

Erno Lampinen

# ”MÄ SAAN OIKEASTI OLLA TÄLLAINEN KUN MÄ OON”

Lahtelaisten nuorten kokemuksia hyvästä  
elämästä ja kuulumisesta

Opinnäytetyö

Humanistisen alan ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Nuorisokasvatuksen johtamisen ja kehittämisen koulutus  
(ylempi amk)

2023



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Yhteisöpedagogi (Ylempi AMK)
Tekijä	Erno Lampinen
Työn nimi	”Mä saan oikeasti olla tällainen kun mä oon”. Lahtelaisten nuorten kokemuksia hyvästä elämästä ja kuulumisesta.
Toimeksiantaja	Lahden kaupungin nuorisopalvelut
Vuosi	2023
Sivut	54 sivua, liitteitä 2 sivua
Työn ohjaaja	Pekka Penttinen

## TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia lahtelaisten nuorten kokemuksia hyvästä elämästä ja kuulumisesta. Lahden kaupungin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmaa päivitettiin vuosille 2022–2025. Hyvinvointisuunnitelman painopistealueita ovat osallisuus ja yhteisöllisyys, mielen hyvinvointi, arjen turvallisuus sekä terveelliset elintavat. Hyvä elämä ja kuuluminen muodostuvat muun muassa osallisuudesta ja yhteisöllisyydestä sekä mielen hyvinvoinnista, turvallisuudesta ja toimintakyvyn ylläpitämisestä. Hyvä elämä ja kuuluminen liittyvät näin läheisesti hyvinvointisuunnitelman painopistealueisiin. Opinnäytetyön tulosten perusteella aloitetaan nuorisotilatoiminnan osallistavan toiminnan kehittäminen vastaamaan paremmin hyvinvointisuunnitelmassa esitettyjä painopisteitä.

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Tutkimuskohteiden valinnassa käytettiin harkinnanvaraista valintaa, jotta otanta olisi mahdollisimman monipuolinen. Tutkimuskohteita haastateltiin hyödyntäen teemahaastattelua. Haastatteluiden jälkeen aineisto litteroitiin ja analysoitiin hyödyntäen aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Sosiaaliset suhteet nousivat haastatteluissa tärkeäksi hyvän elämän elementiksi. Merkitykselliset suhteet, joissa nuoret hyväksyttiin sellaisina kuin he olivat, olivat merkittävä kuulumisen tunnetta lisäävä tekijä. Kuulumisen tunne on kokemus siitä, että on kotona, että elämässä kaikki on paikallaan. Raha ja materia eivätkin olleet merkittäviä hyvän elämän ja hyvinvoinnin elementtejä haastatteluissa. Nuoret korostivat vapaa-ajan ja itsensä toteuttamisen merkitystä ja työ nähtiin vain omannäköisen hyvän elämän mahdollistajana.

**Asiasanat:** hyvä elämä, kuuluminen, hyvinvointi

Degree title	Master of Humanities
Author (authors)	Erno Lampinen
Thesis title	I can really be who i am
Commissioned by	Lahden kaupungin nuorisopalvelut
Time	2023
Pages	54 pages, 2 pages of appendices
Supervisor	Pekka Penttinen

## ABSTRACT

The objective of the thesis was to study experiences of youth in Lahti concerning good life and the sense of belonging. The City of Lahti updated the municipal plan for youth well-being for the period 2022-2025. The main focus points of the plan were involvement and community spirit, wellbeing of the mind, everyday safety and healthy lifestyle. Good life and sense of belonging are based on participation and community spirit, mental health, safety and upholding functional ability and thus they are closely related to the focus points of the municipal well-being plan. The results of the study will be used for further development of the work in youth houses concerning youth involvement.

The thesis was carried out as qualitative research. The research subjects were selected using a discretionary method to ensure diversity among the participants. The data was analyzed using databased content analysis.

Social connections were seen as an important part of a good life. Meaningful relationships, where youth were accepted as themselves, were an important factor in sense of belonging. Money and material things were not as important parts of good life and wellbeing. Youth emphasized the importance of free time and fulfilling yourself. Work was only seen as an enabler of a good life.

**Keywords:** good life, sense of belonging, wellbeing

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	HYVINVOINNIN JA KUULUMISEN RAKENTUMINEN YHTEYDESSÄ TOISIIN IHMISIIN.....	7
2.1	Ihminen yhteisön jäsenenä ja toimijana.....	7
2.2	Inhimillinen kuulumisen tarve.....	11
2.3	Kuuluminen osana ihmisen hyvinvointia.....	15
3	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	18
3.1	Tutkimuskysymykset.....	18
3.2	Tutkimusmenetelmien kuvaus.....	18
3.2.1	Tutkimusote.....	18
3.2.2	Teemahaastattelu.....	19
3.2.3	Tutkittavien valinta harkinnanvaraisesti.....	21
3.3	Aineistonkeruun toteutus.....	22
3.4	Aineiston analyysi.....	23
4	TULOKSET.....	25
4.1	Hyvä elämä.....	25
4.2	Yhteisöt ja yhteisöissä toimiminen.....	32
4.3	Olla osa, kuulua.....	37
5	POHDINTA.....	42
5.1	Tutkimuksen keskeiset tulokset.....	42
5.2	Yksilöllisyys vaikuttaa nykyajan yhteisöllisyyteen.....	47
5.3	Tutkimusprosessin arviointi ja jatkotutkimuksen tarve.....	49
	LÄHTEET.....	51

## 1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on tutkia lahtelaisten nuorten kokemuksia hyvästä elämästä ja kuulumisesta. Nuorten kokemukset hyvästä elämästä ja kuulumisesta kertovat siitä, mitä nuoret kokevat tarvitsevansa hyvään elämään ja hyvinvointiin. Kaupunkitasoista hyvinvointityötä ohjaa hyvinvointisuunnitelma. Hyvinvointisuunnitelma on lastensuojelulaissa määritelty asiakirja, jonka tarkoituksena on ohjata lasten, nuorten ja perheiden parissa tehtävää hyvinvointia edistävää työtä (Lahden kaupunki 2022b, 3). Lahden kaupungin sivistyslautakunta hyväksyi 24.5.2022 Lahden kaupungin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman vuosille 2022–2025. Suunnitelma pohjautuu alueellisiin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen painopistealueisiin. Painopistealueita ovat osallisuus ja yhteisöllisyys, mielenhyvinvointi, arjen turvallisuus ja terveelliset elintavat. (Lahden kaupunki 2022a, § 58.)

Työskentelen nuorisotilalla nuoriso-ohjaajana. Kokemukseni perusteella nuorisotilaa voidaan ajatella eräänlaisena pienenä yhteiskuntana, jossa voi harjoitella vaikuttamisen taitoja. Asioista päättäminen ja yhteisten asioiden käsittely tapahtuu yleiskokouksessa ja nuorilla voi olla tilan arjessa erilaisia rooleja aina kävijästä apuohjaajaan asti. Nuoret pääsevät ohjatusti esittämään ideoita ja toiveita sekä toimimaan mahdollisuuksien mukaan omaehtoisesti.

Erityisesti covid-19 jälkeen nuoret ovat enemmän irrallaan kaikista sosiaalisista kontakteista, myös nuorisotilatoiminnasta, ja yksinäisyyden kokemus on lisääntynyt. Nuorisotila voi olla aktiivinen toimija myös yhteisöllisyyden ja kuulumisen lisääjänä ja näihin liittyvien taitojen vahvistajana. Näin tilatyöllä voidaan tukea nuoria yhteisöjen jäseniksi myös laajemmin kuin vain tilan sisällä. Sosiaalisilla suhteilla on yksilön hyvinvointia lisäävä, jopa yksilöä voimauttava vaikutus.

Kaikista kouluterveyskyselyyn vastanneista nuorista noin joka viides on kuvannut kouluterveyskyselyssä (THL 2021a, 1) jonkinlaisia kokemuksia mielialan vaihtelusta, ahdistuksesta tai masennuksesta. Yksinäisyyden kokemus on lisääntynyt vuodesta 2019. Lahden nuorten vastaukset ovat linjassa kokonaan keskiarvojen kanssa (Lahden kaupunki 2022b, 14, 22). Lahden lasten ja

nuorten hyvinvointisuunnitelmassa osallisuuden ja yhteisöllisyyden painopistealueen alla tavoitteena on vähentää yksinäisyyden kokemusta ja lisätä ryhmään kuulumisen tunnetta. Mielen hyvinvoinnin alla tavoitteena on vahvistaa mielen hyvinvointia ja mahdollistaa kohdatuksi tuleminen sekä läheltä löytyvä turvallinen ja luotettava aikuinen. (Lahden kaupunki 2022b, 12, 21.)

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen mukaan mielenterveyttä lisätään vahvistamalla osallisuutta ja luomalla viihtyisiä lähiympäristöjä sekä lisäämällä koettua turvallisuutta alueella. Samoin mielenterveyttä lisätään vahvistamalla sosiaalista tukea. (THL 2021b.) Hyvinvointisuunnitelman, kouluterveyskyselyn ja Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen verkkosivujen perusteella voidaan ajatella, että alueellisen yhteisöllisyyden lisäämisen ja vaikuttamisen taitojen kehittämisen kautta voidaan vaikuttaa lasten ja nuorten osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksiin, osallisuuden ja aktiivisen kansalaisuuden taitoihin ja edistää lasten ja nuorten hyvinvointia erityisesti mielenterveyden osa-alueella.

Työn keskeisinä teoreettisina näkökulmina ovat kuulumisen (belonging), yhteisö ja yhteisön muodostuminen sekä hyvinvointi ja koetun hyvinvoinnin rakentuminen yhteydessä toisiin ihmisiin. Opinnäytetyö on laadullinen ja menetelmänä tutkimuksessa käytetään teemahaastattelua. Nuorten kokemusten kautta nostetaan esiin konkreettisia kuulumisen kokemuksen syntymiseen vaikuttavia kompetensseja. Tutkimuksen tuloksia käytetään ohjaamaan nuorisotilalla tehtävää osallistavaa, kuulumista tukevaa työtä.

Kuulumisen on ihmisen perustarve ja muodostuu yhteydessä ympäröivään yhteiskuntaan ja ympäröiviin sosiaalisiin systeemeihin. Yhteiskunta määrittää yksilön kuulumista, mutta yksilön kuulumisen on myös vahvasti sidoksissa yksilön koettuun identiteettiin. Kuulumisen kokemus voi muodostua monien eri vaikuttimien kautta. Kuulumiseen liittyy kuitenkin aina samankaltaisuuden etsiminen ja kuulumisessa on vahvasti yhteisöllinen, toisia ihmisiä kaipaava luonne. Kuulumiseen liittyy myös aina kuulumattomuutta. Kuulumisen saattaa olla nuorille terminä vaikeasti ymmärrettävä ja haastatte- luissa lähdinkin nostamaan esiin kuulumista hyvän elämän kautta. Haastattelut aloitettiin kaikkien nuorten kanssa kysymyksellä siitä, millainen on hyvä elämä. (Allen ym. 2021, 2–3; Lähdesmäki ym. 2016, 236; Nivala & Ryyänen 2019, 80; Yuval-Davis 2006, 199.)

Ihmisen hyvinvointi rakentuu erilaisista hyvinvoinnin osa-alueista. Voidakseen hyvin ihminen tarvitsee yksilöllisesti materiaa, sosiaalisia suhteita ja mahdollisuuksia toteuttaa itseään sekä saada tunnustusta tekemästään. Ihmisen kaipuu rakkautta, hyväksyntää ja yhteisöä kohtaan ylittää jopa materiaalisuuden. Fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen hyvinvointi kulkevat käsi kädessä, eikä hyvinvointia voida tarkastella vain yhden osa-alueen kautta. (Allardt 1976, 9, 39–40.)

Vaikuttamismahdollisuuksien luominen ja vaikuttamisen taitojen harjoittelu eivät välttämättä vastaa kaikkiin Lahden lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman asettamiin painopistealueisiin. Osallisuus on yksi osa Lahden lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman osallisuutta, yhteisöllisyyttä, mielen hyvinvointia ja arjen turvallisuutta sekä terveitä elämäntapoja käsittelevistä kärjistä. Kuulumisen kokemus ja kuulumisen mukanaan tuomat sosiaaliset suhteet, sietokyky, yhteisön tuki, toimijuus ja vaikuttaminen sekä sosiaalisten taitojen, vuorovaikutus- ja tunnetaitojen kehittäminen yhdessä vastaavat paremmin hyvinvointisuunnitelmassa esitettyihin kärkiin. Avointa toimintaa tulisikin tarkastella myös yhteisöllisyyttä lisäävänä, kuulumisen tunnetta tuottavan ja oman paikan löytämistä tukevana toimintana.

## **2 HYVINVOINNIN JA KUULUMISEN RAKENTUMINEN YHTEYDESSÄ TOISIIN IHMISIIN**

### **2.1 Ihminen yhteisön jäsenenä ja toimijana**

Ihmisellä on oma erityinen arvonsa ja potentiaalinsa, mutta myös toisia ihmisiä kaipaava yhteisöllinen luonne. Keskiössä on ihmisen yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden tasapaino, jossa yksilöllisyys ja yhteisöllisyys täydentävät ja tukevat toisiaan. Natorp totesi, että ”ihminen tulee ihmiseksi vain inhimillisessä ympäristössä”. (Nivala & Ryyänen 2019, 53.) Ihmisen tulee siis toimia yhdessä toisten ihmisten kanssa löytääkseen todellisen itsensä ja kasvaakseen ja kehittyäkseen kohti täydellistä itseyyttä. Hyvä elämä koostuu mahdollisuudesta määrittää itse omaa elämää ja kyvystä toteuttaa elämää kohti omaa määritelmää sekä osallistua yhteisöihin ja elää yhdessä toisten ihmisten kanssa, jotta voi tulla omaksi itsekseen (Nivala & Ryyänen 2019, 54).

Elämisen lisäksi ihminen tarvitsee toimijuutta. Toimiminen on ihmisen elämälle yhtä tärkeää kuin ne biologiset toiminnot ihmisessä, mitkä ylläpitävät elämää. Ilman toimintaa ja toimijuutta ihmisen elämä menettää merkityksensä, koska toiminta on aina sidoksissa toisiin ihmisiin ja näin sitoo ihmisen ympäristöön ja yhteisöön. (Nivala & Ryyänen 2019, 56.) Jokainen ihminen on kykeneväinen toimijuuteen, yksilö pystyy tekemään valintoja ja toimimaan niiden pohjalta. Kuitenkin toimijuuteen kykeneminen ja kasvaminen vaativat ympäristöltä yksilön kyvyn ja pystyvyyden tunnistamista suhteessa omaan elämänsä ja toimimiseen. Jos ihmisen toimijuutta, subjektiutta, ei tunnusteta ja tunnusteta, ihminen jää toimimisen ja toimijuuden kohteeksi, objektiksi. (Nivala & Ryyänen 2019, 58.)

Ihmisten vaikutus toisiin ihmisiin on laajempaa kuin vain tiettyyn paikkaan tai kasvokkaisuuteen sidottua. Ihmiset vaikuttavat toisiinsa ympäri maailmaa toimimalla ja kuluttamalla. Samalla tavalla ihmiset vaikuttavat myös ympäristöönsä ja kaikkeen elolliseen. (Nivala & Ryyänen 2019, 54.) Yhteisöllisyys ylittää myös paikan tai kasvokkaisuuden rajoitteet. Globalisaation myötä kasvokkaisen vuorovaikutuksen ja paikallisen yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden edustamien perinteisten sosiaalisten verkostojen pelätään katoavan. Yhteisöön kuulumisen syyt eivät kuitenkaan ole muuttuneet, ainoastaan mahdollisuudet kuulua erilaisiin yhteisöihin ovat internetin ja globalisaation myötä parantuneet. Samankaltaisten ihmisten löytäminen on helpompaa, kun paikka ei enää niin paljon rajoita mahdollisuutta sosiaalisten suhteiden luomiseen. (Kouvo 2015, 76.)

Yhteisö on yhteenliittymä, jolla on jokin yhteinen määrittävä tekijä ja siitä juontuva yhteenkuuluvuuden ja yhteisyyden tunne (Nivala & Ryyänen 2019, 74). Sosiaalipedagogiikassa yhteisönä voidaan nähdä yksilöiden vapaaehtoinen ja tasa-arvoinen yhteenliittymä, jossa toimiminen on vastavuoroista ja tasa-arvoista. Tämän yhteenliittymän päämääränä on vaikuttaa ympäröivän yhteiskunnan kehitykseen kohti tasa-arvoisuutta ja oikeudenmukaisuutta. (Nordbäck 2017, 12.) Toteuttaakseen toimintaansa ja vastatakseen mahdollisten tavoitteiden toteutumisesta yhteisöllä on erilaisia tarpeita. Ryhmään kuuluvat yksilöt tyydyttävät ryhmän toiminnan tarpeita omilla yksilöllisillä kyvyillään ja taidoillaan. (Erola & Moisio 2015, 41.) Toimiminen aktiivisena kansalaisena yhteiskunnassa ja tuottavana yhteiskunnan jäsenenä perustuu ryhmiin kuulumisen

ja ryhmissä toimimisen synnyttämiin ja kehittämiin taitoihin ja ominaisuuksiin (Nordbäck 2017, 10).

