin asuminen, luovat yhteishenkeä, ja edesauttavat yhteisen keskustelutavan löytämistä (Valtonen & Viitanen, 2020, s. 115).

Ennen keskustelujen alkamista tarjosimme kahvit ja kahvileipää. Ruoalla ja juomalla on todettu olevan ryhmäytymistä ja vuorovaikutusta edistävä vaikutus (Valtonen & Viitanen, 2020, s. 117). Sen jälkeen kerroimme osallistujille tarkasti tilai-

suuden kulusta ja opinnäytetyön tarkoituksesta. Jaoimme keskusteluun osallistuville suostumuslomakkeet (liite 2) allekirjoitettaviksi. Suostumuslomakkeen avulla varmistimme, että kaikki fokusryhmäkeskusteluun osallistuvat ymmärsivät, mihin keskustelussa sitoutuivat. Alkusanojen ja esittelykierroksen jälkeen siirryimme kysymysten esittämiseen ja keskusteluun. Molemmissa fokusryhmäkeskusteluissa oli hyvä ja rento tunnelma, ja alustuksemme jälkeen keskustelut sujuivat mainiosti. Kaikki keskustelijat saivat tasapuolisesti äänensä kuuluville.

Meillä molemmilla opiskelijoilla oli fokusryhmäkeskusteluissa fasilitoijan rooli. Fasilitoijat eivät osallistu aktiivisesti keskusteluun, vaan mahdollistavat erilaisten näkökulmien ja mielipiteiden kuulemisen. Fasilitoijat toimivat aktiivisina kuuntelijoina, jotta osallistujat aktivoituivat tuomaan omia näkökulmiaan keskusteluun. Esitimme lisäkysymyksiä ja johdattelimme keskustelua hetkittäin takaisin aiheen äärelle. Osallistujat saattavat ajoittain tukeutua ryhmän ohjaajiin hakiessaan tukea mielipiteilleen (Valtonen & Viitanen, 2020, s. 118), joten myötäelimme keskustelua myös ilmein ja elein.

Fokusryhmäkysymykset pohdittiin siten, että ne olivat mahdollisimman avoimia ja antoivat tilaa keskustelulle (liite 3). Numeroimme pääkysymykset, ja lisäsimme niiden alle apukysymyksiä. Molempien ryhmien kanssa kävimme haastattelurungon kysymykset läpi samassa järjestyksessä. Kaksi ensimmäistä kysymystä ovat yleistason kysymyksiä, joissa muisteltiin korona-aikaa ja sitä, mitä omassa arjessa on tapahtunut. Kolmannessa kysymyksessä pohdittiin ihmisen omia voimavaroja. Neljännessä ja viidennessä kysymyksessä kartoitettiin mitä uutta korona-aika on tuonut, tai mistä on mahdollisesti luovuttu. Viimeinen kysymys liittyi ihmissuhteisiin.

#### 4.6 Aineiston analyysimenetelmä

Analysoin aineiston sisällönanalyysin, tarkemmin sanoen teemoittelun avulla. Teemoittelun voi katsoa olevan yksi sisällönanalyysin muoto (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Laadullinen sisällönanalyysi on niin lähellä teemoittelua, että usein nimityksiä käytetäänkin lähes synonyymeinä toisilleen (Vuori, i.a.-b).

Teemoittelun suorittamiseen ei kuitenkaan ole yhtä erityistä tapaa tai selkeitä ohjeita, vaikka temaattisen analyysin vaiheita voidaan prosessista kuitenkin erottaa (Glasper & Rees, 2006, 100–101). Teemoittelun suunnittelu veikin eniten aikaa koko sisällönanalyysissä, kun kävin aineistoa läpi useamman kerran lukien ja kuunnellen. Päätin litteroinnin ja tekstin pelkistämisen jälkeen käydä jokaisen keskustelijan haastatteluosiot läpi, etsien niistä teemoja, jotka kyseisen henkilön kohdalla nousivat eniten esiin. Yhdistelin jokaisen haastattelun kohdalla yhtenevät teemat samaan sarakkeeseen. Sarakkeiden eli teemojen otsikot muotoutuivat vielä prosessin myötä. Koska teemoitteluprosessi tapahtui kolmen eri Word-tiedoston avulla Kriukowin (i.a.) ohjeiden mukaisesti, ei niitä ole tarkoituksenmukaista tuoda näkyville tähän opinnäytetyöhön. Lisäksi suorat sitaattit sarakkeissa voivat paljastaa tutkittavista enemmän, kuin tutkimuseettisesti on sopivaa.

Teemoittelu oli oiva analyysimenetelmä tähän työhön, sillä sen avulla voitiin hahmottaa, minkälaisia aihepiirejä ihmisten korona-ajan kokemuksista muodostuu. Teemoittelussa aineistosta nousee esiin tietyt kokonaisuudet ja keskustelulle tyyppilliset piirteet. On kuitenkin huomionarvoista, että haastattelun teema ei tarkoita samaa, kuin aineiston teemoittelu. Teemat syntyvät aina analyysistä, eikä tutkijan ennakkomielikuvista. Teemoille on tyyppillistä myös toistuvuus aineistossa. (Juhila, i.a.)

Aineiston analysointiin on yleisesti tärkeää varata tarpeeksi aikaa, jotta sitä voidaan käydä läpi useita kertoja. Tarkoituksenani oli olla mahdollisimman avoin kaikelle, mitä aineistosta löytyy. Omat haasteensa aineiston analyysivaiheessa toi toisen opiskelijan jättäytyminen opinnäytetyöprosessista. Tämä vaikutti hetkellisesti aineiston analysoinnin aikataulutukseen. Aineistojen tehtävä on vauhdittaa tutkijoiden ajatuksia, eikä latistaa tai rajoittaa tutkijan mahdollisia hypoteeseja (Eskola, 2020, s. 182). Tässä opinnäytetyössä en halunnut testata aiempia hypoteeseja aineiston analyysillä, vaan aineiston tehtävä oli tuottaa niitä.

## 5 TUTKIMUSTULOKSET

Fokusryhmäkeskustelut suoritettiin kahdessa osassa, ja niihin osallistui yhteensä viisi keskustelijaa. Jatkossa viitataan heihin haastateltavina. Vaikka henkilömäärä jäi toivottua pienemmäksi, tuli keskustelutilanteista hyvinkin intiimejä, ja molemmissa fokusryhmäkeskusteluissa uskallettiin avoimesti jakaa korona-ajan kokemuksia. Ryhmäkoon pienuuden vuoksi on otettava huomioon, että tuloksia ei voi liioin yleistää. Olen koodannut tuloksiin haastateltavat kirjain–numero-yhdistelmällä H1-H5 (haastateltava 1, haastateltava 2, jne.). Tunnistettavuussyistä en ole koodannut lyhyempiä sitaatteja.

Kahden haastateltavan välillä oli keskinäinen sukulaisuussuhde, joka ei vaikuttanut ryhmäkeskustelun kulkuun, sillä molemmat kertoivat hyvin avoimesti omista tuntemuksistaan ja kokemuksistaan, ja ottivat hyvin huomioon toisten puheenvuorot. Vain yksi haastateltavista oli mukana työelämässä, muut olivat eläkeikäisiä. Pohdinkin, onko ikäihmisillä suurempi tarve keskustella korona-ajasta. Toisaalta nuorempia ihmisiä voi rajoittaa moni asia, kuten elämän ruuhkavuodet, tai haluttomuus tai vaikeus osallistua keskustelutilanteisiin. Jotkut voivat kokea vaikeimman korona-ajan jääneen taa, eikä korona ole enää itselle ajankohtainen tai mieleinen aihe käsitellä.

Jotkut aineistosta löytyvät toistuvat teemat olivat yhteneväisiä fokusryhmäkysymysten kanssa, mutta niiden lisäksi aineistosta löytyi myös muita teemoja. Keskustelut sujuivat hyvin ja puheenvuorot jakautuivat tasaisesti haastateltavien kesken. Fokusryhmäkeskusteluista löytyneitä teemoja ovat: Tunteet, luopuminen, pelko, voimavarat, uudet asiat, kyllästyminen, tulevaisuus ja toivo. Teemat muodostuivat sen perusteella, kuinka paljon niihin liittyviä puheenvuoroja tuli keskusteluissa esiin. Teemojen lopulliset nimet tarkentuivat vasta, kun tutkimuskysymysten kannalta olennaisimmat asiat oli jaettu Word-dokumentin sarakkeissa keskenään samankaltaisiin sarakkeisiin. Haastateltavien yksityisyyden suojelemisen vuoksi en tuo teemoitteluprosessia kuitenkaan näkyville tähän opinnäytetyöhön.

## 5.1 Koronaan liittyvät ajatukset ja tunteet

Erityisesti korona-ajan alku oli jäänyt haastateltavilla hyvin mieleen. Haastateltavat muistivat tarkkoja päivämääriä, tunteita, ja ministerien esiintymisiä televisiossa.

Korona-ajan alkuun liittyi jopa vähättelyä. Yksi haastateltava toi esiin sen, miten on elämässään kokenut pandemian, jos toisenkin, eikä korona olisi mitenkään erilainen verrattuna aiempiin viruksiin. Toinen haastateltava kertoi, että oli saanut vihiä viruksesta ulkomailla asuivilta sukulaisiltaan, mutta ei uskonut sen leviävän Suomeen. Nuorin haastateltavista, työikäinen nekalalainen, kertoi että koronatilanteen pahin jakso hirvittää edelleen, vaikka tuntemukset ovatkin jo laantuneet. Koronatilannetta kuvattiin haastattelijoiden kesken mm. ”tuskaisena”, ”hankalana”, ja ”järjettömänä”.

Yhden haastateltavan osalta omat sairaudet veivät huomion pois koronan alkuvaiheesta, mikä auttoi tottumaan koronatilanteeseen pikkuhiljaa. Samainen haastateltava totesi elämän tasaantuneen hiljalleen, kun rajoitusten ja viruksen kanssa oppi elämään, eikä pyristellyt niitä vastaan.