Ferdinand Tönnies pohti 1887 käsitteitä *Gemeinschaft* ja *Gesellschaft*, joista ensimmäinen on käännetty tarkoittamaan yhteisöä ja jälkimmäinen yhteiskuntaa. *Gemeinschaftia* luonnehtii yhteinen ymmärrys, solidaarisuus ja yhdessä tekeminen ja toimiminen. *Gesellschaft* on ihmisten elämistä rinnakkain riippumatta toisista. (Harju 2020.) *Gemeinschaft* on lämmin ja tavoiteltava verrattuna etäiseen ja laskelmoivaan *Gesellschaftiin* (Nordbäck 2017, 9). *Gemeinschaft* on ihmisten elämää läheisissä, lämpimissä suhteissa. Suhteet perustuvat keskinäiseen luottamukseen. Suhteet ovat henkilökohtaisia ja itsessään arvokkaita. *Gesellschaft* on laskelmoiva ja omaa etua huomioiva yhteisö, jossa suhteiden arvo mitataan sillä, mitä suhteet tuottavat. Yhteisössä tehdään sopimuksia asioista, eikä luottamus ole automaattista. Tunteilla ja henkilökohtaisilla suhteilla ei ole samalla tavalla tilaa kuin *Gemeinschaftissa*. (Nivala & Ryyänen 2019, 76.)

*Gemeinschaftin* Tönnies erotti kolmeen osaan: sukuun ja sukulaisuuteen viittaavaan veren *Gemeinschaftiin*, alueeseen tai naapurustoon viittaavaan paikan *Gemeinschaftiin* ja ystävytyteen ja jaettuun ymmärrykseen, kiinnostukseen tai uskomuksiin liittyvään mielen *Gemeinschaftiin* (Harju 2020). Kouvon (2015, 70–71) mukaan ihmisen sosiaalinen verkosto koostuu erilaisista ryhmistä, joihin ihminen kuuluu. Ominaispiirteitä näille ryhmille ovat säännöllinen vuorovaikutus, yhteenkuuluvuuden tunne ja yhteiset, jaetut arvot. Ryhmillä saattaa olla toiminnalleen myös tavoitteita. (Kouvo 2015, 70–71.)

Sosiaalisessa ryhmässä voidaan nähdä yhtäläisyyttä Tönniesin mielen *Gemeinschaftiin*. Sen voidaan ajatella olevan yhteisö, jota sitoo yhteenkuuluvuuden tunne ja joka on aktiivisesti tekemisissä keskenään. Yhteisöllä on maailmaan ja elämiseen liittyvää jaettuja käsityksiä ja ajatuksia siitä, miten asioiden pitää olla ja mikä on sopivaa. Yhteisöllä on jotain jaettavaa keskenään. Yksilön kannalta yhteisöön kuuluminen on arvokasta ja merkittävää, koska yhteisössä hän saa jakaa itselleen tärkeitä asioita ja olla tekemisissä ihmisten kanssa, jotka arvostavat häntä ja kokevat hänet tärkeäksi. Tämä näkyy myös nuorten toiminnassa nykyään.

Ajattelen, että nykyaikainen elämä on etenkin nuorten osalta yhdistelmä näitä erilaisia yhteisöjen kuvauksia. Nuorten elämässä saattaa läheisimpien ystävien kesken esiintyä hyvin syvää solidaarisuutta ja halua venyä omasta ja auttaa toisia. Samaan aikaan usein mukana kuitenkin kulkee ajatus oman venymisen korvaamisesta, vastapalvelusten tekemisestä ja suullisista sopimuksista, joista joskus pidetään kiinni ja joskus ei.

Yksilön kuuluminen saattaa olla primaaria, jolloin kuuluminen on yksilölle merkittävä ja kanssakäyminen on aktiivista. Yksilö voi kuulua myös sekundaarisesti, jolloin kanssakäyminen ei ole aktiivista eikä kuuluminen ole välttämättä yksilölle niin merkittävää. (Kouvo 2015, 71.) Perheellä ei ole samanlaista merkitystä sosiaalisena ympäristönä kuin kaveriporukalla, ja jos nuori saa valita, missä viettää aikansa, kaveriporukka vie usein voiton. Samalla tavalla kuuluminen yhteiskuntaan on nuorille abstrakti ja merkityksetön asia. Nivala ja Ryyänen (2019,75) esittävätkin, että nykyaikaiset yhteisöt perustuvat enenevässä määrin nimenomaan jaettuihin merkityksiin, symboleihin ja kulttuurituotteisiin.

Yhteisöille muodostuu omia käyttäytymissääntöjä sekä ajattelua ja toimintaa ohjaavia ohjeita. Nämä arvot ja asenteet, normit, määrittelevät ryhmän jäsenten toimintaa. (Kouvo 2015, 71.) Arvot ja asenteet saattavat olla osittain olemassa jo yhteisön syntyessä ja arvot ja asenteet saattavat myös olla merkittävä motivaattori ihmisten yhteenliittymiselle ja yhteisön muodostumiselle. Yksilöllä saattaa olla eriäviä ajatuksia, mutta yksilö mukautuu yhteisöön, johon kuuluu, jottei jäisi ulkopuolelle. Yksilön ihmissuhteet muotoutuvat tiettyyn yhteisöön kuulumisen ja yksilön yhteisössä omistaman aseman perusteella (Yrval-Davis 2006, 198.)

Muut ryhmän jäsenvät ovat yksilölle merkittävä ihmissuhteiden kokonaisuus ja suhteiden muodostaminen ryhmän ulkopuolella saattaa olla jopa mahdollonta yksilölle. Merkittävien ihmissuhteiden luominen yhteisön ulkopuolella saattaa myös vaikuttaa yksilön asemaan yhteisössä ja lopulta johtaa jopa yhteisöstä eroamiseen ja uuteen liittymiseen. Loppujen lopuksi yksilö tekee valintoja. Yksilön valintojen perusteella yksilö sitoutuu samankaltaisiin ihmisiin. Sitoumuksen perusta on tunne, mikä johtaa siihen, että tällaiset yhteisöt eivät ole pysyviä, koska yksilön valinnat ja tunteet vaihtelevat. Yksilö ei enää saa

yhteisöstä, mitä haluaa. Yhteisöistä tulee näin ajasta riippuvia, muuttuvia ja intensiivisiä. (Nivala & Ryyänen 2019,75.)

Yhteisön mielikuva on positiivinen. Yhteisö ja yhteisöllisyys vaikuttavat yksilön hyvinvointiin positiivisesti. Yhteisöllisyys on toisesta välittämistä ja huolenpitoa. (Nivala & Ryyänen 2019, 73.) Yhteisöt voivat kuitenkin olla myös vahingollisia yksilölle. Yhteisön normeja on seurattava ja yhteisön edun nimissä yksilö alistetaan yhteisössä päättävässä asemassa olevien tahtoon. Yksilöllisyys tukahdutetaan ja yksilö joutuu luopumaan omista tavoitteistaan ja toiveistaan. Yksilön mielipiteen ilmaisua ei sallita rangaistuksen uhalla. Yhteisö saatetaan eristää muusta maailmasta ja ulkopuolisiin suhtaudutaan varovaisesti, ellei avoimen vihamielisesti. (Nivala & Ryyänen 2019, 75.)

## **2.2 Inhimillinen kuulumisen tarve**

Ihmisillä on jo perimästään lähtevä, biologiaan pohjautuva perustavanlaatuisen tarve kuulua, olla yhteydessä toisiin, löytää turvallinen paikka. Kuuluminen on historiallisesti ollut jopa edellytys selviytymiselle. Kuuluminen voidaan myös määritellä subjektiiviseksi tunteeksi eli tunteeksi siitä, että ihminen on olennainen osa ympäröivää systeemiä, oli se systeemi sitten perhe, koulu, työ, asuinalue tai paikallinen, kulttuurinen tai sosiaalinen yhteisö. (Allen ym.2021, 2; Čeginskas 2015, 18.) Kuulumisessa on kyse emotionaalisesta siteestä, kotona olemisen tunteesta, mutta osaltaan myös turvallisuuden tunteesta (Yuval-Davis 2006, 197). Kuuluminen on yksilöllinen kokemus siitä, että asiat ovat, kuten niiden pitää olla. Ihminen on omalla paikallaan suhteessa itseensä ja ympäröivään maailmaan. (Nivala & Ryyänen 2019, 80.)

Kuulua voi monilla eri tavoilla. Kuuluminen voi liittyä esimerkiksi yhteen tiettyyn ihmiseen, paikkaan tai kulttuuriin. Kuulumista voi kokea myös vaikka koko ihmiskuntaan, konkreettisesti tai abstraktisti. Kuuluminen voi olla oman identiteetin osoitus tai perustua toisten näkemään identiteettiin. Kuulumisen syntymisessä merkittävässä osassa ovat suhteet toisiin ihmisiin. (Yuval-Davis 2006, 199; Nivala & Ryyänen 2019, 80.) Kuuluminen esiintyy alati muuttuvassa sosiaalisessa ympäristössä, jossa sosiaaliset, kulttuuriset, ympäristölliset ja maantieteelliset rakenteet vaikuttavat yksilön käsitykseen minästä, yksi-

lön käsitykseen oikeasta ja väärästä ja näin yksilön kuulumisen tai kuulumattomuuden tunteeseen. (Allen ym. 2021, 2–3.) Kuuluminen voi olla ympäröivästä systeemistä syntyvää, virallista kuulumista, kuten esimerkiksi jonkin maan kasalaisuus ja sen mukanaan tuomat oikeudet ja velvollisuudet. Kuuluminen voi pohjautua myös yksilön käsitykseen, epäviralliseen, subjektiiviseen kuulumisen tunteeseen. (Lähdesmäki ym.2016, 236.)

McMillanin ja Chavisin (1986), esittivät, että yhteenkuuluvuuden tunne voidaan määritellä tunteeksi samankaltaisuudesta toisten kanssa. Yhteenkuuluvuuden tunteeseen on myös yhteisesti tunnustettu riippuvuussuhde toisista. Riippuvuussuhdetta ollaan valmiita ylläpitämään toimimalla toisia kohtaan odotetulla tavalla. Yhteenkuuluvuuden tunteeseen liittyy tunne siitä, että yksilö on osa systeemiä. (McMillan &Chavis 1986, Lampinen 2019, 22 mukaan.)

Koettu yhteisyys voi olla toiminnallista tai symbolista. Toiminnallinen yhteisyys syntyy yhteisessä tekemisessä ja vuorovaikutuksessa, jolla on pidempikestoisia tavoitteita. Yhteiset onnistumisen ja epäonnistumisen kokemukset synnyttävät yhteenkuuluvuuden tunnetta, jonka perusteella muodostuu yhteisö. Tärkeää on ihmiselle merkittävien sosiaalisten suhteiden syntyminen, vuorovaikutus, yhdessä tekeminen ja toimiminen. (Nivala & Ryyänen 2019, 73–74, 80.)

Symbolisen yhteyden pohja on toiminnan ja tekemisen sijaan jaetussa ymmärryksessä. Tieto toisten samankaltaisten olemassaolosta on riittävä. Vuorovaikutus, tekeminen ja toimiminen eivät ole merkittävää kuulumisen tunteen kannalta vaan merkitys on tärkeämpää. Kuulumisen tunne muokkaa yksilön käsitystä omasta itsestään. Kuuluminen on merkityksellinen suhde, johon sisältyy tunne hyvyydestä ja oikeellisuudesta. (Nivala & Ryyänen 2019, 73–74, 80.)

Identiteetti, näkemys itsestä, minä, saattaa myös vaikuttaa kuulumisen tunteeseen. Yuval-Davis (2006, 199) tunnistaa, että identiteetti saattaa olla yksilön oma tai toisten näkemys yksilön identiteetistä. Kulmala (2006) erottaa myös identiteetin kahteen osaan, henkilökohtaiseen ja sosiaalisen identiteettiin. Näistä henkilökohtainen identiteetti on toisaalta yksilön oma, mutta toisaalta myös se, minkä yksilö kokee haluavansa jakaa. Identiteetti on muuttuva ja rakentuu sosiaalisissa tilanteissa, joissa yksilö kertoo itsestään. Sosiaalinen identiteetti taas on ulkoapäin tuotettu, jolloin ihmiseen liitetään olettamuksia ja

ominaisuuksia, jotka voidaan liittää tiettyyn ryhmään. Sosiaalinen identiteetti vaikuttaa osaltaan henkilökohtaisen identiteetin muodostumiseen. Nämä identiteetin eri puolet kietoutuvat toisiinsa eikä niitä voi täysin erottaa. (Kulmala 2006, 58–59, 61.)

Kuuluminen ja mukaan ottaminen pitävät sisällään myös mahdollisuuden kuulumattomuuteen ja ulkopuolisuuteen. Ei-kuulumisen tutkimus ja teoretisointi antaa mahdollisuuden tarkastella valtaa käyttävien toimia tiettyjen yksilöiden ja ryhmien oikeuksien rajaamiseksi samalla, kun ei-kuuluminen voi valottaa, miten syrjäytymiskeskustelua voidaan käyttää myös avaamaan mahdollisuuksia kuulua ja sen mukanaan tuomia oikeuksia sellaisille, joilla niitä ei aikaisemmin ole ollut. Ei-kuulumisen tutkimus voi olla mahdollisuus hämärtää perinteisiä psykologisen ja poliittisen kuulumisen rajoja. (Lähdesmäki ym. 2016, 238–239.)

Väitöskirjassaan Viktorija Čeginskas (2015) kuvaa kotia ei niinkään fyysisenä paikkana vaan tunteena, joka on suhteessa ihmisen muuttuvaan käsitykseen itsestään. Kodin muodostuminen on prosessi, jossa käsitys itsestä ja omasta tilanteesta hakee omaa paikkaansa ympäröivässä systeemissä. Jos ympäröivä systeemi sopii itseyteen ja vallitsevaan tilanteeseen, muodostuu kotona olemisen ja kuulumisen tunne. Jos taas itseys ja vallitseva tilanne ovat ristiriidassa ympäröivään, ihminen kokee ei-kuulumista, ristiriitaisuutta ja yksinäisyyttä. (Čeginskas 2015, 87.)

Kulmala (2006, 62) esittää, että ihmisen sosiaalinen identiteetti, kuten yllä on kuvattu, saattaa olla ihmiselle negatiivinen. Sosiaalisen identiteetin muodostuksessa toisten ihmisten näkemyksistä ja samalla myös aikaisemmista kokemuksista, katsomuksiin saattaa liittyä aikaisempaan perustuvaa negatiivisuutta. Sosiaalinen identiteetti saattaa olla yhteisön silmissä ja kuulumisen kannalta ihmiselle negatiivinen ja tuottaa ulkopuolisuuden ja kuulumattomuuden tunnetta.

Vaikuttaa siltä, että kuuluminen on noussut tutkimuksessa identiteetin rinnalle ja jopa haastamaan ja korvaamaan identiteetin käsitettä. Keskustelu identiteetistä on laajentunut käsittämään identiteettiä alati muuttavana ja kehittyvänä sen sijaan, että identiteetti nähtäisiin kiinteänä prosessin tuloksena. Probyn

(1996, Lähdesmäki ym. 2016 mukaan) esitti, että identiteettiin verrattuna kuuluminen kuvaa tarkemmin halua ja kaipuuta kiinnittyä ja kuulua, oli sitten kyse ihmisistä, paikasta tai tavasta elää. Kuulumisesta onkin tullut vaihtoehtoinen lähestymistapa ja malli käsittää sidoksien, suhteiden ja identiteetin muodostumisen moninaisuutta, jota on aikaisemmin ollut vaikea käsitellä vain identiteetin näkökulmasta. (Lähdesmäki ym. 2016, 234.)

Tieteellisessä keskustelussa ja tutkimuksessa on pyritty tarkemmin kartoittamaan kuulumisen käsitettä ja sen erilaisia merkityksiä. Käsitettä on tarkasteltu akselilla henkilökohtainen-julkinen, kuten myös paikan tai politiikan välityksellä. Toisaalta voidaan erottaa psykologinen ja poliittinen kuulumisuus, kun taas toisaalta paikkaan sidottuna henkilökohtaisena, intiiminä kotona olemisen tunteena ja toisaalta kuulumisen politiikkaan sidottuna rajoja ja rakenteita ylläpitävänä me ja muut -ajatteluna. (Lähdesmäki ym. 2016, 236; Yuval-Davis 2006, 198.)