Korona-ajan alkua ja pahinta eristysaikaa kuvattiin vaikeimpina. Kaikki vastaajat kertoivat koronan alkuvaiheen olleen suorastaan uskomatonta aikaa.

Se oli outoa aikaa...henkisesti...hyvä että pysyi kasassa...nythän se on niinkun tutkittu, että tämä aika on sairastuttanut ihmisiä henkisesti. (H4)

Yksi haastateltavista totesi, että jopa nuha tai yskä aiheuttivat ihmisissä kauhistuneita reaktioita, vaikka oltaisiin oltu turvamatkan päässä toisista. Sama haastateltava totesikin kuvaavasti: ”Ei oo mitään järkee koko touhussa”.

## 5.2 Luopuminen

Kaikki haastateltavat kokivat joutuneensa luopumaan jostakin korona-aikana. Yhden vastaajan kohdalla korostuivat luopuminen yhteisistä tärkeistä ja ainutkertaisista juhlahetkistä. Toisaalta kulkeminen rajoitti suuresti haastateltavia. Jumalanpalvelukset, yleisötapahtumat, harrastukset tai konsertit jäivät pois kolmelta haastateltavalta.

Yksi haastateltavista oli joutunut luopumaan rakkaista harrastuksistaan, mikä aiheutti hänessä hylätyksi tulemisen tunteita, kun myös sosiaaliset suhteet jäivät harrastusten myötä katkolle. Yli 70-vuotiaiden eristäminen koettiin kahden haastateltavan osalta jopa ikärasismina.

Mulla sitten oli harrastuksen näitä [xx] konsertit ja kaikki tällaiset niin loppui. Monta konserttia jäi sitten pois... ja vesijumppat jäi pois. Selaset rakkaat harrastukset mitä oli, niin niistä joutui sitten luopumaan. Tavallaan hyljätyksi tunsin itsensä. (H5)

Yksi haastateltava oli joutunut luopumaan kahdesta työstään ikäihmisten eristämisen myötä. Hän toi haastatteluissa voimakkaasti esiin turhautumistaan ja pettymystään valtiovallan päätökseen eristämistoimenpiteistä, ja he keskustelivat toisen haastateltavan kanssa tilanteesta ”ikärasismina”.

Kaikki jotka ovat seitsemänkymmentä täyttäneet, niin niiden pitää olla kotona... että vähän niinku eristää vielä enempi muusta joukosta kun muut...Mutta sit vielä enempi ja rajumpi juttu oli se, et mä olin töissä. Se oli niin raju isku. Tosi kova juttu identiteetilleni. (H4)

Että nämä nuoret 35-vuotiaat ministerit... ei he osanneet ajatella, että seitsemänkymppisissä on eri tasoisia siis voimiltaan, siis henkisesti ja fyysisiltä voimiltaan, ja vauhdikkuudeltaan ja muuten. Niillä oli varmaan se kuva, että ne on kaikki niin raihnaisia. (H4)

Eräs eläkeikäinen haastateltava totesi korona-ajan ikäihmisten eristämisen olleen niin raskasta, että hän pohti, onko itse niin raihmainen ja palvelun tarpeessa, että häntä pitäisi ruveta ”hoivaamaan ja hyysäämään”.

Nuorin vastaajista totesi lyhykäisyydessään, että korona ”vei paljon kaikesta”. Hänen kohdallaan korostui erityisesti musiikkitapahtumien loppuminen ja ystävien tapaamatta jääminen.

### 5.3 Pelko

Ainoastaan kaksi haastateltavaa myönsivät tunteneensa varsinaista pelkoa korona-aikana. Pelkoa aiheutti näistä toisen haastateltavan kohdalla myös se, että kukaan ei tuntunut aluksi tietävän viruksesta tai siitä, mitä tulevaisuus tuo tullessaan. Myös eristyksissä oleminen pelotti haastateltavaa.

Kolme vanhinta haastateltavaa eivät olleet kokeneet varsinaista pelkoa korona-aikana. Heidän kertomassaan korostui enemmän elämän tuoma kokemus, joka auttoi suhtautumaan koronavirukseen.

Ei pelottanut, mikään ei ole enää uutta. Jos joku tulee, niin se tulee. En minä ehdontahdon hae tautia itselleni, mutta ei pelota. (H3)

Pelko, jota haastateltavat myönsivät tunteneensa, oli ennen kaikkea pelkoa muiden puolesta, tai muiden ihmisten tartuttamisesta. Kukaan haastatelluista ei todennut pelänneensä oman terveytensä puolesta missään vaiheessa.

### 5.4 Voimavaratekijät

Omilla voimavaroilla oli suuri merkitys korona-ajan keskellä. Kaikki haastateltavat kertoivat tärkeitä voimavaroja olleen läheiset ihmiset, sukulaiset ja ystävät. Kolme viidestä haastateltavasta kertoi, että puhelinkeskustelut olivat pidentyneet ja lähentyneet ystävien ja sukulaisten kanssa korona-aikana. Voimavaroiksi luokitel-

tiin myös työ, uuden oppiminen sekä tulevaisuuden haaveissa siintävä matkustelu. Elämän tasalaatuisuus ja kärsivällisyys olivat tärkeitä voimavaratekijöitä yhdelle vastaajista.

Luonto, liikunta ja ulkoilu koettiin yleisesti tärkeänä voimavarana. Lähimetsät ja ulkoilualueet olivat kaikille haastatelluille tärkeitä virkistäytymisen lähteitä.

Ja sitten tämä liikkuminen. Minä liikun, miltei 4-5 kertaa viikossa käyn lenkillä. Semmonen about 5 kilometriä. Ja sitten sisäliikuntaa omaehtoisesti. Panen rytmimusiikin päälle ja teen voimisteluliikkeitä monella tavalla. Punnerrukset... Kun jäin eläkkeelle, niin työkaverit antoivat lahjaksi [xx]. Sillä sitten eri liikkeitä.

Mutta tuosta omaehtoisesta liikkumisesta, niin kyllä se on varmaan meillä verissä. Mä teen joka aamu tuon tuolijumpan, ja nyt mä sain fysioterapeutilta, kun on niskat kaikki jumissa, niin vahvistetaan noita yläselän juttuja niin kuminauhoilla.

Haastateltavat kertoivat ulkoilleensa erityisesti Nekalan alueella ja kotiensa lähetyillä. He kertoivat tehneensä päiväretkiä ja ulkoilleensa paljon. Yksi haastateltavista kertoi keittäneensä nokipannukahvit metsässä, ja nukkuneensa tämän retken jälkeen erinomaisesti. Lisäksi kevään ja kesän kuului haastateltavien puheissa.

Odotan kesää, kun pääsen pihalle. Ollaan käyty lidesjärvellä.... Olemme kiertäneet siirtolapuutarhaa. (H1)

Huomasin että tosi paljon porukka kokoontui [xx] puistoon. siellä oli sellasia ryhmittymiä ja piknikkitouhua, että ollaan porukalla. Mutta se on varmaan minun ikäpolven ja nuorempien juttu. (H2)

Haastateltava, jolla oli koira, koki helpotusta siitä, että saisi ulkoilla lemmikkinsä kanssa mahdollisesta täyssulusta huolimatta. Hän kertoi koiran omistajuuden olleen suoranainen helpotus ja antaneen varmuuden sille, että vaikka eristystoimenpiteitä kiristettäisiin, hänellä olisi lupa mennä koiran kanssa ulos.

## 5.5 Uudet asiat

Korona-aika oli tuonut haastateltavien arkeen myös uusia asioita ja rutiineja. Suurimmaksi osaksi kyseessä oli ihmissuhteisiin liittyvät asiat. Yksi haastateltavista oli löytänyt uudelleen lapsuuden aikaiset ystävät, joiden kanssa oli alkanut pitää jälleen yhteyttä puhelimitse, ja heillä oli jo suunnitelmissa ensimmäinen yhteistaapaaminen isommalla ryhmällä. Kaksi haastateltavaa olivat olleet aiempaa enemmän yhteydessä sukulaisiinsa (puhelimitse), ja yksi haastateltava koki helpotusta siitä, että puhelimen avulla saattoi olla yhteydessä muihin. Kaksi haastateltavista kertoi puheluiden ystävien ja sukulaisten kanssa myös pidentyneen aiempaan verraten.

Onneks on puhelimet. Se oli ainoa kontaktiväline, minkä kautta pystyi pitämään yhteyttä ystäviin, kun ei voinut tavata. (H5)

Yhden haastateltavan ystävät auttoivat häntä käymällä kaupassa tai tuomalla ruokaa läheisestä ravintolasta. Toinen haastateltava koki kaupassakäynnin olleen suunnitelmallisempaa koronarajoitteiden aikana.

Lähiluonto ja sen merkitys korostuivat korona-aikana kolmen haastateltavan kohdalla. Heidän puheissaan toistuivat nekalalaisille tutut järvet, puistot ja metsät.

Mä huomasin sen että tosi paljon porukka kokoontui [xx]puistoon et siellä oli sellasia ryhmittymiä ja niinku piknikkitouhua ja tällästä et ollaan niinku porukalla. Mut se on varmaan mun ikäpolven ja nuorempien juttu. Sit kaikki kuitenkin halus olla omassa kotona rauhassa, se on sun turvasatama, mut sit kun halutaan nähdä jotakin niin kokoonnutaan sinne ulos. (H2)

Kahden sukulaisuussuhteessa keskenään olevan haastateltavan välille oli tullut uusia rutiineita korona-aikana. He olivat tavanneet toisiaan parvekkeen kautta, ja alkaneet pitää yhteisiä saunailtoja. Saunahetken he totesivat olevan hyvä, uusi rutiini.

## 5.6 Kyllästyminen

Ryhmäkeskustelut suoritettiin siinä vaiheessa, kun kaikki koronarajoitukset oli jo poistettu. Kyllästyminen ja koronatilanteeseen tottuminen kuuluivat ryhmäkeskusteluissa. Kolme haastateltavaa kuvasivat tilannetta niin, että ”se tulee, jos se tulee”, tai ”se tulee, jos se on tullakseen”.