Allen ym. (2021, 7–8) esittävät, että kuulumisen käsitteen epäselvyys ja johdonmukaisuuden puute rajoittavat tutkimuksen etenemistä kuulumisen alalla. He tarjoavat käsitteen yhtenäistämiseksi ja selventämiseksi ajatusta siitä, että kuuluminen on dynaaminen tunne ja kokemus, joka nousee neljän keskenään vuorovaikutuksessa olevan osatekijän vaikutuksesta. Osatekijöihin puolestaan vaikuttavat ja niitä tukevat ympärillä olevat systeemit, joissa ihmiset elävät. He nimeävät osatekijöiksi kuulumisen kompetenssin, kuulumisen mahdollisuudet, kuulumisen motivaation ja käsitykset kuulumisesta. (Allen ym. 2021, 7–8.)

Kuulumisen kompetenssi voidaan kuvata kokonaisuudeksi kykyjä ja taitoja, joita vaaditaan yhteyden muodostamiseen toisiin ihmisiin ja näin kuulumisen kokemuksen syntymiseen. Puhutaan sosiaalisista taidoista, joiden kehittämisellä on merkittävä rooli nuorten positiivisen kehityksen tukemisessa. Sosiaalisten taitojen lisäksi tarvitaan kulttuurisia taitoja ja ymmärrystä sekä emotionaalista kyvykkyyttä ja tunnetaitoja. (Allen ym. 2021, 8.)

Kuulumisen mahdollisuudet tarkoittavat sitä, että saatavilla on ihmisiä ja ryhmiä, käytettävissä on kohtaamispaikkoja, olemassa on aikaresurssia ja tarvittavaa tilaa, jotta kuulumisen tunne voi syntyä. Taidot sinällään ovat hyödyttömiä ilman mahdollisuutta soveltaa niitä. (Allen ym. 2021, 8.)

Motivaatio kuuluu viittaa nimenomaan ihmisen perustavanlaatuiseen tarpeeseen kuulua, tulla hyväksytyksi ja etsiä sosiaalista vuorovaikutusta ja yhteyttä. Motivoituneet ihmiset etsivät aktiivisesti yhdistäviä tekijöitä ja muodostavat suhteita. Toisaalta ihminen on saattanut aikaisemmin kokea hylkäämistä tai on joutunut tukahduttamaan omia itsenäisyyden tai kyvykkyyden tunteitaan ja näiden negatiivisten kokemusten myötä motivaatio etsiä kuulumista on laskeutunut. Yksilön kokemuksilla on merkittävä vaikutus motivaatioon. (Allen ym. 2021, 10.)

Näkemyksistä kuulumisesta on Allenin ym. (2021, 13) viimeinen kuulumisen kokemuksen syntymiseen vaikuttava osatekijä. He esittävät, että suurin osa ihmisistä arvioi tietoisesti tai tiedostamatta omaa kuulumistaan ympärillään olevaan ja oleviin. Ihminen, jonka tarpeet kuulumisesta ja yhteyden muodostumisesta eivät ole täyttyneet, saattaa kyseenalaistaa omaa kuulumistaan, kokea olevansa sopimaton toimimaan ja olemaan toisten ihmisten kanssa. Kuulumista saatetaan etsiä ryhmistä, joiden sisäinen vuorovaikutus ja vaikutus yksilöön ovat negatiivisia. (Allen ym. 2021, 13.) Ihminen saattaa hakeutua yhteisöön, jossa häntä kohdellaan kaltoin, mutta tarve yhteisöön kuulumisesta, yhteyden ja kuulumisen tunteen syntymisestä ajaa positiivisten ihmissuhteiden edelle. Voi myös olla, että ihmisen kokemus ihmissuhteista perustuu nimenomaan negatiiviselle huomiolle, eivätkä osaaminen ja ymmärrys sosiaalisista suhteista riitä etsimään itselle parempaa tilannetta.

### **2.3 Kuuluminen osana ihmisen hyvinvointia**

Hyvinvoinnin yksiselitteinen määrittäminen on vaikeaa. Hyvinvointia voidaan tarkastella monista eri näkökulmista, joista yksi on tarvepohjainen hyvinvoinnin määrittely. Tarvepohjaisesti voidaan ajatella, että voidakseen hyvin ihmisen täytyy pystyä täyttämään tiettyjä tarpeita. Kun tarpeet täyttyvät, ihminen voi hyvin. (Allardt 1976, 21.)

Tarve on siitä haastava käsite, että sen taustalla on tavoite, joka on todettu hyväksi ja arvokkaaksi. Tämä edellyttää esimerkiksi hyvinvoinnin tapauksessa, että hyvinvoinnin käsitteelle on annettu määrittely, tietynlainen tilanne, jossa hyvinvointi toteutuu. Perinteisessä hyvinvoinnin määrittelyssä yleisesti

hyväksyty, hyvinvointiin johtava tilanne on riittävä aineellinen omaisuus. Hyvinvoinnin tarkastelun ja mittaamisen kannalta on kuitenkin tärkeää pohtia, voidaanko hyvinvoinnin mittaamisessa tukeutua pelkästään objektiivisiin, ulkopuolelta asetettuihin ihanteisiin, vai pitääkö myös yksilön subjektiivinen, oma-kohtainen kokemus omasta tilanteestaan huomioida. (Allardt 1976, 13–14, 18–22.)

Allardt (1976, 9) korostaa sitä, että hyvinvointia ei voida tarkastella pelkästään aineellisella tasolla ja objektiivisesti. Hyvinvointitutkimuksen kannalta on hedelmällisempää ajatella hyvinvointia aineellista tasoa laajempänä ja monisäikeisempänä kokonaisuutena (Allardt 1976, 9). Myös Uotisen ja Vaalavuon (2022, 79) artikkelissa tulot nimetään tärkeäksi hyvinvoinnin mittariksi. Kuitenkin samalla todetaan, että kaikilla ihmisillä tulot eivät automaattisesti muutu hyvinvoinniksi ja argumentoidaan, että hyvinvointivaltio tukee kansalaisten hyvinvointia monin keinoin, mikä ei välttämättä näy tulotasossa. Hyvinvointitutkimuksessa mielenkiinto on myös siirtynyt materiaalisuudesta yksilön omaan kokemukseen hyvinvoinnistaan. (Uotinen & Vaalavuo 2022, 76, 79.)

Allardt (1976, 39–40) esittää hyvinvoinnin koostuvan kokonaisuuksista, joita hän kutsuu nimillä *having*, *loving* ja *being*. Näistä ensimmäinen, *having*, viittaa Allardtin mukaan elintason. Elintaso tarkoittaa sitä, että ihmisellä on riittävät resurssit elämälle välttämättömien hyödykkeiden, kuten ruoan, juoman ja suojan hankkimiseen. Elintaso on merkittävässä osassa siinä mielessä, että alhainen elintaso voi vaikuttaa ihmisen koko muuhun käyttäytymiseen. (Allardt 1976, 39–40.) Abraham Maslow (Celestine 2017 mukaan) esitti 1943, että ihmisten perustarpeet huolimatta tietoisista tarpeista ovat kaikilla samanlaiset. Maslow esitti myös, että ihmisen perustarpeilla on oma hierarkiansa ja että jos hierarkian alemmat tasot eivät toteudu, ihminen ei ohjaudu tavoittelemaan ylempien tasojen tarpeita. Hierarkian alimmilla tasoilla ovat Allardtin elintasoa vastaavat fysiologiset tarpeet, kuten ruoka, vesi, uni, terveys ja suoja, sekä ihmisen kokemus turvallisuudesta. (Celestine 2017.) Allardtin (1976, 41) mukaan ei voida kuitenkaan täysin suoraan olettaa, että tarpeiden hierarkia toteutuu arkielämässä. Objektiivisten mittareiden mukaan mitattuna huonosti toimeentuleva saattaa pyrkiä tyydyttämään ylempiä tarpeita, mutta Allardt toteaa myös, että elintason voidaan sanoa olevan keskeisessä asemassa hyvinvointianalyysissä. (Allardt 1976, 41.)

*Loving* viittaa yhteisyyssuhteisiin. Ihmisillä on luontainen tarve olla osana sosiaalisissa suhteissa, joissa osapuolet ilmaisevat kiintymystä ja välittämistä. Ihminen tarvitsee elämäänsä rakkautta ja helliä sosiaalisia suhteita. Suhteet ovat vastavuoroisia, ihminen sekä saa että antaa rakkautta ja huolenpitoa. Yhteisyys syntyy vastavuoroisista suhteista, joissa ilmaistaan rakkautta ja huolenpitoa. Yhteisyyden muodostuminen on yksilölle resurssi, joka turvaa sekä fyysistä, taloudellista että henkistä hyvinvointia. Yhteisyydellä on myös negatiivinen puoli. Yhteisyyden tarve pitää sisällään poissulkemisen ja eristäytymisen mahdollisuuden. (Allardt 1976, 43–44.)

*Being* on Allardtin (1976) mukaan itsensä toteuttamista. Itsensä toteuttaminen ja kehittäminen on yleisesti ajateltu positiivisena arvona ja sen vastakohtana voidaan nähdä tilanne, jossa yksilö ei ole saanut, tai ei ole voinut kehittää itseään ja löytää omaa todellista potentiaaliaan. Itsensä toteuttaminen voidaan nähdä hyvinvoinnin tärkeänä osana. (Allardt 1976, 47.) Allardt jakaa itsensä toteuttamisen neljään osa-alueeseen:

- yksilöä pidetään persoonana (tietty määrä korvaamattomuutta)
- yksilö saa osakseen arvonantoa (status)
- yksilöllä on mahdollisuus harrastuksiin ja vapaa-ajan toimintaan (tekeminen)
- yksilöllä on mahdollisuus poliittiseen osallistumiseen (poliittiset resurssit) (Allardt 1976, 47).

Saikkonen ym. (2022, 355) kirjoittavat, että hyvinvointi koostuu materialisuuden lisäksi mahdollisuuksista itsensä toteuttamiseen. Mahdollisuudet, kuten mielekäs tekeminen ja osallistuminen, ihmiskontaktit ja kuulumisen tunne, ovat merkittävä osa kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Hyvinvoinnin sosiaalisen puolen vuoksi hyvinvointia ei voida tarkastella pelkästään yksilötasolla. Yhteys ihmisiin ja kuuluminen ovat perustarpeita, joiden merkitys hyvinvoinnille sekä ihmisen toimintakyvylle on keskeinen. Sosiaalinen hyvinvointi on perusluonteeltaan pysyvää, mutta kriisissä sosiaalinen hyvinvointi voi muuttua äkkinäisesti, jos sosiaalisen hyvinvoinnin perusrakenteet romahtavat. (Fadjukoff ym. 2022, 1.)

Sosiaalista hyvinvointia voidaan määritellä tarkastelemalla sen mittaamiseen käytettyjä välineitä. Vesa, Santalahti, Nieminen, Nikunlaakso, Reuna, Niemi,

Ketonen ym. (2020, 12–13) totesivat kirjallisuuskatsauksessaan, että yleisimmin sosiaalisen hyvinvoinnin mittarina käytettiin Keyesin 1998 kehittämää väittämäsarjaa. Väittämissä käsitellään sosiaalista hyväksyntää, yhteisöön osallistumista, yhteisön sosiaalista yhteensopivuutta, yhteisöllisyyden toteutumista ja yhteisöön integroitumista. (Vesa ym. 2020, 12–13.) Väittämien teemoja tarkasteltaessa ei voi olla kiinnittämättä huomiota samankaltaisuuteen kuulumisen erilaisten elementtien ja kuulumisen teorian kanssa.

### **3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS**

#### **3.1 Tutkimuskysymykset**

Opinnäytetyön tarkoitus on tutkia nuorten kokemuksia kuulumisesta ja selvittää yhteyttä kuulumisenkokemusten ja koetun hyvinvoinnin välillä. Koska kuuluminen saattaa terminä olla nuorille abstrakti ja vaikeasti tavoitettava, itse haastatteluissa kuulumiseen pyrittiin pääsemään käsiksi keskustelemalla hyvästä elämästä ja sen edellytyksistä. Näin opinnäytetyön työstämisen aikana myös tutkimuskysymykset kehittyivät kuvaamaan kuulumista osana hyvää elämää.

1. Minkälaisista elementeistä nuoret kokevat hyvän elämän koostuvan?
2. Mihin lahtelaiset nuoret kokevat kuuluvansa?
3. Minkälaisia yhtymäkohtia nuorten hyvän elämän sanoituksista voidaan löytää kuulumiseen?

Hyvä elämä sopii haastatteluiden lähtökohdaksi myös seuraavaksi kuvaamani tutkimusotteen kannalta. Hyvä elämä tarkoittaa jokaiselle erilaisia asioita, jolloin jokainen haastateltava lähtee haastatteluun omista lähtökohdistaan.

#### **3.2 Tutkimusmenetelmien kuvaus**

##### **3.2.1 Tutkimusote**

Tutkimusotteeni on laadullinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa paneudutaan merkitysten maailmaan. Merkitykset ovat ihmisten välisiä ja sosiaalisia ja ilmenevät suhteista muodostuvina merkityskokonaisuuksina. Kokonaisuudet ilmenevät tapahtumina, kuten toimintana, ajatuksina, päämäärinä. Tavoitteena

on päästä käsiksi ihmisten omiin kuvauksiin subjektiivisesta todellisuudesta. Näin pyritään tavoittamaan ihmisille merkittäviä ja tärkeitä asioita. (Vilkkä 2021, 94.)

Fenomenologis-hermeneuttisessa tutkimusperinteessä tarkastellaan ihmisen suhdetta omaan elämistodellisuuteensa. Tutkija tutkii ihmisen suhdetta omaan koettuun todellisuuteensa ja pyrkii sitä kautta ymmärtämään ihmistä. Tutkimuksen kohde fenomenologis-hermeneuttisessa perinteessä on kokemus. Ajatellaan, että ihmisen suhde maailmaan on tietoinen ja tarkoituksellinen ja ihmisen elämässä esiintyvät ilmiöt ovat ihmiselle merkityksellisiä. Ihmisen kokemus maailmasta muotoutuu merkitysten myötä. Merkitykset eivät ole synnynäisiä, vaan muotoutuvat kulloisenkin ympäröivän yhteisön myötä. Merkitykset jaetaan yhteisön sisällä. Hermeneuttisen ulottuvuuden tuo mukanaan tarve tulkinnalle ja ymmärrykselle. Fenomenologis-hermeneuttisessa perinteessä ymmärtäminen tarkoittaa merkitysten oivaltamista. Ymmärtäminen perustuu aiemmalle ymmärrykselle ja etenee hermeneuttisena kehänä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 30.)

Laadullinen tutkimus soveltavalla fenomenologisella tutkimusotteella soveltuu opinnäytetyöhöni nimenomaan siksi, että tutkin työssäni ihmisten kokemusta. Fenomenologiassa ihmisen kokemat merkitykset ovat yhteisöllisiä ja ihminen itsessään ymmärretään yhteisöllisenä. Samoin merkityksiä ei ole ihmisessä, vaan merkitykset kehittyvät suhteessa kokemuksiin ja yhteisössä vallitseviin näkemyksiin kokemusten vaikutuksesta. Puhtaasti fenomenologinen tutkimusote on haastava, koska kirjoittaja omaa käsityksiä ja ajatuksia siitä, mitä on tutkimassa. Fenomenologisessa otteessa on tärkeää kyseenalaistaa yleistä ymmärrystä ja pyrkiä näkemään asia aineiston silmin. Sovellettu fenomenologinen tutkimusote kuitenkin sopii kokemuksen tutkimiseen. Haluan päästä käsiksi haastateltavien kokemukseen opinnäytetyöni käsittelemästä ilmiöstä.

### **3.2.2 Teemahaastattelu**

Aineistonkeruumenetelmäni on teemahaastattelu. Tuomen ja Sarajärven (2018, 99) mukaan teemahaastattelu on yleisin tutkimushaastattelun muoto.

Teemahaastattelussa tutkimusongelmasta pyritään kokoamaan merkittävät aiheet, teemat, joita haastattelun aikana tulisi käsitellä, jotta tutkimusongelmaan voidaan vastata. Vastaajalle annetaan mahdollisuus tuoda esille oma kuvauksensa ja teemat pyritään käsittelemään vastaajalle luontevassa järjestyksessä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 99.)

Hirsjärven ja Hurmeen (2022, 67) mukaan teorian ja tutkimuksen haltuunotto jäsentävät tutkijan käsitystä tukittavasta ilmiöstä ja muodostuu tutkimuksen teoreettinen peruskäsitteistö. Peruskäsitteistöä edetään haastattelurungon muodostamiseen. Haastattelurunko ei muodostu konkreettisista kysymyksistä vaan teema-alueluettelosta, joka on pääkäsitteistä muodostunut spesifioitu alakäsitteistö. Teema-alueluettelo on tutkijan muistilista haastattelutilanteessa, jota tutkija täsmentää haastateltavalle kysymyksin. Teema-alueiden tulisi kuitenkin olla niin väljiä, että myös haastateltava pystyy tarkentamaan teemoja haastattelun aikana. (Hirsjärvi & Hurme 2022, 67.)

Teemahaastattelussa haasteeksi koituu johdatella haastateltavaa mahdollisimman vähän. Laine (2018, 33) esittää, että avoimetkin haastattelukysymykset johdattelevat aina jossakin määrin haastateltavaa. Myös tutkijalla itsellään on tutkimuksen aiheen ohjaama tarve saada tietoa jostakin tietystä aihepiiristä. Fenomenologisessa otteessa haastattelun on oltava mahdollisimman avoin keskustelu, jossa haastateltava on keskeisessä johtavassa roolissa. Tavoitteena on saada esiin kokemuksia, joten haastattelukysymysten on hyvä olla kuvailemiseen houkuttelevia. (Laine 2018, 33–34.)

Teemahaastattelun haaste suhteessa opinnäytetyöni fenomenologiseen tutkimusotteeseen ja pyrkimykseen ymmärtää tutkittavaa ilmiötä nimenomaan lahelaisten nuorten näkökulmasta on, että teemahaastatteluun liittyy aina tutkimusta ohjaava teoreettinen esiyymmärrys, jonka pohjalta tutkija valitsee teemahaastattelun teemat. Näin ollen teemahaastattelu ei voi olla täysin fenomenologinen. Kuitenkin opinnäytetyön käytännön toteuttamisen kannalta on tärkeää, että kokematon tutkija, joka on itselleen uuden ilmiön parissa, saa itselleen teoriasta tukea ja apua ilmiön käsittelyyn. Vaikka fenomenologia ei puhtaasti toteudukaan teemahaastattelussa ja näin koko tutkimuksessa, ovat teemat kuitenkin mahdollista rakentaa väljiksi ja jättää haastattelun ohjaaminen pitkälle haastateltavien näkemysten varaan.

Opinnäytetyössäni teemahaastattelun teemojen koostamista varten tarkastelin Kouluterveyskyselyä. Tutustuin myös OECD Better Life Indexiin ja Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen verkkosivujen Hyvinvointiosioon. Tarkastelin myös Martelan artikkelissa (2022) esittämiä päivitettyjä ajatuksia Allardtin (1976) hyvinvoinnin ulottuvuuksista päivitettyinä nykyaikaan, erityisesti Martelan (2002, 570) esittämiä subjektiivisia hyvinvoinnin indikaattoreita. Lisäksi koostin teemojen valintaa varten opinnäytetyön teoriaosuudesta esiin nousseita keskeisiä asioita. Teemoiksi valikoituivat edellisten perusteella hyvä elämä ja tyytyväisyys, kuuluminen ja osallisuus, turvallisuus sekä koettu terveys ja hyvinvointi.

Myös aineiston analyysissä on mahdollisuus vaikuttaa fenomenologian toteutumiseen. Aineiston analyysissä voidaan huomioida ja suunnata aineiston käsittelyä aineistolähtoisemmäksi. Aineistoa leimaa kuitenkin edelleen sama ennakkoymmärrys aiheesta. Opinnäytetyötä leimaa kuitenkin halu ymmärtää nuoria ja katsoa tutkittavaa ilmiötä aineiston näkökulmasta ja keskittyä näin nuorten kokemuksista nouseviin asioihin.

### **3.2.3 Tutkittavien valinta harkinnanvaraisesti**

Pattonin (Harsh 2011, 65) mukaan harkinnanvaraisessa tutkittavien valinnassa tarkoituksena on valita tutkimuksen kannalta tiedollisesti merkittäviä tapauksia syvällistä tutkimusta varten. Tiedollisesti merkittävät tapaukset ovat sellaisia, joista voidaan oppia paljon suhteessa tutkimuksen aiheeseen. Tiedollisesti rikkaiden tapauksien tutkiminen tuottaa näkemystä ja syvällistä ymmärrystä, ei niinkään yleistettävää tietoa. (Harsh 2011, 65.)

Harsh (2011, 66) pohtii harkinnanvaraista valintaa yhtenä metodina vastata kustannustehokkuusvaateeseen tutkimuksen tekemisessä. Hänen mukaansa harkinnanvarainen valinta saattaa myös tarjota laadukkaampaa lähdeaineistoa kuin esimerkiksi useampien aineistojen pinnallinen tarkastelu. Hänen mukaansa harkinnanvarainen valinta vaatii, että tutkijalla on pääsy tutkimuksen kannalta merkittävien tiedonlähteiden äärelle.

Patton (Harsh 2011, 65 mukaan) on esittänyt 16 erilaista harkinnanvaraisen otannan tapaa, joista tässä tarkastelen mielestäni parhaiten omaan tapaukseeni sopivaa maksimaalisen variaation tapaa. Maksimaalisen variaation harkinnanvaraisessa otannassa tarkoitus on tunnistaa kaikki merkittävät variaatiot tutkimuksen aiheesta ja pyrkiä sitten löytämään tapauksia, jotka eroavat toisistaan mahdollisimman paljon. Maksimaalisen variaation tapa tuottaa 1) laadukkaita, syvällisiä kuvauksia variaatioista ja niiden ainutkertaisuudesta ja 2) tärkeitä variaatioiden välillä jaettuja yhtäläisyyksiä. (Harsh 2011, 67.)

Pidän myös mielessä mahdollisuuden hyödyntää lumipallomenetelmää, joka on harkinnanvaraisen tutkittavien valinnan tapa. Lumipallomenetelmässä tiedossa on yksi informantti, joka siten johtaa tutkijan toisen informantin luokse ja tutkija etenee pitkin informanttien ketjua sitä mukaa, kun hänelle esitellään uusi informantti (Tuomi & Sarajärvi 2018, 74; Harsh 2011, 69).

### **3.3 Aineistonkeruun toteutus**

Aineiston keräämistä varten kartoitin omista verkostoistani potentiaalisia haastateltavia. Harkinnanvarainen tutkittavien valinta mahdollistaa tutkijalle harkinnan käytön informantteja valittaessa ja omalta osaltani oli melko aikaisessa vaiheessa selvää, keitä nuoria haluan tavoitella haastateltaviksi.

Nuoret valittiin haastatteluun maksimaalisen variaation periaatteella. Tavoitellin mahdollisimman erilaisia nuoria perhetaustan ja identiteetin perusteella. Halusin tavoittaa muun muassa sukupuolisesti moninaisen ja henkilökohtaisilta ominaisuuksiltaan ja kiinnostuksen kohteiltaan erilaisen joukon nuoria. Etsin nuorista erilaisia ominaisuuksia, joiden uskoin vaikuttaneen nuorten kuulumisen kokemukseen lapsuudessa, nuoruudessa ja nykyisessä elämänvaiheessa. Opinnäytetyössäni ei ole tarkoituksena tuottaa yleistettävää tietoa, vaan keskittyä nimenomaan lahtelaisten nuorten kokemuksiin. Kaikki nuoret olivat työni kautta entuudestaan tuttuja. Tämä spesifi informanttien joukko palveli kahta tarkoitusta. Ensinnäkin ennakkotieto nuorten taustoista ja elämäntilanteesta edesauttoi tutkimuksen onnistumista ja toisekseen jo olemassa oleva kontakti ja luottamussuhde nuoriin edesauttoi itse opinnäytetyön onnistumista.

Lähestyin haastateltavia nuoria eri keinoin, joillekin nuorille minulla oli entuudestaan nuorten itse luovuttama yhteystieto, jota kautta tavoittelin nuoria. Toisia lähestyin sosiaalisessa mediassa ja pyysin mukaan haastatteluun. Sovin nuorten kanssa haastatteluajat kesäkuulle Möysän nuorisotilalle tilan toimintakokosten ulkopuolelle. Nuorisotila on kodinomainen ja rento, nuorille suunnattu ympäristö, joten nuorten on helppo saapua tilalle ja olo tilalla on kotoisa. Näin myös haastattelutilanteista tuli rentoja ja haastatteluihin syntyi teemahaastatteluun sopiva keskusteleva ilmapiiri.

Ostin haastatteluja varten nuorille virvokkeita ja pientä syötävää, jotta haastattelutilanteen ilmapiiristä tulisi edelleen rennompaa ja mukavampaa nuorten kannalta. Nauhoitin haastattelut hyödyntäen Windowsin nauhoitustyökalua ja tilalla olevaa mikrofonia.

Yksi haastatteluista toteutui nuorten omasta toivomuksesta parihaastatteluna ja muut haastattelut yksilöhaastatteluina. Loppujen lopuksi haastateltavia nuoria oli viisi. Tavoittelin kuutta haastateltavaa, mutta työn aikataulu huomioiden viiden nuoren tavoittaminen kesäkuussa kesälomalta haastatteluja varten oli onnistuminen itsessään. Haastatellut nuoret olivat iältään 17–24 -vuotiaita. Haastatelluista neljä oli haastatteluhetkellä ammattikoulussa ja yksi oli työkokeilussa.

Haastattelut toteutettiin pyrkien mahdollisimman pitkälle huomioimaan fenomenologisen tutkimuksen vaatimukset. Kaikissa haastatteluissa lähdettiin liikkeelle hyvästä elämästä, mutta sen jälkeen nuoret itse ohjasivat haastattelua eteenpäin kiinnittäen huomiota erilaisiin asioihin. Haastattelijalla oli tukena ennalta laadittu lista teemoista, joita käsitellä, mutta sitä käytettiin vain tukena, mikäli haastattelu katkesi jossain vaiheessa, ja varmistamaan, että kaikkien haastateltavien kanssa puhuttiin suurin piirtein samoista asioista. Kuitenkin haastattelun terminologia ja eteneminen tuli puhtaasti haastateltavilta.

### **3.4 Aineiston analyysi**

Käytän aineiston analysointimenetelmänä sisällönanalyysia. Sisällönanalyysilla voidaan analysoida dokumentteja systemaattisesti ja objektiivisesti. Doku-

mentti saattaa olla mikä tahansa kirjallisessa muodossa oleva aineisto. Aineisto pyritään tiivistämään ilmiötä kuvaavaan ja yleiseen muotoon. Sisällönanalyyseissa aineisto kuitenkin vain järjestetään johtopäätösten tekoa varten, mikä aiheuttaa kritiikkiä menetelmää vastaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 87.)

Aineistolähtöisessä sisällönanalyyseissä vastausta tutkimustehtävään etsitään yhdistelemällä käsitteitä. Analyysi perustuu tulkintaan ja päättelyyn, aineistosta edetään kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. Johtopäätöksissä tutkija pyrkii ymmärtämään asioiden merkitystä tutkittaville. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 94.)

Aineistolähtöisessä sisällönanalyyseissa määritellään ensin analyysiyksikkö. analyysiyksikkö määritetään tutkimustehtävän ja aineiston laadun mukaan. Alkuperäisdata pelkistetään, eli siitä riisutaan tutkimuksen kannalta epäolennainen pois. Alkuperäisilmaisut pelkistetään ja listataan. Pelkistämisen jälkeen aineisto klusteroidaan eli ryhmitellään. Aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Käsitteet ryhmitellään luokiksi, joista muodostuu alaluokkia. Alaluokat nimetään sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Alaluokat yhdistetään yläluokiksi ja yläluokat pääluokiksi. Pääluokat yhdistetään luokaksi, jolla on yhteys tutkimustehtävään. Seuraavaksi aineisto abstrahoidaan eli käsitteellistetään. Valikoidun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 92.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi sinällään tukee fenomenologista otetta ja nostaa esiin haastateltavien kokemusta, jota sitten keskustelutetaan teorian kanssa. Kuitenkin jo aikaisemmin esiintunut haaste teemahaastattelun ja toisaalta itse opinnäytetyön välttämättömästä teoriaperustasta hämärtää aineistolähtöisen sisällönanalyyseihin fenomenologisuutta. Näissä tunnistetuissa ja tunnistetuissa fenomenologian ja teemahaastattelun asettamissa rajoissa analyysi pyritään kuitenkin toteuttamaan niin aineistolähtöisesti ja fenomenologisesti kuin se on tämän opinnäytetyön puitteissa mahdollista. Haastateltavilla on ollut tilaa liikkua ja ohjata teemahaastattelun etenemistä, eikä haastateluilla ole ollut tarkkaa strukturoitua runkoa, vaan teemojen välillä on liikuttu vapaasti, ainoastaan haastattelun aloitus on ollut kaikissa haastatteluissa samanlainen, ja jokainen haastateltava on ymmärtänyt ja kuvannut teemoja omalla tavallaan.

Taulukossa 1 on esimerkinomaisesti malli alkuperäisilmaisujen ryhmittelystä isomiksi kokonaisuuksiksi. Taulukossa 1 kuvataan, minkälaisista alkuperäisilmaisuksista esimerkiksi koostui kokonaisuus turvallinen tukiverkko.

Taulukko 1. Esimerkki alkuperäisilmaisujen ryhmittelystä

Turvallinen tukiverkko
Mulla ainakin yksi sellainen iso on sellainen niinku turvallinen tukiverkko...
...terveys ja että on niin kun luotettavia ihmisiä ympärillä.
Kenen kanssa mulla on aidosti hyvä olla ja sellainen hyvä fiilis koko ajan.

Taulukossa 2 on esimerkki alkuperäisilmaisujen pelkistämisestä ja pelkistettyjen ilmaisujen ryhmittelystä ala- ja yläluokkiin. Taulukko 2 esittelee yläluokan ihmissuhteet muodostumista alaluokan tärkeitä ihmisiä elämässä kautta.

Taulukko 2. Esimerkki alkuperäisilmaisujen pelkistämisestä ja luokittelusta

Eli sulla on niin kun tota kaverisuhteet... Perheeseen on suhteet... että ei olisi yksin kun kun niinku siis niinku.	Sulla on ihmissuhteita.	Tärkeitä ihmisiä elämässä	Ihmissuhteet
Mulla on tärkeitä ihmisiä ja eläimiä mun ympärillä ja	Ympärillä on tärkeitä ihmisiä.		

Taulukoiden 1 ja 2 avulla pyrin avaamaan seuraavassa luvussa koostamieni tuloslukujen kokonaisuuksien syntymistä haastattelusta poimittujen alkuperäisilmaisujen ryhmittelyn, pelkistämisen ja luokittelun kautta.

## 4 TULOKSET

### 4.1 Hyvä elämä

Keskusteltaessa hyvästä elämästä melkein kaikki haastateltavat kuvasivat jollakin tavalla tarpeiden täyttymistä. Maslow'n tarvehierarkiassa (Celestine 2017

mukaan) nostetaan esiin ajatus siitä, että ihmisen perustarpeet ovat kaikille samanlaiset ja ne esiintyvät ihmiselämässä hierarkkisessa järjestyksessä, jossa alemman tason tarpeiden toteutuminen mahdollistaa siirtymisen seuraavalle tasolle ja sen toteuttamisen. Tarpeiden esiintymistä hierarkiassa on sittemmin kyseenalaistettu, mutta itse perustarpeiden olemassaolo on tunnustettu. (Celestine 2017.) Puhuttaessa hyvästä elämästä nuoret nostivat esiin tarpeiden täyttymisen, ihmissuhteet ja omaan elämään vaikuttamisen mahdollisuudet.

### *Tarpeiden täytyminen*

Tarpeita, joita nuoret haastatteluisissa mainitsivat, olivat terveys, suoja, ravitsemus, liikunta, uni ja varallisuus. Listauksessa esiintyy tarpeita, jotka esiintyvät myös Maslowin tarvehierarkiassa. Allardt (1976, 39–40) on esittänyt, että elintaso (having) vaikuttaa ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin muodostumiseen. Ihmisellä on mahdollisuus voida hyvin, kun saatavilla on sellaisia elämälle välttämättömiä hyödykkeitä, kuten ruoka, juoma ja suoja. Niiden hankkimiseen tarvitaan riittävästi resursseja. (Allardt 1976, 39–40.)

Terveys liitettiin nuorten sanoituksessa mahdollisuuteen tehdä asioita, toimia.

Se että mulla on terveyttä tehdä asioita.

Terveiden lisäksi mielenterveys mainittiin erikseen. Nykyajan nuoret ovat kenties osaavampia, avoimempia ja valmiimpia puhumaan asioista ja valmiimpia tunnistamaan ja tunnustamaan terveyden eri osa-alueiden merkityksen kokonaisuudessa verrattuna aikaisempiin sukupolviin.