Erityisesti yksi haastateltavista suhtautui alun perin koronaan rauhallisesti, eikä todennut koronan liioin vaikuttaneen hänen elämäänsä. Yksi heistä totesi, että tällä hetkellä hänellä on ”hällä väliä-asenne”, ja toivoi koronatilanteen vihdoinkin jo loppuvan.

Tällä hetkellä mulla on vaan sellanen olo et niinku et loppus tää nyt jo. Mä oon niinku aivan kypsä tähän koko koronatilanteeseen. (H2)

Kaikki osallistujat kertoivat ottaneensa rokotteen, mutta yksi haastateltava kertoi rokotteesta huolimatta sairastaneensa taudin. Toisaalta hän koki taudin sairastamisen jälkeen myös helpotusta.

## 5.7 Tulevaisuus ja toivo

Nykyhetkeen ja tulevaan haastateltavat suhtautuivat positiivisesti ja valoisasti. Koronaa ei koettu enää samanlaisena uhkana, kuin aiemmin. Kaksi haastateltavaa odottivat kevään ja kesän tuloa innokkaasti, samoin yksi haastateltava odotti yleisesti kodin ulkopuolelle lähtemistä.

Kevät ja kesä on minun asia, et silloin mä niin sanotusti elän. Nyt on pikkuhiljaa päässyt tuolta neljän seinän sisältä... Se oli yksi aika meidän elämässä ja se on nyt siellä takana päin ja nyt katotaan eteenpäin tätä elämää ja haetaan sieltä nytten hyviä asioita ja tietenkin kevättä ja kesää kohti mennään... (5)

Yksi haastateltavista totesi, että on hiljalleen suuntautumassa ulospäin kotikuvi-  
oistaan, eikä korona enää mietitytä. Hän totesi samalla tekevänsä niin, kuin vir-  
kamiehet ja päättäjät ohjeistavat. Yksi haastateltava totesi, että viihtyy yleensä  
kotona hyvin omissa oloissaan, mutta nyt haluaa päästä pois ihmisten ilmoille.

.. Nyt on ehkä sellanen olo et kun on ollut koko ajan [kotona] niin ...  
sieltä haluaa ihan oikeesti pois, sieltä on niinku pakko päästä pois... Et  
ei täs oo mitään järkee et mä oon vaan täällä. (H2)

Kahden ikärasismia kokeneen kohdalla oli tapahtunut koronan myötä jopa voi-  
maantumista ja vahvistumista.

Mä sanoisin että...oma ajattelu...se että itse päättää.. se on niinku  
vahvistunut...niinku minua ei määräillä! (H4)

... Uskallan olla oma itseni, vaikka toiset sanoo että älä nyt sinne  
mene, tartutat muita ja sellasta... niin pystyy sanomaan että "ei", mä  
ite päätän kyllä, että ja tiedän oman kehoni ja mieleni miten ne reagoi  
mihinkin... (H5)

Näiden kahden haastateltavan vastauksissa korostui oman itsen tunteminen, ja  
omien kokemusten ja oman elämänsä historian merkitys.

## 5.8 Nekala asuinpaikkana

Nekala asuinpaikkana, sen muuttuminen ja lieveilmiöt puhuttivat kolmea haasta-  
teltavaa. He päätyivät keskusteluissaan pohtimaan Nekalassa yksin asuvia ja  
heidän taustojaan.

Mä tunsin ennen vanhaa koko Nekalan ihmiset ja kuka missäkin  
asuu, mut nykyään ne on niin... (H3)

Se [Nekala] on kasvanut, ihmiset muuttuu. (H1)

Nekalan mainetta väkivaltaisena ja rauhattomana pohdittiin perustavanlaatuisesti. Omat kokemukset ja toteamukset puolsivat kuitenkin sitä, että Nekala koettiin asuinpaikkana miellyttävänä. Toisaalta jotkut Nekalan alueet puhuttivat haastateltavia, mikä johti keskusteluihin yksinäisyydestä ja osattomuudesta.

Sinnehän [huonomaineinen Atomikylä] niinku vaan dumpattiin sellaiset niinku yhteiskunnan huonompiosaiset ihmiset. Täällähän on tosi kallista asuu nois kaupungin yksiöissä, ja ne on tosi huonos kunnossa, mutta sinnehän dumpataan sit semmoset... just tällaset vaikeet tapaukset mitä ei voi muualle sijoittaa. Yksin elään niihin yksiöihin... Sit sekin varmaan tekee osittain sitä yksinäisyyttä, et kun sulla vaihtuu naapurit vähän väliä... Eihän täällä pääse ees tutustuun kehenkään kun sulla vaihtuu naapurit koko ajan. (H2)  
Toisaalta ei se yhteisöllisyys oo enää sit samaa kun sillon kun mä tulin [toisen kaupungin nimi] tänne, niin siel meil oli edelleen silleen oli... on asukastoimikuntii...ja on edelleen... mut ne kaks taloo mitä siinä oli niin siinä oltiin yhdessä. (H1)

Yksi haastateltavista totesi yhteisöllisyyden parantuneen sen jälkeen, kun hän muutti pienempään taloon, jossa naapurit tervehtivät toisiaan. Hän kertoi myös naapureiden yhteisten pihahetkien olleen mukavia korona-aikana.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen aineiston perusteella voidaan päätellä, miten fokusryhmäkeskusteluihin osallistuneet kokivat korona-ajan ja miten se heidän elämäänsä vaikutti. Varsinaisia yleistyksiä ei kuitenkaan voida näin pienestä joukosta haastateltavia tehdä. Lisäksi suurin osa haastateltavista oli eläkeikäisiä, yhtä haastateltavaa lukuun ottamatta, joten tutkimustulokset painottuvat suureksi osaksi seniori-ikäisten kokemuksiin.

Koronatilanne yleisesti huolestutti seniori-ikäisiä haastateltavia vähemmän, kuin nuorempaa osallistujaa. Ikäihmisten on todettukin kokevan vähemmän kielteisyyttä pandemian aikana, kuin nuoremman väestön (Birditt ym., 2020, s. 206; Jiang, 2020), mikä ilmeni myös ryhmäkeskusteluissa nuorimman osallistujan kuvaillessa koronatilannetta hyvin ahdistavana kokemuksena. Seniori-ikäiset sen sijaan kokivat korona-ajan, sen raskaudesta huolimatta, yhtenä erilaisena elämäkokemuksesta, josta selvitään ennen pitkää. Toiveikkuus voi liittyä myös haastatteluajankohtaan, jona rajoitustoimenpiteet oltiin jo purettu, ja eristys- tai varotoimenpiteitä ei enää edellytetty. Arjen askareiden, tärkeiden paikkojen, luonnon läheisyyden ja lempeämmän vuodenajan odotuksen on tutkittu tuovan toivoa yli 80-vuotiaiden ikäihmisten elämään korona-aikana (Tiilikainen ym., 2021). Haastateltavat toivatkin esiin erityisesti lähiluonnon ja ulkona liikkumisen merkityksen korona-aikana, ja kaikki haastateltavat kokivat luonnon ja ulkoilun tärkeänä voimavarana.

Mediassa on säännöllisesti käsitelty sitä, miten korona-ajan kokemukset näkyvät ihmisten hyvinvoinnissa vielä vuosien päästä. On puhuttu sosiaalisesta vajauksesta, sosiaalisesta velasta ja hyvinvointivajeesta. Hyvinvointivajeella viitataan laajalti erilaisiin toimeentuloon, fyysiseen tai psyykkiseen terveyteen, vähäisiin resursseihin, koulutukseen, sosiaalisiin suhteisiin tai suoranaiseen köyhyyteen liittyviin asioihin (Hiilamo, 2021; Laihiala, 2018, s. 36; Merikukka, 2020, s. 36).

Nekalassa käytyjen ryhmäkeskusteluiden perusteella Maslow'n tarvehierarkiamalli järjestyisi eri tavoin.

TAULUKKO 1. Maslow'n tarvehierarkiamalli mukailtuna Nekalassa käytyjen ryhmäkeskustelujen pohjalta.

MASLOW´N ALKUPERÄINEN TARVEHIERARKIAMALLI	RYHMÄKESKUSTELUIDEN PERUSTEELLA ESIIN TULLEET TARPEET MASLOW´TA MUKAILLEN
1. Fysiologiset tarpeet	1. Sosiaaliset tarpeet
2. Turvallisuuden tarpeet	2. Itsensä toteuttamisen tarpeet
3. Sosiaaliset tarpeet	3. Arvostuksen tarpeet
4. Arvostuksen tarpeet	4. Turvallisuuden tarpeet
5. Itsensä toteuttamisen tarpeet	5. Fysiologiset tarpeet

Tässä Maslow'n tarvehierarkiaa mukailevassa taulukossa tarpeet korostuvat pitkälti eri tavoin. Sosiaalisten tarpeiden lisäksi keskusteluissa oli eniten esillä itsensä toteuttamisen tarpeet. Aiemmin mainitulla Inglehart-Welzelin kulttuurikartalla (2022) Suomi sijoittuukin paikkana, jossa itsensä toteuttamisen tarpeet, yksilöllisyys ja maallis-rationaaliset arvot korostuvat. Sosiaalisten tarpeiden korostuminen korona-aikana kertonee siitä, että korona-aikana joidenkin traditionaalisten tarpeiden merkitys (perhe, yhteisö) voimistui, kun itsensä toteuttamisen tarpeet oli rajattu lähes olemattomiksi. Palattiin perusasioiden äärelle.

Haastateltavat kaipasivat eniten sosiaalisia suhteita, muiden ihmisten seuraa, sekä harrastuksia, työntekoa ja erilaisia mahdollisuuksia viettää vapaa-aikaa. Sosiaalisten suhteiden ja ihmisten välisen kanssakäymisen puuttuminen korona-aikana oli haastateltaville vaikeaa. Sitran selvityksessä (Vahti, 2021) korostui korona-aikana kaipuu vastaavanlaisiin asioihin, kuten sukujuhlisiin, sekä yleisö- ja kulttuuritapahtumiin. Perhe ja läheiset ihmissuhteet ovat tärkeitä voimavaratekijöitä, joiden merkitys korostuu entisestään kriisiaikana (Häkkinen, 2020, s. 139), ja tämä tuli myös ryhmäkeskusteluissa hyvin esiin. Pandemian myötä on käynyt ilmi, miten sidoksissa ihmiset ovat toisiinsa ja miten tärkeitä läheiset ihmissuhteet ovat (Häkkinen, 2020, s. 134). Korona-aikana osallistujat olivat pitäneet tiiviimmin

yhteyttä sukulaisiin ja ystäviin puhelimitse, mikä koettiin hyvänä ja tarpeellisena, toisaalta uutenakin ilmiönä.