Mut ehkä myös se että sulla on niinku mielenterveyden kanssa kaikki kunnossa- -

Nuoret viittasivat haastattelussa terveydestä puhuttaessa fyysiseen terveyteen ja kykyyn toimia sekä psyykkiseen terveyteen. Fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn säilyttäminen oli nuorille tärkeää. Toimintakyky tarkoitti haastatteluisissa kykyä tehdä itselle tärkeitä asioita. Myös Terveiden ja hyvinvoinnin lai-

toksen määrittelyssä toimintakyky merkitsee sitä, että ihminen pystyy selviytymään omassa arjessaan fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti (THL 2023). Allen ym. (2021, 7–8) ehdottivat tutkimuksessaan kuulumisen käsitteen yhtenäistämiseksi kuulumisen osatekijöitä, joista yksi oli kuulumisen kompetenssi. Kuulumisen kompetenssi koostuu kyvyistä ja taidoista, joita tarvitaan yhteyden muodostamiseen toisin ihmisiin. (Allen ym. 2021, 7–8.) Allenin ym. esitys vastaa ainakin joissakin määrin Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen toimintakyvyn määritelmän sosiaalisen ulottuvuuden kanssa. Molemmissa näkyvät elementtejä nuorten haastatteluissa kuvaamasta kyvystä toimia.

Suoja on yksi sekä Maslow'n (Celestine 2017) että Allardtin (1976, 39–40) esittämistä ihmisen perustarpeista. Suojaa kuvattiin eri tavoin haastatteluissa. Nuoret puhuivat omasta asunnosta ja kodista. Eräs nuorista puhui katosta pään päällä. Suojia saattoi olla myös monia ja niitä kuvattiin eri tavoin. Suojan moninainen kuvaus voi viitata myös nuoren suhteeseen kyseistä suojaa kohtaan. Joissakin tapauksissa kuvaus oli lämmin ja tunteellinen.

Äitin ja isän koti. ja sitten, ehkä mä lasken siihen myös mukaan kaikki tota mummat ja. Semmoiset paikat missä on viettänyt lapsuutta niinku tosi paljolti. Sellaiset lämpöiset kivat paikat.

Toinen nuori taas kuvasi suojaa kylmemmin.

Jos sanotaan, että joo mä lähden nyt himaan niin se on se hirvee kerrostalokämppä.

Ravitsemus, liikunta ja uni kulkivat monen nuoren sanoituksessa käsi kädessä. Voidaan olettaa, että pitkin nuorten opiskeluelämää esiopetuksesta peruskoulun kautta jatko-opintoihin ravinnon, liikunnan ja unen merkitystä hyvinvoinnille on toistettu, mikä saattaa selittää, miksi ne mainittiin usein yhdessä tai ainakin osittain yhdessä.

Että niinku just syö, nukkuu, liikkuu tarpeeksi.

On asiat niinku kunnossa, että sä saat tarpeeksi unta ja ruokaa ja.

Varallisuus ei suoranaisesti esiintynyt tarpeena haastatteluissa, vaikka se mainittiin. Lähes kaikki nuoret kyseenalaistivat rahan merkityksen hyvän elämän välttämättömänä edellytyksenä, mutta rahan merkitys yhteiskunnan arvona tunnustettiin.

No siis mä haluaisin ajatella että ei oo, mutta tää yhteiskunta vähän niinku pakottaa meidät ajattelemaan, että rahalla on merkitystä.

Raha ei kuitenkaan automaattisesti edusta nuorille hyvää ja positiivista, vaan saattaa kantaa mukanaan myös negatiivista merkitystä. Raha yhdistettiin työn tekemiseen, joka taas monen nuoren kuvauksessa hyvästä elämästä yhdistyi ajatukseen, että asioiden pitää olla tasapainossa. Myös muulle kuin työn tekemiselle ja rahan hankkimiselle pitää olla tilaa hyvässä elämässä.

Mä en koe, että ihmisten pitäisi elää sellaisessa oravanpyörässä, että ne käy vaan töissä päivästä toiseen ja maksaa elämisestä –

Mä en halua kituuttaa missään niinku töissä silleen koko elämää ja sit miettii kuolinvuoteella että oisipa mä tehnyt enemmän vaan mä haluan oikeasti tehdä enemmän.

Allardt (1976, 41) kyseenalaisti Maslow'n tarvehierarkian suoran toteutumisen elämässä ja esitti, että myös huonosti materiaalisesti toimeentulevat (hyvinvoivat) saattoivat tavoitella hierarkiassa ylempänä olevien tarpeiden tyydyttymistä. Haastatellut nuoret eivät kantaneet huolta materiaalisesta toimeentulosta ja rahan haalimisesta, vaan tärkeämmäksi nousi se, että pystyy elämään omannäköistään elämää ja tekemään itselle merkityksellisiä asioita. Materian ja rahan merkitys oli vain mahdollistaa pakollisten elämän edellytysten toteutuminen.

### *Ihmissuhteet*

Ihmissuhteet ja toisten ihmisten tarve on kirjoitettu ihmisen perimään (Allen ym. 2021, 2). Ihmisellä on ihmissuhteita kaipaava luonne. Kuten Natorp totesi, ihminen tulee ihmiseksi vain inhimillisessä ympäristössä. Hyvään elämään kuuluu mahdollisuus määrittää omaa elämäänsä, osallisuus yhteisöissä ja yhdessä toisten ihmisten kanssa eläminen. (Nivala & Ryynänen 2019, 53–54.)

Ihmissuhteet ja omaan elämään vaikuttaminen korostuvat nuorten haastatteluissa Maslow'n tarvehierarkian alimmalla tasolla olevia perustarpeita, kuten ruoka, uni ja suoja, enemmän. Ihmissuhteissa oli nuorten mielestä tärkeää, että suhteet ympäröiviin ihmisiin olivat merkittäviä.

Mulla on tärkeitä ihmisiä ja eläimiä mun ympärillä ja- -

Nuorempana tosiaan riitti se, että sulla on paljon kavereita, mutta nykyään se vähän katsot että millaisia kavereita sulla on ja- -

Erityisesti yksi haastatelluista pohti sitä, että jokainen tarvitsee toisia ihmisiä ainakin jollain tavalla elämäänsä, vaikka saattaisi esittää, ettei tarvitse.

Ihminen hän tarvitsee niinku eri ihmisiä lähelle ja niinku moni voi sanoa niinkun niinku niin, että ei tarvitse, kuitenkin aina tarvitse. Edes vähäsen.

Ihmissuhteista puhuttaessa nuoret kuvasivat myös turvallista tukiverkkoa hyvän elämän elementtinä. Tarkastelimme haastatteluissa turvallisen tukiverkon koostumusta, muodostumista ja merkitystä. Nuoret kokivat merkittäväksi turvallisen ja luottamuksellisen suhteen itselle läheisiin ihmisiin. Tieto tukiverkon olemassaolosta yhdistettiin haastatteluissa helpotuksen tunteeseen siitä, että tukea on saatavilla niin arkisissa asioissa, kuten pukeutumisessa, mutta myös vaikeissa tilanteissa.

Tavallaan että sä tiedät että sulla on joku. Sitten kun sä tarvitset sitä.

- *-jos olisi vaikka joku että mun vesihana vuotaa tai mun lamppu ei toimi niin-* -

Tukiverkko ei nuorten puheissa koostunut keistä tahansa ihmisistä. Tukiverkossa olevat ihmiset koettiin sellaisina, jotka hyväksyvät haastatellun nuoren sellaisena kuin tämä on. Tukiverkon merkitys ei ollut haastatteluissa sen koossa, vaan pikemminkin laadussa.

- -sitten kun on saanut sen tavallaan turvallisen tukiverkoston, niin sitten se on ollut tosi sellainen. Vau kuuluuks tän oikeasti olla tällaista että mä saan oikeasti olla tällainen kun mä oon.

Että vaikka mulla on siis paljon niinku jotain ystäviä niin mä en lähde luokittelemaan niitä mun tukiverkoston, että niinku ne on ihan ne muutamat ihmiset.

Merkittäväksi tukiverkon ominaisuudeksi koettiin saman henkisyys ja jaettu kokemuspohja, jotka auttavat verkon ihmisiä ymmärtämään toisiaan ja samalla edelleen edistävät yksilön mahdollisuutta olla oma itsensä, kaikkine vikoineen ja heikkouksineen.

Siinä on sellainen yhteisymmärrys ilman mahdollista tuomitsemista ja sellaista.

Että sä et niinku esitä tota niin että mikä sä et tota ole, että sä pystyt näyttämään niin kun aina rohkeasti, että kuka sä niin kun tota olet ja mitkä sun suosikki niin kun asioita on ja mitä rajoja sulla niinku on itsenäsi etkä vaan oo ja hyväksy sellasta mikä ei susta ole ok.

Turvaverkossa on havaittavissa samankaltaisuus Tönniesin Gemeinschaftin kanssa. Gemeinschaft on Tönniesin mukaan lämmin ja sen sisällä on yhteistä ymmärrystä, solidaarisuutta ja yhdessä tekemistä ja toimimista. Erityisesti Tönnies erotti mielen Gemeinschaftin, joka perustuu ystävyydelle ja jaetulle ymmärrykselle, kiinnostukselle tai uskomuksille. (Nivala & Ryynänen 2019, 76; Harju 2020.)

Turvallisuuden ja luottamuksen muodostumista käsiteltiin myös erikseen joissakin haastatteluissa. Yuval-Davis (2006, 197) esitti, että kuuluminen on emotionaalisen siteen ja kotona olemisen tunteen lisäksi myös turvallisuutta ja turvassa olemisen tunnetta. Haastatteluissa nousi esiin, että turvallisuuden tunteen muodostumiseen vaadittiin yhteisiä, erikseen sovittuja tai äänettömässä yhteisymmärryksessä sovittuja sääntöjä ja rajoja, yhteisiä toimintatapoja. Rajojen ja sääntöjen lisäksi tarvittiin luottamusta toisiin ja siihen, että rajoista pidetään kiinni. Myös ryhmän tuki oli merkittävä turvallisuutta lisäävä tekijä.

Just olet tai sä koet että sä oot turvassa sen ihmisen kanssa. Kun sä luotat siihen. Niin sitten varmaan just toi tommoinen että on niinku ne tavallaan yhteiset rajat. Mitä ei välttämättä ees tarvi niinku kirjoittaa mihinkään että ne vaan saattaa muodostua siinä ajan kanssa.

Luottamuksen syntyminen edellyttää haastateltujen mukaan sitä, että tavalla tai toisella luottamus ansaitaan. Luottamuksen ansaitsemiseen saatetaan tarvita tekoja, olivat ne sitten isoja tai pieniä, kertaluontoisia tai kaavamaisen toistuvia. Luottamusta lisäsi myös pitkäkestoisen ja kestävän suhteen muodostuminen, suhteen joka ei katso aikaa eikä tilaa, vaan jatkuu olosuhteista huolimatta.

Jonkinlaisen teon tai asian, mikä todistaa sen, että tähän ihmiseen voi luottaa. Mä en itsekään ole ihan selvittänyt, että mikä se sellainen teko tai asia on. Mutta että joku semmoinen, millä sä tavallaan todistat sen että sä olet luottamuksen arvoinen.

Se on kanssa hyvä merkki siitä, että on jonkin näköinen luottamussuhde. Tai jonkin näköinen sellainen suhde. Siihen ihmiseen, että ollaan nähty viimeksi vuosi sitten, mutta kaikki menee edelleen yhtä hyvin ja normaalisti ja kaikki on niinku ihan kun oltais tunnettu koko ajan.

### *Omaan elämään vaikuttaminen*

Omaan elämään vaikuttaminen ja mahdollisuus tehdä omia valintoja ja luoda oman näköistään polkua elämässä oli nuorille tärkeää. Sekä Allardt (1976, 47) että Saikkonen ym. (2022, 355) tunnistavat mahdollisuuden vaikuttaa omaan elämäänsä tärkeänä hyvinvoinnin elementtinä. Fadjukoff ym. (2022, 1) esittivät, että kuuluminen ja hyväksytyksi tuleminen sellaisena kuin on, on ihmisen hyvinvoinnille ja toimintakyvylle keskeistä.

Nuorille rahan hankkiminen ei ole tärkeä osa hyvää elämää, vaan omien itsenäisten valintojen ja joustavien urapolkujen löytäminen sekä elämän tasapaino ja omien arvojen noudattaminen nousivat merkittäviksi tekijöiksi.

Mun mielestä hyvä elämä on sellainen elämä missä sä elät sellaista sun näköistä elämää--

Et sulla on tota niinku asiat tota tasapainossa... oma niinku oma tota niinku vapaa-aikaa on hyvässä niinku sellaisessa tasossa--

Mä en halua kituuttaa missään niinku töissä silleen koko elämää ja sit miettii kuolinvuoteella että oisipa mä tehnyt enemmän vaan mä haluan oikeasti tehdä enemmän.

Haastatteluiden perusteella turvallisuus ja luottamuksellisuus sekä pitkäkestoiset ihmissuhteet ja oman verkoston tuki ovat nuorille merkittäviä hyvän elämän elementtejä. Vaikka terveydestä, ruoasta, unesta ja liikunnasta sekä suojasta puhuttiin, ne esiintyivät nuorten puheissa normaaleina, itseään toteuttavina, luonnollisina osina elämää. Terveys saattoi näkyä esimerkiksi vaatimuksena sille, että on riittävä toimintakyky omannäköisen elämän elämiselle. Suomen kaltainen hyvinvointiyhteiskunta ja hyödykkeiden riittävyys saattaa olla nuorille itsestäänselvyys.

Haastatteluissa esiin nousseissa hyvän elämän elementeissä näkyy selvästi ristiriita rahaa ja maallista arvostavan vanhahtavan kulttuurin ja nuorten arjessa esiintyvän itsen toteuttamisen, sosiaalisten suhteiden merkittävyyden sekä työ- ja vapaa-ajan tasapainottamisen kanssa. Nykyajan nuoret eivät enää ole niin valmiita toimimaan rahan pyörittämässä yhteiskunnassa, vaikka raha onkin pakollista joidenkin hyvän elämän peruselementtien toteuttamiseksi. Rahaa tarvitaan kuitenkin vain sen verran, että oman näköinen elämä voi toteutua. Rahan ja varallisuuden haaliminen ei ainakaan haastatteluaineiston perusteella ole nuorille merkittävää.

Yhteiskunnan orientaatio tuottaa hyvin koulutettuja ja tuotteliaita kansalaisia ylläpitämään hyvinvointiyhteiskuntaa on ristiriidassa sen kanssa, miten nuoret kokevat oman tulevan elämänsä. Samalla myös esimerkiksi nuorisotyön orientaatiota aktiivisen kansalaisuuden herättämiseksi ja aktiivisen kansalaisuuden taitojen oppimisen tukemiseksi täytyy tarkastella uudelleen. Nuorille merkittävien verkostojen tunnistaminen ja nuoren toiminnan tukeminen hänen omissa verkostoissaan tukee nuorten kasvamista aktiiviseen kansalaisuuteen ja yhteiskuntaan kuulumisen tunteeseen ehkä paremmin kuin ajattelun kohdistaminen suoraan yhteiskuntaan.

## **4.2 Yhteisöt ja yhteisöissä toimiminen**

Haastatteluissa nuoria kannustettiin nostamaan esiin omia verkostojaan, ryhmiä, joissa haastateltavat kokivat olevansa osana. Moni nuori nosti esiin oman tukiverkostonsa, jota on käsitelty edellisessä luvussa. Tukiverkoston lisäksi nykyinen kouluyhteisö oli nuorille tärkeä ryhmä, johon kuulua. Kouluyhteisön, oman luokan tai samaa alaa opiskelevien nuorien lisäksi yksi nuori mainitsi

kuuluvansa esimerkiksi sateenkaarivähemmistöön. Muuten keskeinen ryhmä kaikille nuorille oli kaveriporukka tai muunlainen vapaa-ajan yhteisö.

Esimerkiksi Allardt (1976, 43–44) esittää, että ihmisillä on luonnostaan tarve olla osana sosiaalisissa suhteissa. Sosiaalisissa suhteissa osoitetaan kiintymystä ja välittämistä. Elämään tarvitaan rakkautta ja hellyyttä, joka on vastavuoroista. (Allardt 1976, 43–44.) Yuval-Davis (2006, 197) tunnistaa emotionaalisten siteiden merkityksen kuulumisen, toisin sanoen osana olemisen, kokemuksen syntymisessä.

### *Kouluyhteisö*

Kouluyhteisöstä nuorilla oli ristiriitaisia kokemuksia. Toisaalta kokemukset erityisesti peruskoulussa olivat negatiivisia ja jatko-opinnoissa kokemukset olivat mielekkäämpiä. Peruskoulua ja nuoruuden asuinyhteisöä yleisestikin kuvattiin erilaisuutta vieroksuvaksi ja sulkeutuneeksi. Ylisukupolviset toimintamallit ja omakohtaista ajattelua rajoittavat yhteisön asettamat säännöt koettiin ahdistaviksi ja rajoittaviksi. Erilaisuuden ja moninaisuuden vieroksuminen teki nuorten integroitumisen peruskoulun ja asuinalueen yhteisöihin mahdottomaksi.

– kaikki mikä oli vähänkään massasta poikkeavaa niin se oli heti niinku sen kivityksen kohde et niinku kyllä se oli silleen haastavaa niinku yrittää sopeutua porukkaan kun ei niin kun ollut alun alkaenkaan mahdollisuuksia sopeutua siihen.