Haastatteluista ilmeni, että haastateltavien sosiaalisiin, arvostuksen, ja itsensä toteuttamisen tarpeisiin kuuluivat vahvasti muut ihmiset. Itsensä toteuttamisen tarpeet olivat useimmiten sosiaalisia asioita, harrastuksia tai tapahtumia, joihin osallistutaan muiden ihmisten kanssa. Arvostuksen tarpeissa ulkoisen arvostuksen tarve, eli muilta saatu arvostus, korostui. Itsensä toteuttamisen tarpeet on Maslow'n (2012, s. 28) mukaan hierarkian korkein taso, ja se liittyy henkilökohtaisen kasvun tarpeeseen. Yllättäen itsensä toteuttamisen tarpeet olivat eniten esillä ryhmäkeskusteluissa, heti sosiaalisten tarpeiden jälkeen.

Haastateltavien kokemuksia kuvaa hyvin heidän tarpeensa ja halunsa viettää vapaa-aikaa esimerkiksi konserteissa tai liikuntaharrastusten parissa. Kun erilaiset kulttuuritapahtumat ja harrastusmahdollisuudet tauotettiin, vaikutti se jopa neljän haastatellun arkeen. Voidaan siis todeta, että Maslow'n teorian viidennen tason merkitys on haastateltavien elämässä ollut korona-aikana hyvin tärkeä. Erityisesti luopumisen teema liittyi vahvasti itsensä toteuttamiseen: Haastateltavat olivat joutuneet luopumaan työstä, konserteista, tapaamisista, kulttuuritapahtumista, ja muista itselle tärkeistä asioista, jotka toivat arkeen iloa. Toisaalta voidaan myös päätellä, että haastateltavilla oli ainakin ennen korona-aikaa ollut taloudellisia mahdollisuuksia toteuttaa itseään kulttuurin ja liikuntaharrastusten parissa. Lie-neekö tyydyttävä varallisuus osasy myös siihen, että fysiologisten tarpeiden teemat eivät olleet enempää esillä ryhmäkeskusteluissa. Mikäli näin olisi, voidaan Maslow'n teorian todeta tukevan näitä tutkimustuloksia.

Arvostukseen liittyvät tarpeet ovat Maslow'n teorian neljäs taso, mutta fokusryhmäkeskusteluiden perusteella se sijoittuu kolmanneksi tärkeimmäksi. Arvostukseen liittyvät tarpeet sisältävät arvostuksen itseensä ja arvostuksen saamisen muilta. Kahden seniori-ikäisen haastateltavan kohdalla arvostukseen liittyvät tarpeet korostuivat, kun he kokivat syrjintää, ikärasismia ja syyllisyyden tunteita. Heidän kokemuksiinsa liittyi myös turhautuneisuutta ja jopa suuttumusta. Näiden kahden haastateltavan oman arvon tunnossa ei heidän puheidensa perusteella

ilmennyt haasteita, ja he jopa korostivat omaa toimintakykyään ja elämässä opittuja asioita. Arvostuksen tarpeet liittyivätkin enemmän muilta ihmisiltä saatuun arvostuksen tunteeseen ja hallituksen ikäihmisten eristyspäätökseen.

Arvostuksen tarpeiden merkitys korostui haastatellulla, joka oli ikänsä puolesta joutunut luopumaan työstään. Tämä oli vaikuttanut suuresti haastatellun itsetuntoon ja myös, hänen sanojensa mukaan, identiteettiinsä. Mainittakoon, että työ oli ollut aina haastatellun elämässä hyvin tärkeää, ja sen puuttuminen vaikutti henkilöön suuresti. Korona-aikana vallitsevat arvot ja asenteet muokkaavatkin erityisesti ikäihmisten kuvaa itsestään, ja kuulluksi ja nähdyksi tuleminen ovat tärkeitä asioita hyvinvoinnille (Kuusela, 2022, s. 73). Ikäihmiset ja riskiryhmäläiset joutuivat lähes totaaliseen eristykseen, kun muun väestön kohdalla kyse on ollut kontaktien vähenemisestä tai niiden muuttumisesta digiympäristössä (Meristö, 2020, s. 52).

Turvallisuuden tarpeet ja niiden tyydyttyminen ovat Maslow'n (2012, s. 28) teorian toinen porras, mutta ryhmäkeskusteluissa turvallisuuteen liittyvät seikat olivat vähemmän esillä. Maslow'n mukaan ihmiset kaipaavat elämäänsä järjestystä ja hallinnan tunteita. Yhteiskunnan eri tahot, kuten poliisit tai poliitikot voivat osiltaan tyydyttää näitä tarpeita (Maslow, 2012, s. 28). Haastatteluissa toisaalta kyseenalaistettiin poliitikkojen tekemät ratkaisut, liittyen erityisesti eristystoimenpiteisiin. Toisaalta yksi haastateltavista totesi, että aikoo jatkossakin tehdä niin kuin valtiolta kehottaa. Luottamusta hallintoon siis on, vaikka kaikki sen tekemät päätökset eivät olisikaan mieleisiä. Rokotteet tulivat myös esille keskusteluissa, ja niistä puhuttiin neutraaliin sävyyn. Kahden haastateltavan kohdalla oli havaittavissa helpotusta tilanteen hyväksymiseen rokotteiden markkinoille tulon jälkeen.

Suomen on useasti todettu olevan maailman vakain ja turvallisin maa, jossa viranomaiset nauttivat kansan luottamusta. Luottamuksen viranomaisiin arvioidaan kuitenkin vähenevän tulevien vuosien aikana. Tulevaisuudessa turvallisuushaasteet liittyvät mm. rajaturvallisuuteen, laajaan maahanmuuttoon, ja kansainväliseen rikollisuuteen. (Tuovi, i.a.; Valtioneuvosto, 2021.) Korona-aika toi näkyväksi

sen, miten häiriötilanteisiin ja poikkeusoloihin tulee edelleen kehittää toimivia toimintamalleja, liittyen niin materiaaliseen varautumiseen, huoltovarmuuteen, kuin kyberympäristöönkin (Valtioneuvosto, 2021, s. 29).

Suomessa lienee poikkeuksellista, että fysiologiset tarpeet eivät tyydyttyisi. Toisaalta Suomessa ilmenee myös eriarvoisuutta, jota poliitikot yrittävät aktiivisesti vähentää (Valtioneuvosto, 2018, s.12). Professori Hiilamon (Laitinen, 2016) mukaan Suomessa tuloerot kasvavat nopeammin, kuin muissa Pohjoismaissa. Korona-aika ei kuitenkaan vaikuttanut mainittavan paljoa haastateltavien fysiologisiin tarpeisiin, eivätkä he osoittaneet varsinaista taudin pelkoa. Mikäli pelosta puhuttiin, liittyi se enemmän muiden tartuttamiseen kuin pelkoon omasta sairaudesta. Fokusryhmäkeskustelujen aikana enemmistö väestöstä oli rokotettu vähintään kahdesti, ja riskiryhmille ja ikäihmisille oli tarjottu myös kolmatta rokotetta. Herääkin kysymys siitä, olisivatko pelon tunteet olleet voimakkaampia, jos keskustelut olisi suoritettu pandemian alku aikoina ennen rokotuksia.

Turvallisuuden tarpeet ja fysiologiset tarpeet eivät olleet samalla tavalla keskustelun kantavia aiheita, kuin sosiaalsiin suhteisiin, itsensä toteuttamiseen, ja arvostukseen liittyvät tarpeet. Tulosten perusteella voidaan tulkita, että niiden osalta tarpeet olivat jokseenkin tyydytetyt. Maslow'n teoria pätee siinä, että kun tarve on tyydytetty, seuraavat tarpeet tulevat ajankohtaisiksi. Toisaalta ryhmäkeskustelujen perusteella Maslow'n tarvemallin järjestys ei tässä kontekstissa päde, ellei voida katsoa fysiologisten ja turvallisuuden tarpeiden olevan niin hyvin tyydytetyt, että keskusteluiden keskiössä olivat sen vuoksi sosiaaliset, turvallisuuden, ja itsensä toteuttamisen tarpeet.

Koronan myötä paljon puhuttu digiloikka ja esimerkiksi kunnan digipalveluiden hyödyntäminen (Tampereen kaupunki -b, 2021, s. 5) eivät nousseet keskusteluissa esiin. Ainoastaan puhelimen käytön todettiin lisääntyneen ja puheluiden pidentyneen. Keskusteluissa ei kuitenkaan noussut esiin esimerkiksi tietokoneen käyttöön liittyviä asioita, eikä digipalveluita mainittu lainkaan. Sosiaalisen median tuoma ulottuvuus ei korostunut seniori-ikäisten haastateltavien keskusteluissa, toisin kuin joidenkin aiempien tutkimusten perusteella (mm. Brook & Clark, 2020, s. 4397; Khalili-Mahani ym., 2022) olisi voitu olettaa.

On todennäköistä, että digitalisaatio ja digipalveluiden käyttö vahvistuvat Suomessa entisestään, mutta haastateltavien vastauksissa tästä ei ollut viitteitä. Suomessa lähes kaikkiin palveluihin rekisteröityminen vaatii sähköistä tunnistautumista.

Liikenne- ja viestintäministeriö loi keväällä 2020 työryhmän koronakriisin jälkihoitoon, jonka tarkoitus oli selvittää yhteiskuntamme digitalisaation kehitysaste ja ne toimet, jolla digitaalista osaamista ja toimintaa vahvistettaisiin entisestään. Pääministeri Marinin hallitusohjelman yksi tavoitteista onkin tehdä Suomesta edelläkävijä digitalisaation ja teknologiakehityksen kentällä. (Valtioneuvosto, 2020.)