Haastateltujen moninaisen taustan myötä myös kiusaamisen kokemukset ovat olleet haastateltujen parissa yleisiä. Kiusaaminen on suuntautunut minään ja aiheuttanut kokemuksen siitä, että pitää olla koulussa erilainen kuin todellisuudessa onkaan, jotta sopii massaansa eikä tule kiusatuksi.

Omana tota ala- ja tota ylä tota tota asteella kun oli mulla yksi kaveri, niinku oli tota siis kenenkä kanssa tota pystyin olemaan niinku oman itseni. Muiden niin kun edessä kun oli se pelko niinku on niinku oli siinä että niinku niinku siis siis tuota niin et kiusataan koska mullakin niinku on. On toi. Tota niinku aika pitkä tausta niinku siitä niin mitä tota niinku että on kiusattu.

Kiusaaminen koulussa on vaikuttanut kokemukseen siitä, onko ollut osa yhteisöä vai ei.

On ne kiusaajat oli niin, että aina tunteen niinku että en mä kuulu ehkä tänne. Ehkä nää ihmiset ei ole sellaisia sellaisia että mä en ole siinä joukossa. Tule...olemaan niinku olemaan siinä joukossa.

Nivala ja Ryyänen (2019: 73,75) esittävät, että vaikka yhteisön mielikuva on pääsääntöisesti positiivinen, yhteisöllä voi olla myös yksilöä vahingoittava, negatiivinen, luonne. Yhteisö saattaa pakottaa yksilön taipumaan samankaltaisuuteen, yksilön itseys ja valinnan mahdollisuudet tukahdutetaan ja yksilö joutuu luopumaan omista tavoitteistaan ja toiveistaan (Nivala ja Ryyänen 2019: 73, 75.) Myös Allardt (1976, 43–44) tunnistaa yhteisyyden negatiivisen puolen ja esittää että yhteisyys pitää sisällään myös poissulkemisen ja eristäytymisen mahdollisuuden.

Myös haastatteluissa ulkopuolisuuden kokemus näyttää kantavan mukanaan itsen kyseenalaistamisen elementtiä sen lisäksi, että minä kyseenalaistetaan ulkopuolelta. Hyväksynnän puute aiheuttaa sen, että etsitään vikaa omasta itsestä sen sijaan, että tarkastellaan ympäröiviä arvoja suhteessa omiin arvoihin ja itselle tärkeisiin asioihin.

No joo. Tai kylmä sillee haluaisin niinku ehkä enemmän niinku näkyvyyttä mun taiteelle, mutta. Niin mä en koe olevani tarpeeksi hyvä siihen, joten – –

– –ja sitten on niinku miettinyt sitä tosi paljon silleen omalta kohdalta että mikä mussa on vialla, että kun kukaan ei halua olla mun kanssa tai kukaan ei halua tehdä mun kanssa mitään.

Ihmisen identiteetti vaikuttaa kuulumisen tunteeseen. Identiteetti voi olla oma tai toisten näkemys identiteetistä. (Yuval-Davis 2006, 199.) Kulmalan (2006, 58–59, 61) mukaan sosiaalinen identiteetti on tuotettu ulkoapäin, eikä omaa ja ulkoapäin annettua sosiaalista identiteettiä voi aina erottaa toisistaan. Haastattelujen perusteella vaikuttaa myös siltä, että joskus on vaikeaa tunnistaa, mikä on omaa identiteettiä ja mikä ulkoa annettua. Tämä johtaa oman identiteetin ja olemisen kyseenalaistamiseen, kuten haastateltavat ovat kuvanneet.

Peruskoulusta löytyy kuitenkin myös samankaltaisuutta. Samankaltaisuuden löytäminen koulussa tukee kokemusta siitä, että on osa kokonaisuutta. McMillan ja Chavis (Lampinen 2019, 22) määrittelevät yhteenkuuluvuuden tunteen

tunteeksi samankaltaisuudesta toisten kanssa. Yhteenkuuluvuuden tuntee-  
seen liittyy tunne siitä, että yksilö on osa systeemiä.

Peruskoulussa muodostetaan ystävyysuhteita, jotka kestävät aikaa. Voi jopa  
olla, että kaikki merkittävät ystävät ovat sellaisia, joihin on tutustuttu jo perus-  
koulun tai jopa esiopetuksen aikana.

Osa niistä on niinku ihan silleen ala asteelta on ollut mun kave-  
reita ja sitten. Osa on niinku tullut yläasteen aikana, mutta että  
kaikki on koulusta tullut ja.

Mä oon mun vanhimman ystävän tuntenut. Minkä ikäinen mä  
oon? Viistoista vuotta, ehkä. Viistoista, kuustoista. Eskarista asti.

Verrattuna peruskouluun, jatko-opintojen ja valinnan vapauden myötä myös  
koulusta instituutiona saattaa tulla innostava ja kuulumista vahvistava sekä  
toimimaan kannustava. Jatko-opintoihin valikoituu jo lähtökohtaisesti enem-  
män samankaltaisia ihmisiä, joilla on enemmän yhteistä.

Siellä on kaikki niinku tai kaikki on tosi samanhenkisiä ja meillä on  
kaikilla. Tavallaan samoja tavoitteita - -

Jotenkin kun sen porukan kanssa tulee vietettyä niin paljon aikaa.  
Ja se on jotenkin ehkä vielä enemmän sellaista yhdessä olemista  
kuin monilla muilla aloilla, niin sitten se tekee just ehkä semmoi-  
sen yhteisön siitä.

- -mutta jos kukaan muu jos on vaikka joku tehtävä mihin niinku  
tarvitaan joku niinku ottamaan ne ohjeet käsiin ja kukaan muu ei  
tee sitä, niin mä yleensä otan sen- -

### *Kaveriporukka*

Kaveriporukka toistui useasti keskusteltaessa ryhmistä, joita kokee olevansa  
osa. Kaveriporukoilla oli haastateltavien kuvauksissa pitkä yhteinen historia ja  
erilaisia yhdistäviä tekijöitä. Yhteistä kaveriporukoille olivat Tönniesin (Nivala  
& Ryyänen 2019, 76) Gemeinschaftissakin esiintyvät lämpimät suhteet, jotka  
olivat henkilökohtaisia ja itsessään arvokkaita.

Kaveriporukat saattoivat olla fyysisesti läsnä tai kokoontua verkon välityksellä. Yhdessä olemisen tavalla ei vaikuta haastatteluiden perusteella olevan merkitystä siihen, miten merkittäväksi porukan koki omassa elämässään. Yhdistävä tekijä saneli kuitenkin osittain sitä, millä tavalla ryhmä piti yhteyttä toisiinsa ja miten kokoontui. Kaveriporukoiden yhdessäolo saattoi liittyä yhteiseen jaettuun historiaan, tai kuten yhdessä tapauksessa, vahvasti yhteiseen kiinnostuksen kohteeseen. Useimmat kaveriporukat kuitenkin muodostuivat pikemmin ihmisten kuin itse tekemisen ympärille.

On siis tota pelit ainakin. Isoin syy niinku että se meillä niinku samoja tota niinku intohimo intohimoja- -

On vanhoja tuttuja ja sitten on vähän myöhempiä tuttuja, mutta. Tutustu tutustuttu toisiimme aina. Jonkun kautta, joka on siinä porukassa.

Yhteinen kokemustausta, historia ja jaetut luonteenpiirteet nousivat haastattelussa esiin kaveriporukoita yhdistävänä tekijänä ja niiden kautta muodostuva yhteinen ymmärrys ja vertaistuki muodostuivat haastateltavien kannalta jopa voimavaraksi.

Mä veikkaan että tolleen se on lähtenyt, että me ollaan löydetty tosi tosi samanlaisia kokemuksia luonteenpiirteitä toisistamme ja varmaan Ymmärretään siinä... mielessä tosi hyvin toisiamme, niin se on aika tärkeitä ja korvaamatonta ollut.

Myös paikka tunnistettiin osassa haastatteluista kaveriporukkaa yhdistäväksi tekijäksi.

Me ollaan kaikki kaupunkilaisia.

Me ollaan hulluja maalaisia.

Nivala ja Ryyänen (2019, 73–74, 80) kuvaavat koettua yhteisyyttä joko toiminnalliseksi tai symboliseksi, jolloin yhteisyys perustuu joko yhdessä olemiselle ja yhdessä toimimiselle tai jaetulle ymmärrykselle. Allenin ym. (2021, 2) mukaan kuulumisen voi olla tunne siitä, että on osa ympäröivää systeemiä, oli se sitten esimerkiksi koulu tai asuinalue tai paikallinen, kulttuurinen tai sosiaalinen yhteisö. Sekä yhteiskunnan rakenteet, että ihmisten vapaa-ajan toiminta

luovat mahdollisuuksia olla tekemisissä toisten ihmisten kanssa. Allenin ym. (2021, 8) mukaan on kuulumisen kannalta tärkeää, että on olemassa riittävät mahdollisuudet kuulua. Mahdollisuudet pitävät sisällään erilaisia elementtejä, kuten kohtaamispaikkoja ja aikaresurssia. (Allen ym. 2021, 8.) Tärkeää näyttää haastattelujen perusteella olevan hyväksytyksi tuleminen kokonaisuudessaan, sekä hyvine että huonoine puolineen. Kuten jo aikaisemmin on todettu, haastateltavat nostivat tärkeäksi hyvän elämän elementiksi ympärillä olevat tärkeät ihmiset. Hyväksynnän puute ja arvojen eriäminen ympäröivästä aiheuttavat ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden kokemuksia. Kun ympärillä on ihmisiä, elämä sujuu paremmin, kuten eräs haastateltava vähänvärikkäästikin kuvasi.

- -kun aamulla heräät, niin ei ole mikään sarvi otsassa heti. Tavallaan, että päivät sujuu hyvin. On kivaa, rentoa. Ja vaikka tulisi joku vastoinkäyminen niin se ei jää pyörimään ikuisiksi ajoiksi vaan sen saa purkaa.

Itselle merkittävien sosiaalisten suhteiden löytäminen oli haastatteluiden perusteella tärkeää. Usein kaikkein merkittävimmät suhteet olivat muodostuneet jo peruskoulun aikana tai jopa sitä ennen. Vaikka yhteinen kiinnostuksen kohde mainittiin, esimerkiksi pelaaminen, jo pelkästään yhdessä oleminen koettiin tärkeäksi. Yhdistäväksi tekijäksi vaikutti nousevan porukka, ryhmä sinälään, eikä yhteistä kiinnostuksen kohdetta niinkään kaivattu. Yhteisyys löytyi ihmisten ominaisuuksista, samankaltaisuudesta ja yhteydestä. Kaveriporukan kautta muodostui myös uusia suhteita toisiin samankaltaisiin ihmisiin. Ydinryhmä pysyi kuitenkin haastatteluiden mukaan pienenä, eikä siihen välttämättä edes kaivattu uusia ihmisiä, vaikka osalla haastateltavista olikin halu laajentaa omaa sosiaalista verkostoaan.

### **4.3 Olla osa, kuulua**

Haastatteluissa nousi esille kuulumisen kaipuu. Haastateltavat nuoret kuvasivat omakohtaisia kokemuksia yksinäisyydestä ja tahdosta olla osa jotakin joukkoa. Vaikka hyväksytyksi tuleminen omana itsenään tunnistettiin tärkeäksi, joissain tapauksissa halu olla osana joukkoa oli jopa niin vahva, että yksilö luopui omasta identiteetistään kuuluakseen joukkoon. Halu kuulua saattoi joutaa esimerkiksi päihteiden käyttämiseen, jotta kuulumisen kokemus syntyisi.

Osana kuulumista tunnistettiin myös toisista huolehtiminen. Myös muutoksen vaikutus kuulumiseen ja ryhmädynamiikkaan tunnistettiin haastatteluissa.

### *Yksinäisyys*

Yksinäisyydestä ja yksin jäämisestä tunnistettiin erilaisia elementtejä. Yksinäisyys saattoi näyttäytyä haastateltavien kannalta valintana. Haastateltavat kuvasivat tarvetta ottaa välillä omaa aikaa, olla yksin ja latautua ennen kuin olivat taas valmiita kohtaamaan ihmisiä.

Vaikka välillä tarvitsee sitä omaa aikaa ja niinku haluaa olla yksin-

-

- -silloin kun sä et jaksä nähä ihmisiin sä vaan lataat akkuja kotona.

Nivala ja Ryyänen (2019, 53) esittävät, että yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden on oltava tasapainossa, jossa molemmat tukevat toisiaan. Ihmisellä on siis myös tarve olla välillä yksin, jotta yhteisöllisyys voi taas toteutua, aivan kuten haastateltavatkin kuvasivat.

Joissakin tapauksissa haastateltavat kuvasivat tilannetta, jossa yksilön verkostossa tapahtui äkillisiä yksilöstä riippumattomia tai riippuvaisia muutoksia, joiden vuoksi jäätiin yksin tai koettiin yksinäisyyttä. Saattoi myös olla, että verkosto ja elämäntilanne olivat olleet niin kuluttavia, että yhteyden pito toisiin kontakteihin oli jäänyt ja aiheutti äkillisessä muutostilanteessa yksinäisyyttä. Ei ollut olemassa olevaa tukiverkkoa.

Huonojen parisuhteitten takia niinku siinä vaan jää yksin silleen sitten kun sä poistut siitä sun parisuhteesta niin sitä tajuaa monesti että mähän oon ihan yksin että.

Mut myös jätettiin toisesta kaveriporukasta pois päihdeongelman takia aikanaan.

- -kun ei osannut ylläpitää tai ei ollut voimia ylläpitää muihinkaan yhteyttä kun oli niin rankkaa muuten niin- -

Yhdessä haastattelussa nuori kuvasi tilannetta, jossa koki olevansa niin yksin, että oli valmis jopa aloittamaan päihteiden käytön vain kuuluakseen joukkoon.

Esimerkiksi silloin kun mä olin alaikäinen. Mä koitin sitä yksinäisyyttä poistaa sillä, että me ostettiin kaverin kanssa skotti puoliksi. Ja me humallumme jossain leikkipuistossa – –

Toisessa taas nuori kertoi lähteneensä eräästä kaveriporukasta sen takia, että porukan arvot olivat ristiriidassa hänen omien arvojensa kanssa. Hän oli valmis riskeeraamaan yksinäisyyden pystyäkseen noudattamaan omaa arvo maailmaansa. Toisissa tilanteissa yksinäisyyden tunne on niin musertava, että ollaan valmiita tinkimään omasta itsestä, jotta voisi kokea kuulumista, ja toisissa taas ollaan valmiita ottamaan vastaan yksinäisyys ja kaveriporukan hylkääminen, jotta voi olla oma itsensä.

– –että meillä oli just sellaisii kommuuni yhteisöjä tälläsii, mutta siellä oli sitten just tälläsii mikä ei ehkä sotii vähän mun arvoja...jotenkin piti niinku lähteä pois ja katkaista välit ja niinku luopua tietyistä ihmisistä.

Kouvo (2015, 70) esittää, että ihmisen sosiaalinen verkosto koostuu erilaisista ryhmistä, joille on ominaista säännöllinen vuorovaikutus, yhteenkuuluvuuden tunne ja jaetut arvot. Arvot ja asenteet määrittelevät ryhmän jäsenten toimintaa ja saattavat motivoida yhteenliittymien ja yhteisöjen muodostumista. (Kouvo 2015, 71). Kuitenkin sosiaalisten suhteiden ja kuulumisen dynaamisesta luonteesta johtuen arvot ja asenteet saattavat muuttua yhteisön sisällä tai yksilön identiteetissä. Saattaa syntyä tilanteita, joissa yksilön arvot ja asenteet ovatkin yhtäkkiä ristiriidassa yhteisön arvojen ja asenteiden kanssa. Kuten Allen ym. (2021, 2–3) totesivat, kuulumisen esiintyy muuttuvassa sosiaalisessa ympäristössä, jossa ympäröivät rakenteet muokkaavat yksilön käsitystä siitä, mikä on oikein ja väärin, yksilön arvoja ja asenteita. Nivala ja Ryyränen (2019, 75) esittävät, että tunne kuulumisesta saattaa muuttua yksilön valintojen ja tunteiden muutosten myötä, jolloin yhteisöistä tulee ajasta riippuvaisia, muuttuvia ja intensiivisiä.

*Halu kuulua*

Halu kuulua johonkin porukkaan kuului haastatteluissa. Kuten jo aikaisemmin on esitetty, halu kuulua on ihmiselle luontainen, biologiasta ja perimästä lähtevä tarve ja tunnistetaan monissa eri teorioissa. Allen ym. (2021, 10) kuvaavat halua kuulua puhumalla kuulumisen motivaatiosta. Kuulumisen motivaatio tarkoittaa ihmisen perustavanlaatuaista tarvetta kuulua, tulla hyväksytyksi ja etsiä sosiaalista vuorovaikutusta ja yhteyttä. (Allen ym. 2021, 10.)

Joissakin tapauksissa halu kuulua ylitti tarpeen olla oma itsensä. Useimmissa haastatteluissa kuitenkin kävi ilmi, että halu kuulua oli kyllä olemassa, mutta sitä määritteli kokemus itsestä ja omista arvoista, joista ei oltu valmiita luopumaan. Eräs nuori pohti asiaa suhteessa kiusaamiseen ja kiusaajaporukkaan.

Mukana tota mukana. En siis kiusaisi en totta kai. On se vaan niinku et sä kuullut siihen...Oma joukko, oma kaverihenki ainakin. Tota aina halusin ja hain.

Osana olemista kuvattiin kuvaamalla toisista huolehtimista, toisten huomioimista, kohtaamista, toiminnan tunnustamista, sanoittamista ja tekoja, arvostusta ja hyväksyntää kuvaamalla. Allardt (1976, 43–44) esittää, että hyvinvointien ihmisten väliset sosiaaliset suhteet ovat vuorovaikutuksellisia ja niissä ilmaistaan rakkautta ja huolenpitoa.

Merkitykselliset ja vuorovaikutukselliset suhteet toisiin syntyivät haastatteluissa pienistä asioista, kuten tervehtimisestä ja kuulumisten kysymisestä, kuuntelusta ja läsnäolosta.

- -et tota niinku se että aina moikataan. Kysytään asioita ja myöskin niin kun apua ja. Ja tällästä erilaista asiaa missä olet tota niinku mukana.

Just sillä aidoll kuuntelemisella ja sillä et niinku. On läsnä.

Osana olemisen kokemusta vahvisti se, että toisista huolehdittiin ja tilanteesta huolimatta toisia myös huomioitiin. Osalla haastatelluista oli kokemus siitä, että erilaisissa elämän tilanteissa olevia pyrittiin kannustamaan mukaan ja

huomioimaan heidän omilla ehdoillaan. Jokainen ryhmän jäsen koettiin merkittäväksi.

– yksi on ollut vähän ehkä ulkopuolella tästä omien niinku elämäntilanteitten takia ja ollaan kuitenkin sitten aina niinku kysytty, et hei että jos sulla on aikaa tai jaksamista tai halua niin lähdetkö?

### *Toisista huolehtiminen*

Toisista huolehtiminen näkyi haastatteluissa esimerkiksi ryhmäläisten elämäntilanteen ja historian tuntemisena ja huomioimisena. Eräässä tapauksessa nuorella oli ollut aikaisemmin haasteita päihteiden kanssa ja nykyinen ryhmä huomioi tilannetta ja oli huolissaan nuoresta.

Koska kun ... ostaa vaapukka mehua niin. Tulee myöskin välillä uhkailuja, että ne kaadetaan viemäristä alas. Jos on liikaa.

Niemelä (2004, Harju 2004, 16 mukaan) erottaa aktiivisen kansalaisuuden ja demokraattisen kansalaisuuden toisistaan. Aktiivinen kansalaisuus on luonteeltaan yhteisöllistä ja demokraattinen kansalaisuus luonteeltaan yhteiskunnalliseen päätöksentekoon liittyvää. (Harju 2004, 16.) Kiinnostus yhteisiä asioita kohtaan, toisten ihmisten ja ihmisoikeuksien kunnioitus ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden hyväksyminen ovat aktiiviseen kansalaisuuteen liittyviä arvokysymyksiä (Harju 2004, 23). Nuorten ajatuksia toisesta välittämisestä ja huolehtimisesta voidaan tässä valossa tarkastella eräänlaisen aktiivisen kansalaisuuden muotona, jossa toimiminen kohdistuu yhteisöön ja yhteisön jäsenten hyvinvointi on merkittävä yhteinen hyvä, josta halutaan pitää huolta.

Yhteisön jäsenen merkityksen sanoittaminen ja pienet teot, kuten kahvilla käyminen, lisäsivät kuulumisen tunnetta samoin kuin mukaan pyytäminen.

Kutsumall mukaan. Joko porukalla tai sitten kahestaan. Tai ihan vaan, haluatko nähä?

Jos ihan hyvää hyvyttään. Tai just ihan erikseen, että lähdetääks käymään kahvilla.

Silleen, että sanotaan, että hei oot tärkeä. Että sekin niinku riittää.

### *Hyväksytyksi tuleminen*

Kuten jo aikaisemminkin (esim. Fadjukoff ym. 2022, 1; Allen ym. 2021, 10) on esitetty, hyväksyntä sellaisena kuin on, on merkittävässä osassa kuulumisen tunteen syntymisessä.

Että sut otetaan niin omana itsenäsi mukaan siihen niinku. Siihen yhteisöön ja ryhmään. Mistä ikinä kyse onkaan sillä hetkellä.

### *Ryhmän rakenne*

Ryhmän rakenteen eläminen ja sen vaikutus ryhmän keskeiseen toimintaa tunnistettiin myös haastatteluissa sekä ryhmän toimintaan että kuulumisen tunteeseen vaikuttavana tekijänä.

Silleen, että se porukka ei ehkä pyöri samalla tavalla. Jos siitä jäisi vaikka minä pois tai ihan sama kuka tahansa siitä jäis pois, niin ei se. Siinä muuttuisi kemiat niin paljon ja niinku siitä tulisi tosi erilaista siitä- -

Ryhmän jäsenten väliset merkitykselliset ja vuorovaikutukselliset suhteet, toisista välittäminen ja toisten kohtaaminen olivat haastatteluissa tärkeitä osana olemisen ja kuulumisen muodostumisen selittäviä tekijöitä. Samalla tavoin kokemukseen vaikutti se, saiko olla oma itsensä ja tuliko hyväksytyksi sellaisenaan. Kuitenkin yksinäisyyden kokemus ja kaipuu johonkin kuulumista kohtaan oli niin voimakas, että omasta itsestä ja suhteiden laadusta oltiin valmiita tinkimään kuulumisen kokemuksen kustannuksella. Tarve olla osana, kuulua, tulla hyväksytyksi, on niin voimakas, että se saattaa muokata yksilön minää, jotta kuulumisen tunne syntyisi. Parhaimmillaan ihminen kuitenkin löytää itselleen kunnioittavan, merkityksellisten suhteiden yhdistämisen ja erilaisuutta hyväksyvän ryhmän, jolla on yhteisiä mielenkiinnon kohteita ja jonka jäseniä yhdistää samankaltaisuus sekä luonteessa että arvomaailmassa.

## **5 POHDINTA**

### **5.1 Tutkimuksen keskeiset tulokset**

Haastattelut lähtivät liikkeelle kaikkien haastateltavien kanssa hyvästä elämästä. Hyvä elämä on moninainen ja yksilöstä riippuvainen aihe. Näin ollen

haastattelujen anti oli myös sisällöllisesti moninainen ja laaja, jopa laajempi kuin mitä osasin odottaa. Seuraavassa tarkastelen vielä aineistosta esiin nousseita teemoja tutkimuskysymyksittäin ja vedän näin yhteen tutkimuksen tuloksia. Kappaleiden yhteyteen olen vielä liittännyt aineiston analyysistä syntyneitä ala- ja yläluokkia kuvaavia taulukoita. Ala- ja yläluokat ovat ohjanneet edellisen tulosluvun rakentumista ja jäsentäneet alla olevaa pohdintaa.

Ensimmäinen tutkimuskysymys oli minkälaisista elementeistä nuoret kokevat hyvän elämän koostuvan. Taulukossa 3 on kuvattu aineistossa esiintyneiden hyvään elementtiin liittyvien elementtien alaluokat ja yläluokat. Hyvän elämän elementeistä yleisesti nuoret nostivat esiin tarpeiden täyttymisen, ihmissuhteet ja omaan elämään vaikuttamisen mahdollisuudet.

Taulukko 3 Hyvän elämän elementtejä

Alaluokka	Yläluokka
Tärkeitä ihmisiä elämässä	Ihmissuhteet
Terveys	Tarpeiden täyttyminen
Suoja	
Ravitsemus, liikunta ja uni	
Varallisuus	
Oman näköinen elämä	Elämään vaikuttamisen mahdollisuudet
Mielekäs tekeminen	
Elämän eri osa-alueet tasapainossa	

Eronen ym. (2022) ovat tutkineet alle 30-vuotiaiden nuorten aikuisten näkemyksiä hyvästä elämästä. Eronen ym. tutkimuksessa ihmissuhteet, kuten perhe ja ystävät, nousivat merkittäväksi hyvän elämän elementiksi. Itsensä toteuttaminen harrastamisen ja vapaa-ajanaktiviteettien muodossa olivat myös nuorille tärkeitä, samoin terveys ja hyvinvointi. Vasta näiden jälkeen tuli vauraus ja raha sekä työn tekeminen. (Eronen ym. 2022, 21.) Myös esimerkiksi Juntunen (2019, 51) tunnistaa väitöskirjassaan ystävien ja perheen merkityk-

sen nuorten hyvää elämää kuvaavana arvona samoin kuin harrastukset ja itsen toteuttamisen. Kuten taulukosta 3 voidaan nähdä, oman opinnäytetyön teemat vastaavat hyvin pitkälle Erosen ym. ja Juntusen löydöksiä.

Sosiaalisilla suhteilla on keskeinen merkitys nuorten kokemassa hyvässä elämässä. Samalla tavalla merkittävää on mahdollisuus toteuttaa itseään ja että nuorilla on mielekästä tekemistä. Nuorille ei ole niin merkittävää, onko heillä varallisuutta tai materiaa, kunhan he tulevat toimeen ja perustarpeet täyttyvät.

Toinen tutkimuskysymys oli, mihin lahtelaiset nuoret kokevat kuuluvansa. Taulukossa 4 kuvataan erilaisiin kuulumisen kohteisiin liittyvät alaluokat ja yläluokat. Yhteiskunnasta kumpuavat rakenteet eivät olleet nuorille niin merkittäviä kuulumisen kohteita kuin omasta itsestä kumpuavat rakenteet. Merkittävä kuulumisen kohdetta määrittävä tekijä oli turvallinen ja luottamuksellinen suhde itselle läheisiin ihmisiin. Kaikkein keskeisimmäksi kuulumisen kohteeksi nousikin kaveriporukka tai muu vapaa-ajanyhteisö. Nuoret käyttivät tässä yhteydessä myös tukiverkkoa kuvaamaan kaveriporukkaa syvempää kuulumisen tunnetta, sen mukanaan tuomaa lämmintä ja läheistä suhdetta tiiviiseen ryhmään. Tukiverkko oli osalle nuorista kaikkein merkittävin kuulumisen kohde. Kaikki nuoret eivät haastatteluissa erottaneet tukiverkkoa ja kaveriporukkaa toisistaan tai näillä kahdella oli hyvin vähän eroavaisuutta. Kuitenkin tukiverkko esiintyi samalla tavalla kuin kaveriporukkakin vapaa-ajalla ja vapaa-muotoisena yhteisönä, johon kuului kaikkein tärkeimpien, läheisimpien ystävien lisäksi usein perhe, ainakin jollain tavalla.

Taulukko 4 Erilaisia kuulumisen kohteita

Alaluokka	Yläluokka
Koulu yhteisö	Yhteiskunnasta kumpuavat rakenteet
Vapaa-ajan yhteisöt	Minästä kumpuavat rakenteet
Laadullisuus	Turvallinen ja luottamuksellinen suhde itselle tärkeisiin ihmisiin
On hyvä olla	
Tukiverkon olemassaolo	

Nuorisobarometrissa (Kivijärvi & Myllyniemi 2022) tutkittiin yhteenkuuluvuutta elämän arkisiin yhteisöihin, kuten perheeseen, ystäväpiiriin, koulu yhteisöön tai

esimerkiksi suomalaiseen yhteiskuntaan. Nuorisobarometrissa nuorten tärkein kuulumisen kohde ovat olleet perhe ja ystäväpiiri. Seuraavaksi korkeimmat keskiarvot ovat saaneet koulu yhteisö ja suomalainen yhteiskunta. (Kivijärvi & Myllyniemi 2022, 62–63.) Omassa opinnäytetyössäni nuoret kuvasivat kuulumista vastaavalla tavalla. Tärkein kuulumisen kohde oli omasta itsestä kumpuava kaveriporukka tai muu vapaa-ajan yhteisö, ja sitä seurasivat perhe sekä yhteiskunnan rakenteista kumpuava kouluyhteisö.

Kouluyhteisön kesken oli eroja haastatteluissa. Peruskouluyhteisö oli usealle haastateltavalle negatiivinen yhteisö, jossa esiintyi paljon kiusaamista ja haastateltavat kokivat, etteivät tulleet hyväksytyksi omina itsenään. Haastateltavat joutuivat jopa piilottelemaan todellista identiteettiään peruskoulussa, jotteivat tulisi kiusatuksi. Yhteiskuntaan kuulumista ei mainittu omassa tutkimuksessani ollenkaan, mutta mainintoja saivat myös ihmisryhmät, kuten sateenkaari-ihmiset, taiteelliset ihmiset ja koiraihmiset. Nuorisobarometrissa (Kivijärvi ja Myllyniemi 2022, 62–63) puhutaan myös nettiyhteisöistä kuulumisen kohteena. Omassa tutkimuksessani verkon merkitys mainittiin myös tärkeänä yhteydenpidon ja samankaltaisten ihmisten löytämisen välineenä.

Kolmantena tutkimuskysymyksenä oli, minkälaisia yhtymäkohtia nuorten hyvän elämän sanoituksista voidaan löytää kuulumiseen. Taulukossa 5 kuvataan yksinäisyyden tematiikkaa. Yksinäisyys liitettiin kuulumiseen melkein kaikkien nuorten haastatteluissa, mutta kuulumisen vastakkaisena teemana. Yksinäisyys ja eristyneisyys liitettiin haastatteluissa erityisesti peruskouluun ja nuoruuden asuinympäristöön ja tätä aikaa leimasi nuorten elämässä nimenomaan kuulumattomuuden tunne. Samalla yksinäisyyteen liittyi erilaisuuden kokemus ja kokemus siitä, ettei ole voinut olla oma itsensä. Nuorisobarometrissa (Kivijärvi & Myllyniemi 2022, 59) todetaan, että ikätoverisuhteilla on merkittävä yhteys yksinäisyyden kokemukseen. Epävarmuus ja turvattomuus ystävyssuhteissa johtivat todennäköisemmin yksinäisyyden kokemukseen. (Kivijärvi & Myllyniemi 2022, 59.) Erilaisuus ja hyväksynnän puute voidaan yhdistää epävarmuuteen ja turvattomuuteen samoin kuin arvomaailman erilaisuuteen. Toisaalta haastatteluissa yksinäisyydestä erotettiin yksin oleminen. Nuoret ilmaisivat tietoista halua ja tarvetta olla yksin ja palautua sosiaalisesta kuormasta. Nuoret kuvasivat haastatteluissa halua eristäytyä ja ladata sosiaalisia akkuja.

Taulukko 5 Yksinäisyys

Alaluokka	Yläluokka
Arvostuksen tavoittelu	Yhteisön arvot
Arvoristiriita	
Yksinäisyys tai eristäytyminen voimavarana	Yksin olemisen tarve
Halu olla yksin	
Yksin jääminen	Yksinäisyys
Yksinäisyyden tunne	

Halu kuulua esiintyi haastatteluissa selkeänä hyvän elämän elementtinä. Taulukossa 6 kuvataan erilaisia kuulumiseen haluun liittyviä haastatteluissa esiin nousseita teemoja. Kaikki nuoret kuvasivat tarvetta merkittäville sosiaalisille suhteille, joissa saa olla omana itsenään ja joissa hyväksytään sellaisena kuin kulloinkin on.

Taulukko 6 Halu kuulua, olla osana merkittäviä sosiaalisia suhteita

Alaluokka	Yläluokka
Olla joku joukko mihin kuulua	Kuulumisen kaipuu
Jaettu kokemus ja ymmärrys	Merkitykselliset vuorovaikutteiset suhteet
Toisten huomioiminen	
Toisista huolehtiminen	
Kohtaaminen	
Toiminnan tunnustaminen	
Sanat ja teot	
Arvostuksen tunne	
Hyväksyntä	
Paikasta riippumattomuus	
Ryhmän rakenteen muutos	

Wilczyńska ym. (2015, 11) löysivät tutkimuksessaan yhteyden kuulumisen tunteen ja elämäntyytyväisyyden sekä selviytymiskyvyn välillä. Samoin he totesivat tutkimuksessaan, että kuulumisen tarve on tärkeä motivaattori sosiaalisen tuen hankkimiselle. Perustavanlaatuinen tarve kuulua ajaa myös nuoria etsimään itselleen merkityksellisiä sosiaalisia suhteita, ryhmiä ja yhteisöjä, joissa olla osana, joihin kuulua. Samalla haastatteluissa nuoret tunnistivat

kuulumisen tunteen ja kuulumisen tarpeen dynaamisen, alati muuttuvan, luonteen.