Kohderyhmää yhdistävä yksin asuminen ei noussut keskusteluissa vallitsevaksi puheenaiheeksi, vaikka sitä keskusteluissa sivuttiinkin. Fokusryhmäkeskusteluissa pohdittiin Nekalaa asuinpaikkana, siellä tapahtuneita muutoksia, pieniä asuntoja, yksinäisyyttä ja yksin asumista. Yksinäisyyden ja yksin asumisen termit menivät haastateltavilla sekaisin heidän pohtiessaan sitä, miltä pienissä asunnoissa asuminen tuntuu. He eivät kuitenkaan puhuneet itsestään, ”meistä”, vaan toisista ”heistä”. Keskustelut liittyivät erityisesti marginaalissa asuvien ihmisten yksinäisyyden ja yksin asumisen pohdintaan. Haastateltavat keskustelivat myös yhteisöllisyyden merkityksestä ja sen vähenemisestä Nekalassa viime vuosien aikana. Yhteisöllisyyden puuttumisen syiksi haastateltavat mainitsivat esimerkiksi vähäosaisuuden, pienet asunnot, vuokralla asumisen sekä usein vaihtuvat naapurit.

Erityisesti pandemian alussa puhuttiin yhteisöllisyyden lisääntymisestä, naapuriavusta ja muista huolehtimisen tärkeydestä. Yksi haastateltavista pohti Nekalaa ja sen muuttumista vuosikymmenten saatossa. Hänen mukaansa ennen kaikki tunsivat toisensa ja olivat tekemisissä toistensa kanssa, mutta rajanaapurit eivät tänä päivänä enää edes tervehdi toisiaan. Materiaalisen hyvinvoinnin suhteen ihmiskunta on saavuttanut paljon, mutta toisaalta kasvuorientoituvan ja kaupallistuneen kulttuurimuutoksen on todettu vahingoittaneen sosiaalisia suhteita ja hyvinvointia (Helne & Hirvilampi, 2007, s. 36–38). Haastateltavat eivät niinkään puhuneet yksilökeskeisestä kulttuurista, vaan tarkastelivat keskusteluissaan saman kolikon toista puolta: yhteisöllisyyden puutetta.

Korona-ajan yksinäisyydestä tai yhteisöllisyyden muutoksista tehdyt tutkimukset liittyvät usein opiskelu- tai työelämässä tapahtuneisiin muutoksiin, eikä yksin asuvien koronakokemuksista ole Suomessa saatavilla vielä paljon tietoa. Sen sijaan niin nuorten kuin ikäihmisten hyvinvoinnista korona-aikana on tehty useita tutkimuksia (mm. Kauppinen ym. 2021; Kuusela 2022; Khalili-Mahani ym. 2022). Sosiaalisten suhteiden tiedetään olevan tärkeitä yksin asuvien mielenterveydelle (THL, 2020), ja tiiviin yhteydenpidon läheisiin ja muiden kodin ulkopuolisten aktiiviteettien lisäävän yksin asuvien hyvinvointia (Tamminen ym., 2020).

Maslow´n teoria on vahvasti omaan kontekstiinsa sidottu teoria, eikä se välttämättä anna tarpeeksi pitävää pohjaa selittääkseen koronakriisin tarveportaiden merkityksiä poikkeusajan Suomessa 2020-luvulla. Kuten Maslow itsekin sittemmin totesi, tarpeiden tilat voivat muuttua, eikä niiden tyydyttyminen välttämättä etene alkuperäisen teorian mukaisesti. Toisaalta tutkimustulosten perusteella voidaan olettaa, että teorian kaksi ensimmäistä kohtaa, fysiologiset ja turvallisuuden tarpeet, ovat haastateltavien osalta tyydytetyt, ja sen vuoksi keskusteluissa oli enemmän esillä kolmen muun kohdan teemat. Näin ollen voidaan olettaa Maslow´n tarvehierarkian olevan pätevä tässä tutkimuskontekstissa.

## 7 POHDINTA

Keväällä 2022 suorittujen fokusryhmäkeskusteluiden avulla saatiin monipuolista tietoa siitä, miten Nekalassa yksin asuvat ovat kokeneet korona-ajan. Vastajien joukko oli kuitenkin odotettua pienempi, joten Nekalassa yksin asuvien kokemasta korona-ajasta ei voi tämän opinnäytetyön perusteella tehdä yleistyksiä. Vaikka tutkimukseen toivottiin täysi-ikäisiä nekalalaisia, oli ryhmäkeskusteluihin osallistuneista suurin osa eläkeikäisiä, yhtä työikäistä haastateltavaa lukuun ottamatta. Tutkimustuloksissa siis painottui enemmän seniori-ikäisten nekalalaisten korona-ajan kokemukset.

Fokusryhmäkeskustelut onnistuivat hyvin, ja haastateltavilta saadusta palautteesta päätellen ne olivat myös heille mieleinen tapa käsitellä korona-ajan kokemuksia. Fokusryhmäkeskustelut järjestettiin keväällä 2022, jolloin kaikki koronarajoitukset oli purettu. Tämä lienee vaikuttanut myös haastateltavien vastauksissa. Tutkimustulokset olisivat voineet olla erilaisia, jos keskustelut olisi järjestetty esimerkiksi heti poikkeusolojen purkamisen jälkeen.

Vastausten monipuolisuuden vuoksi olisin toivonut fokusryhmäkeskusteluihin myös nuorempia osallistujia. Nuorten kerrotaan kokeneen korona-aika kaikkein voimakkaimmin, ja tästä olisin toivonut saavani lisää tietoa. Korona-aikana yksin asuvat nuoret ja nuoret aikuiset löysivät tiensä Nekalan diakoniavastaanoitoille, usein etsivän nuorisotyöntekijän tai muun tukihenkilön saattelemana. Monet näistä nuorista kokivat syrjäytyneensä entisestään koronapandemian myötä, kun lähiopinnot olivat muuttuneet etäopinnoiksi, tai kuntouttava työtoiminta oltiin keskeytetty. Näitä nuoria aikuisia fokusryhmäkeskustelukutsu ei syystä tai toisesta tavoittanut. Jäin pohtimaan, onko ajatus ryhmässä keskustelemisesta monelle nuorelle jostakin syystä liian vaikeaa. Vaikka ryhmäkeskustelut ajoitettiin iltapäivälle toimistotyöajan jälkeen, ei keskusteluihin ilmoittautunut kuin yksi työikäinen. Syitä voi olla monia, kuten arjen kiireet tai mielenkiinnottomuus keskustella korona-ajasta.

Tutkimustuloksista kävi ilmi, että haastatelluilla oli jokseenkin aktiiviset sosiaaliset verkostot, ja niitä kaivattiin eniten korona-aikana. Toisaalta pohdin myös sitä, ovatko fokusryhmäkeskusteluihin osallistuneet muutenkin aktiivisia oman elämänsä toimijoita ja erilaisiin toimintoihin osallistujia, sillä he ylipäättään uskaltuivat tulla mukaan ryhmätilanteeseen, ja onko tästä syystä sosiaalisten suhteiden tärkeys pinnalla. Toisaalta tässä opinnäytetyössä haluttiin niitä kokemuksia, joita oltiin valmiita jakamaan. Pohdittavaksi silti jää, kuinka monen yksin asuvan erilaiset äänet jäivät kuulematta.

Vapaus kulkea, tehdä töitä, tavata ihmisiä, harrastaa ja käydä tapahtumissa olivat niitä asioita, joita Nekalassa yksin asuvat haastatellut kaipasivat. Vastauksissa painottui sosiaalisten suhteiden merkitys. Se, johtuiko sosiaalisten suhteiden merkityksen korostuminen juuri yksin asumisesta, ei selvinnyt haastateltavien keskusteluissa. Tutkimustulokset olivat pitkälti linjassa aiemmin tehtyjen tutkimusten kanssa (mm. Häkkinen, 2020, s. 134, 139; Kuusela, 2022, s. 73; Tiilikainen ym., 2021). Sosiaalisten suhteiden ja harrastusmahdollisuuksien väheneminen olivat merkittäviä asioita ihmisten arjessa, ja lähiluonnon ja liikunnan merkitys korona-aikana oli tärkeä. Yllättävää oli, että digipalveluiden tai sosiaalisen median käytön lisääntymistä ei juurikaan fokusryhmäkeskusteluissa käsitelty. Yllättävää oli myös se, että eläkeikäiset haastateltavat eivät juurikaan tunteneet pelkoa korona-aikana.

Haastateltavien pohdinta Nekalasta asuinalueena oli varsin mielenkiintoista, sillä he eivät kertoneet kokevansa itseään yksinäiseksi, yksin asumisesta huolimatta. Yksinäisistä ja yksin asuvista puhuttiin ryhmäkeskusteluissa lähes yhtenäisenä joukkona, johon haastateltavat eivät kuitenkaan lukeneet itseään mukaan. Kai puu yhteisöllisempään aikaan ja yhteisöllisempään toimintaan oli kuitenkin vahvasti esillä keskusteluissa. Yhteisöllisyyden puuttumisen syyksi katsottiin usein vaihtuvat naapurit, suuri vuokra-asuntokanta ja ajan henki. Päihteiden lisääntynyt käyttö alueella ja Nekalan maine puhuttivat myös.

Seurakuntayhteys mainittiin ryhmäkeskusteluissa silloin, kun eräs haastateltavista totesi viimeisestä jumalanpalvelusvierailustaan olevan todella kauan aikaa.

Toisen kerran seurakunta mainittiin, kun yhteisöruokailuissa käynti oli jäänyt koronan vuoksi tauolle. Keskustelu herättikin ajatuksen siitä, mikä oikeastaan onkaan seurakunnan merkitys yksin asuvien nekalalaisten elämässä. Miten seurakunta voisi vastata yksin asuvien tarpeisiin, jos ihmisten yhteys seurakuntaelämään on ohut tai sitä ei ole lainkaan?

Ihmiset eivät enää tänä päivänä välitä kuulua kirkon kaltaisiin instituutioihin, vaan he haluavat tavoitella hyvää ja merkityksellistä elämää yksilöllisimmin tavoin (Salomäki, 2019, s.1–2). Haastateltavien puheessa kirkon rooli ei ollut merkittävä, vaikka jumalanpalvelukset ja kirkon ruokailut mainittiinkin. Korona-arkea siivitti kaipuu erilaisiin harrastuksiin, kulttuurieroihin ja tapahtumiin. Kirkon tulevaisuuslonteossa (2018) todetaankin, että ihmisen elämän kannalta tärkeää on yksilön oma valinta ja mahdollisuus etsiä oma suuntansa ja arvomaailmansa.

Kaikkien neljän vanhemman haastateltavan vastauksissa tuli esiin elämässä opitut asiat ja kokemukset. Kolme vastaajaa kertoi omista juurista ja lapsuudesta, ja niiden tärkeydestä korona-ajan koettelemusten keskellä. Jäin pohtimaan, kokevatko nuoremmat ihmiset oman lapsuutensa ja lapsuuden opit ja kokemukset voimavarana, vai muodostuuko niistä voimavara vasta vuosien tai vuosikymmenten jälkeen. Jos nuoret tai nuoret aikuiset eivät saa kokemusta yhteisöllisyydestä ja jakamisesta, kuten tässä tapauksessa vanhemmat haastateltavat ovat saaneet, miten se vaikuttaa heidän kykyynsä selviytyä kriiseistä ja elämän suurista koettelemuksista?

Kirkolla on aitiopaikka yhteisön rakentajana ja kehittäjänä yksilöllisyyttä korostavan kulttuurin keskellä. Nekalan seurakuntatalossa avattiin keväällä 2021 Kierto-ravintola, jossa on tarjolla edullista lounasta kolmena päivänä viikossa. Ravintolassa käy kaiken ikäisiä ihmisiä, ja se on saanut paljon kiitosta asiakkailta, erityisesti ruoan kallistuessa entisestään. Se on ollut myös hyvä tapa kutsua ihmisiä seurakunnan tilaan ja yhteyteen, ilman jumalanpalvelukseen tai hengellisyyteen liittyvää agenda. Vaikka haastateltavien vastauksista ei varsinainen seurakuntakaipuu ilmennytkään, jäin miettimään, voisiko seurakuntien ovi olla aina auki

kriisien keskellä. Tampereen Eteläisen seurakunnan olisi hyvä pohtia, miten reagoidaan ja vastataan ihmisten sosiaalisen elämän kaipuuseen, jos tulevaisuudessa koittaa uudelleen koronapandemian kaltainen kriisi.

Nekalassa on puistomainen ja kaunis lähiluonto. Voisiko seurakunta jatkossa hyödyntää enemmän luontoa, sillä sen merkitys oli näiden ryhmäkeskustelujen perusteella hyvin tärkeä. Silloin, kun tilojen henkilömäärä tulee täyteen eikä turvavälejä voida pitää, on luonnossa tilaa yllin kyllin. Myös kesäajan ulkopuolella voi järjestää ehtoollishartauksia luonnossa tai luontokävelyitä pienissä ryhmissä. Ihmisiä voisi tavata enemmän heille luontaisissa kokoontumispaikoissa pihamailloilla ja puistoissa, joiden merkitys korona-aikana oli kasvanut. Syys- ja loka-kuussa 2022 on valtakunnallinen ”Vie vanhus ulos” –kampanja, ja valtakunnallisen Vanhustyön keskusliiton järjestämän vanhustenviikon teema on tänä vuonna ”Yhdessä luontoon – joka iän oikeus”. Erityisesti ikäihmisille olisi tärkeää vahvistaa toimintakykyään ja ennaltaehkäistä sairauksia, ja seurakunnalla onkin hyvät valmiudet ja resurssit olla mukana edistämässä ikäihmisten hyvinvointia eri tavoin.

Nekalan alueella on tehty jo aiemmin yhteistyötä kaupungin toimijoiden kanssa. Paikallinen lähitori sekä aiemmin mainittu mielenterveyskuntoutujien päivätoimintakeskus ovat tärkeitä yhteistyökumppaneita. Erilaisista moniammatillisista vastaanottotilanteista on Tampereen Eteläisessä seurakunnassa hyvää kokemusta: Diakoniatyöntekijöiden ja sosiaaliohjaajien osaamisen yhdistäminen on usein ollut asiakkaalle positiivinen kokemus, kun avun saaminen on ollut välitöntä ja monipuolista. Yhteistyön tiivistäminen ja erityisesti etsivän työn tekeminen olisi tärkeää, ennen kaikkea nuorten aikuisten ja ikäihmisten kohdalla. Ryhmäkeskustelukutsut eivät houkuttelleet nuorempaa väestöä keskustelemaan korona-ajan kokemuksista, mutta Nekalan alueella diakoniavastaanotoilla huomattiin, että erityisesti nuoret aikuiset kokivat korona-ajan haastavana, kuten erinäisissä tutkimuksissakin (mm. Saarelainen ym., 2021, s. 28; YTHS, 2021) on todettu. Erityisesti syrjäytyminen, koulutuksista ja kuntouttavasta työtoiminnasta jättäytyminen ja mielenterveysongelmien lisääntyminen olivat diakoniavastaanotoilla nuorten aikuisten suurimpia haasteita.

Sosiaali-, terveys- ja pelastuspalveluiden siirtyessä kunnista hyvinvointialueiden vastuulle Sote-uudistuksen myötä, on Tampereen Eteläisen seurakunnan diakoniatiimissä huomattu sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden kiinnostus seurakunnan diakoniatyöhön. Yhteistyötä tehdään myös Liki-hankkeen kanssa, joka on ESR:n (Euroopan sosiaalirahasto) rahoittama hanke, jossa Kela, diakoniatyö ja sosiaalipalveluiden neuvonta tekevät yhteistyötä palveluohjauksen ja psykososiaalisen tuen muodossa. Liki-hankkeesta on hyviä kokemuksia Nekalan alueella. Hanke on kuitenkin määräaikainen, vaikka tarve sille jatkuu myös hankeajan jälkeen. Olisi hyödyllistä luoda pysyvä toimintamalli, jossa seurakunnan ja kunnan sosiaalipuolen työntekijät tekevät säännöllistä yhteistyötä sen sijaan, että jokaisen asiakkaan kohdalla etsitään aina uusi yhteyshenkilö.

Nekalan seurakuntatalo sijaitsee lähellä ihmistä, keskeisellä paikalla Nekalassa. Sen kynnyksen madaltumiseen on vastannut kaikille avoin Kierto-ravintola, mutta Kierto-hanke on määräaikainen ja loppuu aikanaan. Miten ihmiset saataisiin ymmärtämään seurakunnan ja yhteyden tärkeys kriisiaikoina? Hiukan paremmassa asemassa ovat he, jotka osaavat ja uskaltavat hakea apua. Korona jätti kuitenkin paljon ihmisiä eristystilaan, josta on vaikea lähteä liikkeelle. Etsivän työn ja yhteistyön avulla seurakunta voi vastata ennaltaehkäisevästi ihmisten avun tarpeeseen. Kun Nekalan pienten yksiöiden seinät tuntuvat kaatuvan päälle, voi seurakuntatalo ja lämmin ruoka tarjota ensi askeleen kohti erilaista arkea.

## LÄHTEET

- Banks, S., Cai, T., de Jonge, E., Shears, J., Shum, M., Sobočan, A.M., Strom, K., Truell, R., Úriz, M.J & Weinberg, M. (2020.) *Practising ethically during COVID-19: Social work challenges and responses*.  
<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0020872820949614>
- Benouaret, S. (2011). Sosiaalialan ammattilaiset kunnian, häpeän ja kunniaväkivallan jäljillä. [Pro gradu-tutkielma, Helsingin yliopisto].  
<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/26097/GRADU.valmis.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Birditt, K. S., Turkelson, A., Fingerman, K. L., Polenick, C. A. & Oya, A. (2021). Age differences in stress, life changes, and social ties during the COVID-19 pandemic: implications for psychological well-being. *Gerontologist* 61, 205–216. <https://academic.oup.com/gerontologist/article/61/2/205/6042828>
- Bu, F., Steptoe, A. & Fancourt, D. (2020.) *Who is lonely in lockdown? Cross-cohort analyses of predictors of loneliness before and during the COVID-19 pandemic*.  
<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0033350620302742?token=A94C3BE72F62A729C065622E02F91B1AE98C2ECE622B1AEF42E254D0A9761BCBFEA5FE7478AAC9699A2A39E3FD7537E4&originRegion=eu-west-1&originCreation=20221022083725>
- Brook, J. & Clark, M. (2020). Older people´s early experience of household isolation and social distancing during COVID-19. *Journal of Clinical Nursing*, 4387–4402 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jocn.15485>
- Fenollar Quereda, P. (2003). *Estilos de vida: Paradigma del Mercado*. Universidad Complutense de Madrid. Facultad de ciencias políticas y sociología. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/5244/1/T27084.pdf>
- Glasper, A. & Rees, C. (2016). *Nursing and Healthcare Research at a Glance*. Teoksessa A. Glasper & C. Rees. John Wiley & Sons Incorporated. ProQuest Ebook Central. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/diak/detail.action?docID=4562447>

- Hakala, K. (2020.) Valmiuslain käyttöönotto korona-aikana. Eduskunta.  
[https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/kirjasto/aineistot/kotimainen\\_oikeus/LATI/Sivut/valmiuslain-kayttoonottaminen-koronavirustilanteessa.aspx](https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/kirjasto/aineistot/kotimainen_oikeus/LATI/Sivut/valmiuslain-kayttoonottaminen-koronavirustilanteessa.aspx)
- Helminen, J. (toim.). (2016). Työelämälähtöistä ammattikorkeakoulupedagogiikkaa rakentamassa. (Diak Työelämä 3). Diakonia-ammattikorkeakoulu.  
[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/114899/tyoelama3\\_9789524932639.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/114899/tyoelama3_9789524932639.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Helne, T., & Hirvilampi, T. (2017). The Relational Conception of Wellbeing as a Catalyst of the Ecosocial Transition. Teoksessa A.-L. Matthies & K. Närhi (toim.). *The Ecosocial Transition of Societies: The Contribution of Social Work and Social Policy*, (s. 36–53). Routledge. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/diak/reader.action?docID=4710173&ppg=55>
- Hiilamo, H. (2021). Koronakriisin sosiaalinen velka. Miten pandemia vaikuttaa laaja-alaiseen hyvinvointiin. [https://sorsafoundation.fi/wp-content/uploads/KSS\\_Koronakriisin-sosiaalinen-velka\\_Web.pdf](https://sorsafoundation.fi/wp-content/uploads/KSS_Koronakriisin-sosiaalinen-velka_Web.pdf)
- Häkkinen, S. (2020). Koronapandemian vaikutuksia Suomen evankelis-luterilaisen kirkon näkökulmasta. Teoksessa *Koronapandemian hyvät ja huonot seuraukset lyhyellä ja pitkällä aikavälillä*. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 1/2020. [https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj\\_1+2020.pdf](https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_1+2020.pdf)
- Ikonen, T. (2015). *Kirkko muukalaisen asialla*. Kansainvälinen diakonia Suomen evankelis-luterilaisen kirkon hiippakunta- ja 1993-2004 keskushalinnossa [Väitöskirja, Helsingin yliopisto]. (Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. A Tutkimuksia 41). Diakonia-ammattikorkeakoulu.  
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-245-5>
- Jiang, D. (2020). Perceived stress and daily well-being during the COVID-19 outbreak: the moderating role of age. *Frontiers in Psychology*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.571873/full>

- Juhila, K. *Teemoittelu*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>
- Karvinen, I. (2015). Tutkiva kehittäminen työelämäyhteistyönä – esimerkkinä terveysalan ylemmät tutkinnot. Teoksessa R. Gothoni, S. Hyväri, M. Kolkka, & P. Vuokila-Oikonen (toim.), *Osallisuutta, oppimista ja arviointia. Diakonia-ammattikorkeakoulun TKI-toiminnan vuosikirja 2015* (s. 207–222). (Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. B Raportteja 60). Diakonia-ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-233>
- Kangas, O. (2020). *Poikkeukselliset ajat avaavat poikkeuksellisia mahdollisuuksia*. (Sosiaaliturvakomitean julkaisuja 20:1). Valtioneuvosto. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162400/Sote\\_2020\\_01.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162400/Sote_2020_01.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Kauppinen, E., Lahtinen, J. & Haikkola, L. (2021). *Nuorten yksinäisyyden kokemukset lisääntyivät korona-aikana*. <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/nakokulma80>
- Khalili-Mahani, N., Sawchuk, K., Hebblethwaite, S. & Timm-Bottos, J. (2022). A Social-Media Study of the Older Adults Coping with the COVID-19 Stress by Information and Communication Technologies. International Conference on Human-Computer Interaction, *Springer, Cham* 346–364 [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-05581-2\\_26](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-05581-2_26)
- Kirkon tulevaisuusselonteko. (2018). *Kirkon kasvatus vuonna 2030. Kristillisen välittymisen haasteita ja mahdollisuuksia*. Teoksessa Kokkonen, J. (toim.). Kirkkohallituksen esitys kirkolliskokoukselle 6/2018 [Suomen ev.-lut. kirkon julkaisuja 74] [https://issuu.com/kirkonkasvatus/docs/kirkon\\_tulevaisuusselonteko\\_2018\\_lo?e=11549239/65960028](https://issuu.com/kirkonkasvatus/docs/kirkon_tulevaisuusselonteko_2018_lo?e=11549239/65960028)
- Kriukow, J. (i.a.). *Qualitative coding and thematic analysis in Microsoft Word*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=XOY-hkUC21wQ>

- Kuusela, S. (2022). *Koronapandemian merkitys ikääntyneiden hyvinvointiin*. [Pro gradu -tutkielma, Itä-Suomen yliopisto]. (Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta). [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/27148/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20220197.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/27148/urn_nbn_fi_uef-20220197.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Laihiala, T. (2018). *Kokemuksia ja käsityksiä leipäjonoista – Huono-osaisuus, häpeä ja ansaitsevuus*. [Väitöskirja, Itä-Suomen yliopisto]. (Dissertations in Social Sciences and Business Studies No 163). <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/18868>
- Laitinen, J. (2016). Heikki Hiilamo: Eriarvoisuus lisääntyy, keskiluokka kurjistuu. *Talentia-lehti*. (8.4.2016). <https://www.talentia-lehti.fi/heikki-hiilamo-eriarvoisuus-lisaantyy-keskiluokka-kurjistuu/>
- Maslow, A.B. (2012). *A Theory of Human Motivation*. Start Publishing LLC.
- McLeod, S. (2007) Maslow´s Hierarchy of Needs. *SimplyPsychology*. <https://www.simplypsychology.org/maslow.html>
- Merikukka, M. (2020). Lapsuuden elinolojen yhteydet aikuisuuden hyvinvointiin: Kansallinen syntymäkohortti 1987-rekisteritutkimus. [Väitöskirja, Oulun yliopisto] (Acta Universitatis Ouluensis. D 1558). [jultika.oulu.fi/Record/isbn978-952-62-2530-2](http://jultika.oulu.fi/Record/isbn978-952-62-2530-2)
- Meristö, T. (2020). Kurkistuksia tulevaisuusiin koronan jälkeen. Teoksessa *Koronapandemian hyvät ja huonot seuraukset lyhyellä ja pitkällä aikavälillä*. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 1/2020. [https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj\\_1+2020.pdf](https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_1+2020.pdf)
- Mielen ry. (12.1.2021). *Kysely korona-ajan vaikutuksista*. <https://mielen.fi/kysely-korona-ajan-vaikutuksista/>
- Patomäki, A. (2018). *Työmotivaatio sisältöteorioiden valossa: tapaustutkimuksena Suomen Mielenterveysseuran kriisityöntekijät* [Pro gradu –tutkielma, Tampereen yliopisto]. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/104864/1546432272.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Puusa, A. (2020.) Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa Juuti, P. & Puusa, A. (toim.), *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus Oy.

- Raija, E. (2014.) *Vahva täytyy olla että pärjää yksin*. [Pro Gradu –tutkielma, Turun yliopisto]. [https://bin.yhdistys-avain.fi/1592793/be6CiGnSgAJnFvWHqbKa0Ue0ng/Eeva\\_Raija\\_ProGradu\\_Vahva\\_t%C3%A4ytyy\\_olla\\_ett%C3%A4\\_p%C3%A4rj%C3%A4y%C3%A4\\_yksin.pdf](https://bin.yhdistys-avain.fi/1592793/be6CiGnSgAJnFvWHqbKa0Ue0ng/Eeva_Raija_ProGradu_Vahva_t%C3%A4ytyy_olla_ett%C3%A4_p%C3%A4rj%C3%A4y%C3%A4_yksin.pdf)
- Saarelainen, S-M., Inkilä, H., Oviedo, L., Anthony, F-V., Seryczynska, B., Roszak, P. & Torralba Albaladejo, J. (2021.) Koronaviruspandemian vaikutukset elämän merkityksellisyyden kokemuksiin keväällä 2020. *Diakonian tutkimus. Journal for the Study of Diaconia*, (2)2021, s. 7–34.
- Salomäki, H. (2019). Kirkon ja kristinuskon asema Suomessa 2020-2030 –luvuilla – uskontososiologinen tarkastelu. *Iustitia* 36, 102-118. [https://evl.fi/documents/1327140/45652999/Iustitia+36\\_Hanna+Salom%C3%A4ki\\_artikkeli+Kirkon+ja+kristinuskon+asemasta+Suomessa+2020-2030-luvuilla.pdf/10737127-8ec1-9e7c-6cb2-4f78665b3cbd](https://evl.fi/documents/1327140/45652999/Iustitia+36_Hanna+Salom%C3%A4ki_artikkeli+Kirkon+ja+kristinuskon+asemasta+Suomessa+2020-2030-luvuilla.pdf/10737127-8ec1-9e7c-6cb2-4f78665b3cbd)
- Suutari, E. (5.9.2019) Yksi kaupunginosa yllätti, kun etsittiin Tampereen sinkkujen aluetta – Selityksenä on ainakin asuntokannan yksiöt. *Aamulehti. Moro*. <https://www.aamulehti.fi/moro/art-2000007425344.html>
- Tamminen, N., Pasanen, T., Martelin, T. Mankinen, K. & Solin, P. (2020.) *Sosiaaliset suhteet tärkeitä yksinasuvien positiiviselle mielenterveydelle*. Tutkimuksesta tiiviisti 27/2020. THL.
- Terämä, E., Tiitu, M., Paavola, J-M., Vainio, A., Määttänen, N., Miettinen, A., Kontula, O. & Hiilamo, H. (2018). Yksin osana elinkaarta. (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 66/2018). Valtioneuvosto. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161168/66-2018-YSI-loppuraportti.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tampereen Eteläinen seurakunta. (2021). [https://tampereenseurakunnat.fi/seurakunnat/etelainen\\_seurakunta/kotiseurakunta#d4068d6b](https://tampereenseurakunnat.fi/seurakunnat/etelainen_seurakunta/kotiseurakunta#d4068d6b)
- Tampereen kaupunki. (2021.-a). Tampere alueittain: Asuminen. Väestönkehitys ikäluokittain. Perheet ja asutuskunnat. <https://public.tableau.com/app/profile/tampereen.kaupunki/viz/Tamperealueittain/Etusivu>

- Tampereen kaupunki. (24.5.2021.-b). *Korona-ajan vaikutusten ja digiloikan analysointi* [PowerPoint-diat]. <C:\Users\za097863\Downloads\Korona-ajan vaikutusten ja digiloikan analysointi.pdf>
- Tay, L. & Diener, E. (2011). Needs and Subjective Well-Being Around the World. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(2), 354–365. <https://academic.udayton.edu/jackbauer/Readings%20595/Tay%20Diener%2011%20needs%20WB%20world%20copy.pdf>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2022.-a). Rokotteet ja koronavirus. Oma koronarokotus: miten, miksi ja milloin? <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/rokotteet-ja-koronavirus/oma-koronarokotus-miten-miksi-ja-milloin->
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (16.6.2022.-b). *Hoitoonpääsy erikoissairaanhoidossa 30.04.2022. Hoitovelka kiireettömään erikoissairaanhoidon edelleen kasvussa* (Tilastoraportti 27/2022). [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144587/TR27\\_2022\\_ESH\\_hoitoonpaasy.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144587/TR27_2022_ESH_hoitoonpaasy.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2020). Sosiaalisten suhteiden merkitys on korostunut yksinasujien mielenterveydessä. <https://thl.fi/fi/-/sosiaalisten-suhteiden-merkitys-on-korostunut-yksinasujien-mielen-hyvinvoinnissa>
- Tiilikainen, E. Lisko, I., Kekkonen E., Solomon, A., Ngandu, T., Kivipelto, M. & Kulmala, J. (2021). Everyday Life Meaningfulness for the Community-Dwelling Oldest Old During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.716428/full>
- Tilastokeskus. (2021.) Asunnot ja asuinolot 2020. Yli puoli miljoonaa 30–64-vuotiasta asuu yksin. [https://www.stat.fi/til/asas/2020/asas\\_2020\\_2021-05-20\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/asas/2020/asas_2020_2021-05-20_tie_001_fi.html)
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. (Uudistettu laitos). Tammi.

- Tuovi. Sisäisen turvallisuuden portaali. (i.a.). *Suomi on maailman turvallisimaa*. <https://sisainturvallisuus.fi/sisaisen-turvallisuuden-tila>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta [TENK]. (2013). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa*. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012). [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta [TENK]. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa*. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019, 16). [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf)
- Vahti, J. (21.6.2021). *Sitra selvitti, mitä suomalaiset haluavat tehdä koronan jälkeen – sukujuhlat päihittävät ulkomaanmatkat*. <https://www.sitra.fi/uutiset/sitra-selvitti-mita-suomalaiset-haluavat-tehda-koronan-jalkeen-sukujuhlat-paihittavat-ulkomaanmatkat/>
- Vailla vakinaista asuntoa ry. (2021). *Asunnottomuus*. <https://vvary.fi/asunnottomuus/>
- Valli, R. & Aarnos, E. (2018). *Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu. Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle* (5. uudistettu painos.). PS-kustannus. Saatavilla <https://www.elibrary.com/fi/book/978-952-451-516-0>
- Valtioneuvosto. (2018). *Eriarvoisuutta käsittelevän työryhmän loppuraportti*. (Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 1/2018). <https://valtioneuvosto.fi/documents/10616/334456/eriarvoraportti-21032018/fd6f37c6-04d9-44db-99bb-53d54ef1ad1f>
- Valtioneuvosto. (2020). Digiloikka-työryhmä: Digitaalisesta taloudesta hyötyjä läpi yhteiskunnan. *Liikenne- ja viestintäministeriön tiedote*. (1.10.2020). <https://valtioneuvosto.fi/-/digiloikka-tyoryhmadigitaalisesta-taloudesta-hyotyja-lapi-yhteiskunnan>
- Valtioneuvosto. (2021). *Valtioneuvoston selonteko sisäisestä turvallisuudesta*. (Valtioneuvoston julkaisuja 2021:48). [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163149/VN\\_2021\\_48.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163149/VN_2021_48.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Valtonen, A. & Viitanen, M. (2020.) Ryhmäkeskustelut laadullisena tutkimusmetodina. Teoksessa Juuti, P. & Puusa, A. (toim.), *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus Oy.
- Vuori, J. (i.a.-a). Tutkimusetiikka ihmistieteissä. *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkajulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovaranto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Saatavilla 13.11.2022  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>
- Vuori, J. (i.a.-b). Analyysitavan valinta ja yleiset analyysitavat: Laadullinen sisällönanalyysi. *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkajulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovaranto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Saatavilla 22.10.2022  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallanalyysi/>
- World Value Survey. (2022). *Inglehart-Welzel Cultural Map*. <https://www.worldvaluessurvey.org/WVSContents.jsp>
- Yksinasuvat ry, (2022 -a). *Tutkittua tietoa*. <https://www.yksinasuvat.fi/tutkittua-tietoa/>
- Yle. (i.a.). Pienituloiset asukkaat taistelevat kotiensa puolesta: Ei luksusasuntoja Hipposkylään. Saatavilla 22.10.2022 <https://yle.fi/uutiset/3-7624042>
- Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö. (13.12.2021). *KOTT-tutkimustulokset kertovat poikkeusajan vaikutuksista: Korona kasvattanut YTHS:n mielenterveyspalvelujen kysyntää*. <https://www.yths.fi/ajankoh-taista/2021/kott-tutkimustulokset-kertovat-poikkeusajan-vaikutuksista-korona-kasvattanut-ythsn-mielenterveyspalvelujen-kysyntaa/>
- Yksinasuvat ry, (2022 –b). *Vuoden 2021 lopussa Suomessa oli 1,28 miljoonaa yksinasuvaa*. <https://www.yksinasuvat.fi/>
- Yu Liu, X & Meng Cheng, K. (2022). *The preliminary Exploration of Multimedia Effects in Sculpture Creation Inspired by Maslow’s Hierarchy of Needs*. <https://www.mdpi.com/2504-3900/82/1/62>

## LIITE 1. Kutsu teemahaastatteluun

### **KORONAKOKEMUKSIA**

Asutko yhden hengen taloudessa Nekalassa?

Haluatko tulla keskustelemaan korona-ajasta ja sen tuomista mietteistä, ajatuksista ja kokemuksista?

Teemme tutkimusta yksin asuvien nekalalaisten korona-ajan kokemuksista ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon (YAMK) opinnäytetyötä varten

Järjestämme haastattelut ryhmäkeskustelun (4-6 henkilöä) muodossa

17.3.22 ja 24.3.22 Nekalan seurakuntatalolla klo 16.30-18.00.

Ryhmäkeskustelu on luottamuksellinen, ja saat jakaa juuri sen verran, kuin itsestäsi tuntuu sopivalta.

Iällä, sukupuolella, kansalaisuudella tai ammatilla ei ole merkitystä. Riittää, että tuot itsesi ja kokemuksesi!

Mikäli sinua kiinnostaa osallistua tutkimukseen ja tulla jakamaan ajatuksiasi, ota rohkeasti yhteyttä:

Niina Leliebre, diakoni, p. 040 8048 484, [niina.leliebre@student.diak.fi](mailto:niina.leliebre@student.diak.fi) tai  
Satu Tiitinen, sairaanhoitaja, [satu.tiitinen@student.diak.fi](mailto:satu.tiitinen@student.diak.fi)



## LIITE 2. Sitoutumislomake

## SITOUTUMISLOMAKE



Aihe Ryhmäkeskustelu

Paikka Nekalan seurakuntatalo \_\_\_ / 3 / 2022.

Järjestäjät Niina Leliebre ja Satu Tiitinen, Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijat

**Ymmärrän, että allekirjoittamalla tämän lomakkeen, sitoudun seuraaviin:**

- 1. Sitoudun ehdottomaan luottamuksellisuuteen.** En kerro keskustelun ulkopuolisille ihmisille yksityiskohtia käydyistä keskusteluista, tai anna minkäänlaisia tunnustetietoja keskusteluun osallistuneista henkilöistä.
- 2. Kerron kokemuksistani ja ajatuksistani juuri sen verran, mitä haluan.** Kunnioitan muiden puheenvuoroja ja mielipiteitä. Olen läsnä keskustelussa, enkä puuhastele samanaikaisesti muita asioita (esim. puhelimella).
- 3. Annan luvan nauhoittaa käydyn keskustelun. Annan luvan käyttää kertomaani Diakonia-ammattikorkeakoulun ylemmän ammattikorkeakoulututkimuksen tutkimuksessa/opinnäytetyössä,** joka käsittelee Nekalassa yksin asuvien ihmisten koronakokemuksia. Ymmärrän, että minusta ei julkaista sellaisia tietoja, joista henkilöllisyyteni voi tunnistaa, kuten nimeäni, tai muita elämäntilanteeseeni liittyviä, tunnistettavia seikkoja.
- 4. Annan luvan allekirjoitettujen lomakkeiden ja äänitallenteiden turvalliseen säilyttämiseen. Tallenteisiin ja lomakkeisiin pääsevät käsiksi ainoastaan tutkimuksen tekijät (Niina Leliebre ja Satu Tiitinen).** Minulle on kerrottu, että lomakkeet ja äänitallenteet tuhotaan asianmukaisesti heti, kun tutkimus-/opinnäytetyöprosessi on valmis.

Nimi/allekirjoitus \_\_\_\_\_

Ikä \_\_\_\_\_

Yhteystiedot (ei pakollinen) \_\_\_\_\_

## LIITE 3. Ryhmäkeskustelukysymykset

### **1. Ajatelkaa aikaa koronan alussa ja nyt. Miten korona vaikutti teihin kaksi vuotta sitten maaliskuussa, ja miten se vaikuttaa teihin nyt?**

- Millaista korona-aika on ollut?
- Mitä ajattelitte silloin, kun korona alkoi?

### **2. Miten arkenne on korona-aikana sujunut?**

- Mikä arjessanne on muuttunut korona-aikana?
- Onko korona-aika tuonut jotakin uusia oivalluksia arkeenne?

### **3. Miten olette jaksaneet?**

- Mistä olette saaneet voimia tässä ajassa?
- Onko teitä pelottanut?
- Oletteko olleet jostakin asiasta erityisen huolissanne?

### **4. Mitä uutta korona-aika on tuonut elämäänne?**

- Oletteko oppineet itsestänne jotakin uutta tänä aikana?
- Mikä on ollut yllättävää korona-ajassa?

### **5. Oletteko joutuneet luopumaan jostakin korona-aikana?**

- Onko elämästänne kadonnut jotakin tärkeää?
- Mitä olette kaivanneet korona-aikana?

### **6. Onko ihmissuhteenne muuttuneet korona-aikana?**

- Keitä ihmisiä olette tavanneet korona-aikana?