Tulosten perusteella sosiaalisilla suhteilla oli merkittävä rooli nuorten hyvän elämän sanoituksissa. Tärkein kuulumisen kohde oli kaveriporukka tai muu vapaa-ajan yhteisö ja kuulumista yhteiskuntaa ei sanoitettu haastatteluissa. Yksinäisyys yhdistyi kuulumiseen sen vastakkaisena teemana. Kuitenkin jokaisella nuorella huolimatta omasta elämäntilanteesta, ominaisuuksista tai muista identiteettiä määrittävistä tekijöistä, oli halu kuulua. Tässä valossa nuorisotilatoimintaa ei voida tarkastella pelkästään vaikuttamisen mahdollisuuksien luomisen näkökulmasta nuorten yhteiskunnallista kuulumista ja yhteiskuntaan kiinnittymistä tukevana toimintana. Nuorisotilatoiminnan tärkeimmäksi tehtäväksi voitaisiinkin tulosten perusteella nostaa ihmissuhteiden luominen ja kuulumisen tunteen vahvistaminen, jolloin saattaa syntyä motivaatio toimia aktiivisesti omassa lähiyhteisössä ja myöhemmin yhteiskunnassa.

## **5.2 Yksilöllisyys vaikuttaa nykyajan yhteisöllisyyteen**

Saastamoinen (2011, 62) esittää, että yksilöllistymisellä tarkoitetaan perinteisten konkreettisten ja symbolisten yhteisösuhteiden heikentymistä. Yksilö ei enää tarkastele itseään suhteessa yhteisöön vaan oman elämäntarinansa, tunteidensa ja mielipiteidensä kautta. Durkheim (Saastamoinen, 2011, 66) mukaan) esitti yksilöllistymisen liittyvän perinteisen yhteiskuntamuodon muutokseen kohti modernia teollista yhteiskuntaa. Perinteisessä yhteiskunnassa elettiin yhteisöissä, joissa kaikki osallistuivat yhteisön toimeentulon ja hyvinvoinnin varmistamiseen keräämällä ruokaa ja hoitamalla muita yhteisön toimintaan liittyviä tehtäviä. Yhteisön selviytyminen oli etusijalla. Modernissa yhteiskunnassa työ ja toiminta alkoivat eriytyä ja erikoistuminen johti ihmisten sijoittumiseen yhteisöön eri tehtävissä, jotka ovat kuitenkin kokonaisuuden kannalta merkittäviä. (Saastamoinen 2011, 66.)

Yhteiskunnan yksilöllistyminen sekä normien ja merkitysten katoaminen on nykyajassa rakenteellista. Ihmisten pitää pystyä sopeutumaan nopeasti muuttuviin toimintatapoihin ja ajatusmalleihin sekä pystyttävä tarvittaessa uudestaan kouluttautumaan, jotta voisivat työllistyä muuttuvassa työelämässä. So-

peutuminen on yhä enemmän riippuvainen yksilöstä ja yksilön kompetensseista. Yhteiskunta ja yhteisö eivät huolehdi yksilön kyvystä sopeutua. (Saastamoinen 2011, 70.) Myös ihmissuhteet ovat muutoksessa yksilöllistyvässä yhteiskunnassa. Parisuhteeseen ladataan paljon odotuksia ja ystävyysuhteet ovat syrjäyttäneet yhteisöllisyyden sosiaalisten suhteiden, huolenpidon ja identiteetin muodostumisen pohjana. (Saastamoinen 2011, 84–86.)

Yhteiskunnan yksilöllistymisen myötä myös ihmisten tapa katsella maailmaa on siis muuttunut itsekeskeisemmäksi. Yhteisön hyväksi tehtävä pyyteetön työ ei ole enää itsestänselvyys, vaan yksilö rakentaa omaa elämänsä ja tekee yksilöllisiä valintoja ja etsii yksilöllisiä tapoja toimia yhteiskunnassa omien arvojen ja asenteidensa perusteella.

Opinnäytetyöni aineistosta voidaan myös tunnistaa yksilökeskeisiä elementtejä. Nuoret kuvaavat haastatteluissa rahan merkityksen vähenemistä. Haastatteluissa nostettiin myös esille se, että nuoret eivät näe itseään enää tekemässä pitkiä työuria, vaan työn tekemisen tarkoitus on varmistaa sopiva toimeentulo. Nuoret eivät ole valmiita venymään ja toimimaan omassa arjessaan työelämän ehdoilla, vaan oma vapaa-aika ja mahdollisuus toteuttaa itseään ovat nuorille merkittävämpiä. Raha ja materia eivät tuo nuorille onnea, vaan onni on läheisissä ihmisissä, tekemisessä ja kokemisessa. Nuoret etsivät yksilöllisiä polkuja koulutuksessa ja työelämässä ja perinteiset suoraviivaiset koulutus ja työllistymispolut eivät enää toteudu. Nuoret ovat tietoisia omista oikeuksistaan, mutta yhteiskunnan velvollisuudet eivät enää kosketa heitä yhtä vahvasti kuin aikaisempia sukupolvia.

Myös yksilöllistymisen näkökulma tukee ajatusta siitä, että nuorisotilatoiminnan pitäisi suuntautua suhteiden luomiseen ja yhdessä olemisen ja elämisen taitojen harjoitteluun ja vasta sen jälkeen omassa yhteisössä vaikuttamiseen ja aktiiviseen toimijuuteen. Nuorten kiinnostus ympäröivää yhteisöä ja siinä toimimista kohtaan ei välttämättä ulotu ystäväpiiriä kauemmas. Ystävyysuhteiden kautta yksilöllistyvässä yhteiskunnassa voidaan alkaa uudelleen rakentamaan yhteisöllisyyttä ja herättää ajatuksia lähiyhteisön merkityksestä ja toimijuuden tärkeydestä lähiyhteisössä.

### 5.3 Tutkimusprosessin arviointi ja jatkotutkimuksen tarve

Opinnäytetyöni aihe on ajankohtainen ja lähestymistapa pyrkii nostamaan nuorten näkemyksiä ja sanoituksia aiheesta esille. Kuulumisen terminologisen haastavuuden takia hyvä elämä teemahaastattelun lähtökohtana on mielestäni perusteltu ja sitä käytetään myös muussa tutkimuksessa aihetta lähestyttäessä. Nuoret ovat osallistuneet tutkimukseen vapaaehtoisesti ja teemahaastattelu on toteutettu noudattaen tutkimuseettistä perinnettä. Nuorisotilan valinta haastatteluiden järjestämispaikaksi on perusteltu haastatteluiden onnistumisen kannalta. Opinnäytetyöni tulokset näkyvät myös muiden tutkimusten tuloksissa, mikä tarkoittaa, että tulokset ovat luotettavia, vaikka hyvä elämä onkin hyvin subjektiivinen kokemus.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessi on mieltä avaava matka osallisuudesta kuulumiseen ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Lähdin tekemään työtä ajatuksella, että haluan kehittää nuorisotilalla tapahtuvaa osallisuustoimintaa ja uskon saavuttaneeni tavoitteeni. Tämä opinnäytetyön perusteella voidaan sanoa, että ihmisten väliset suhteet, vuorovaikutuksessa tarvittavien taitojen, kuten tunne-, vuorovaikutus- ja sosiaalisten taitojen sekä yhteisöllisyyden ja yhteisen hyvän tekemisen edistäminen sekä minäkuvan, itsetunnon ja pystyvyyden vahvistaminen ovat tärkeitä osallisuustoiminnan muotoja.

Nuorten kuulumisen kompetenssin kasvattaminen ja nuorten omien sosiaalisten verkostojen huomioiminen ja toimijuuden vahvistaminen sekä nuoren omissa verkostoissa, nuorisotilatoiminnassa ja pikkuhiljaa myös asuinalueella ja yleisemmin yhteiskunnassa ovat tärkeitä tavoitteita. Kuitenkin kaikki pohjaa nuoren vapaaehtoisuuteen ja haluun toimia. Kuulumisen kompetenssin vahvistuminen ja yhteiskunnallisen toimijuuden kehittyminen on matka, joka vaatii aikaa ja mahdollisuuksia, kannustusta ja taitojen harjoittelemista. Muutos ei tapahdu käden käänteessä, mutta paljon edellä mainituista elementeistä on jo käytössä nuorisotilatoiminnassa.

Tutkimuksen tekeminen on ollut valtava oppimiskokemus. Vaikka tämä opinnäytetyö on ensimmäinen varsinainen tutkimukseni, työ on mielestäni toteutettu huolellisesti ja pysyen mahdollisimman uskollisena tutkimusotteelle ja tut-

kimuksen tekemisen eettisille periaatteille. Tutkimuksen tulokset ovat mielestäni luotettavia. Tutkimuksen tuloksista on löydettävissä yhteneväisyyksiä muuhun aiheesta tehtyyn tutkimukseen. Tutkimuksen tekemisessä on kiinnitetty erityistä huomiota fenomenologian toteutumiseen varmistamalla, että tutkimusta ohjaava ennakkotieto ei ole tutkimustilanteessa ohjannut tutkimuksen tekemistä, vaan nuorten sanoitus ja ajatukset ovat olleet keskiössä. Tutkimukseen on pyydetty lupa kaikilta tutkimukseen osallistuneilta nuorilta ja tutkimuksessa käytetty aineisto on anonyymi eikä nuoria voida tunnistaa aineistosta.

Jatkotutkimusta ajatellen olisi erittäin mielenkiintoista tarttua kuulumisen kokemukseen määrällisesti. Määrällinen kuulumisen tutkimus esimerkiksi Lahdessa asuvien nuorten keskuudessa valottaisi varmasti mielenkiintoisella tavalla monia tämän päivän ilmiöitä, kuten jengiytymistä ja nuorten yksinäisyyden kokemusten taustoja sekä väkivaltaisuuden ja rikollisuuden lisääntymistä.

## LÄHTEET

Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Allen, K.-A., Kern, M., Rozek, C., McInerney, D. & Slavich, M. 2021. Belonging: A Review of conceptual issues, an interactive framework and directions for future research. *Australian Journal of Psychology* 1, 87–102. Verkkolehti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1883409> [viitattu 2.6.2023].

Celestine, N. 2017. Abraham Maslow, his theory & contribution to psychology. Positive psychology. WWW-dokumentti. Päivitetty 29.9.2017. Saatavissa: <https://positivepsychology.com/abraham-maslow/#needs-abraham-maslow> [viitattu 3.8.2023].

Čeginskas, V. 2015. Exploring multicultural belonging. Individuals across cultures, languages and places. Turun yliopisto. Humanistinen tiedekunta. Väitöskirja. Turun yliopiston julkaisuja sarja B osa 411. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://www.utupub.fi/handle/10024/118717> [viitattu 2.6.2023].

Erola, J. & Moisio, P. 2015 Sosiaalinen eriarvoisuus ja yhteiskuntaluokat. Teoksessa: Erola, J & Räsänen, P. (toim.) 2015. Johdatus sosiologian perusteisiin. Helsinki: Gaudeamus.

Eronen, E., Niskanen, V., Veijalainen, R. & Simonen, J. 2022. Sä teet tän elämän itelles. Alle 30-vuotiaiden nuorten näkemyksiä hyvästä elämästä. Nuorten hyvä elämä – tutkimushanke. E2 Tutkimus. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.e2.fi/media/julkaisut-ja-alustukset/sukupolvien-huolet-ja-voimat/nuorten-hyva-elama/raportti-nuorten-hyva-elama-hanke-e2-tutkimus-isbn.pdf> [viitattu 4.11.2023].

Fadjukoff, P., Kainulainen, S., Pirhonen, J., Saaranen, T., Valokivi, H. & Vauhkonen, A. (2022) Sosiaalinen hyvinvointi turvaa terveyttä. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti* 3, 327–335. Saatavissa: <https://doi.org/10.23990/sa.111453> [viitattu 8.2.2023].

Harju, A. 2004. Aktiivisten kansalaisten Suomi. Keskustelunavaus järjestöllisen koulutuksen tehostamisesta. Oikeuministeriö. Julkaisu 2004:11. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:952-466-035-0> [viitattu 18.11.2023].

Harju, A. 2020. Yhteisö ja yhteiskunta – Gemeinschaft ja Gesellschaft. Kansalaisyhteiskunta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://kansalaisyhteiskunta.fi/tietopankki/yhteiso-ja-yhteiskunta-gemeinschaft-ja-gesellschaft/> [viitattu 8.2.2023].

Harsh, S. 2011. Purposeful sampling in qualitative research synthesis. *Qualitative Research Journal* 2, 63-75. <https://doi.org/10.3316/QRJ1102063> [viitattu 4.6.2023].

- Hirsjärvi, S. ja Hurme, H. 2022. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/Record/kaakkuri.229077?sid=3174099768> [viitattu 7.10.2023].
- Juntunen, A. E. 2019. Minä uskon hyvään elämään. Nuorten elämäntilanteen rakentava toimijuus. Helsingin yliopisto. Teologinen tiedekunta. Väitöskirja. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-4766-0> [viitattu 4.11.2023].
- Kivijärvi, A. ja Myllyniemi, S. 2022. Tilasto-osio. Teoksessa Kivijärvi, A. toim. 2022. Läpi kriisien. Nuorisobarometri 2022. Helsinki: Valtion nuorisoneuvosto. Julkaisuja 71. Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 243, 9–89. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2023/03/nuorisobarometri-2022-web.pdf> [viitattu 4.11.2023].
- Kulmala, A. 2006. Kerrottuja kokemuksia leimatusta identiteetistä ja toiseudesta. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Väitöskirja. Acta Electronica Universitatis Tamperensis 523. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://urn.fi/urn:isbn:951-44-6615-2> [viitattu 4.6.2023].
- Kouvo, A. 2015. Sosiaaliset verkostot. Teoksessa Erola, J & Räsänen, P. toim. 2015. Johdatus sosiologian perusteisiin. Helsinki: Gaudeamus, 221–242. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/Record/kaakkuri.225588?sid=3429073633> [viitattu 8.2.2023].
- Laine, T. 2018. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa: Valli, R. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Jyväskylä: PS-kustannus
- Lähdesmäki, T., Saresma, T., Hiltunen, K., Jäntti, S., Sääskilähti, N., Vallius, A., & Ahvenjärvi, K. 2016. Fluidity and flexibility of “belonging”: Uses of the concept in contemporary research. *Acta Sociologica Volume 3*, 233-247. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/0001699316633099> [viitattu 8.2.2023].
- Lahden kaupunki. 2022a. Sivistyslautakunta. Pöytäkirja. WWW-dokumentti. 2022. Päivitetty 31.5.2022. Saatavissa: <https://lahti-prod.oncloudos.com/koukus/2022492-10.PDF> [viitattu 6.10.2022].
- Lahden kaupunki. 2022b. Lahden lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2022–2025. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.lahti.fi/tiedostot/lahden-lasten-ja-nuorten-hyvinvointisuunnitelma/> [viitattu 6.10.2022].
- Lampinen, M.-S. 2019. Yhteisöllisyys sosiaali- ja terveystoimen esimiestyössä. Tampereen yliopisto. yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopiston väitöskirjat 109. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-1202-2> [viitattu 4.6.2023].
- Martela, F. 2022. Hyvinvoinnin mittaaminen edellyttää hyvinvoinnin teoriaa. Erika Allardt'n hyvinvoinnin ulottuvuudet päivitettyinä nykyaikaan. Yhteiskuntapolitiikka 5-6, 565–572. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022112366604> [viitattu 18.11.2023].

Nivala, E. & Ryyänen, S. 2019. Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Helsinki: Gaudeamus.

Nordbäck, A. 2017. Tönniesin Gemeinschaft yhteisönä: Tarkastelu sosiaalipedagogiikan yleisen ja erityisen tehtävän näkökulmasta. *Sosiaalipedagoginen Aikakauskirja* 18, 9–33. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.30675/sa.68938> [viitattu 9.2.2023].

Saastamoinen, M. 2011. Intensiivistyvä yksilöllistyminen ja sosiaalisuuden muuttuvat muodot. Teoksessa: Kangaspunta, S. toim. 2011. Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen. Tampere: Tampere University Press. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-8383-7> [viitattu 4.11.2023].

Saikkonen, P., Karvonen, S. & Kestilä, L. 2022. Monimuotoinen hyvinvointi ja muuttuva hyvinvointivaltio. teoksessa: Karvonen, S., Kestilä, L. & Saikkonen, P. (toim.) 2022. Suomalaisten hyvinvointi 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-996-2> [viitattu 4.6.2023].

THL. 2021a. Lasten ja nuorten hyvinvointi. Kouluterveyskysely. Tilastoraportti 30/2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143063/ktk\\_tilastoraportti2021\\_2021-09-09\\_kuviot\\_kuvana.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143063/ktk_tilastoraportti2021_2021-09-09_kuviot_kuvana.pdf?sequence=1&isAllowed=y) [viitattu 6.10.2022].

THL. 2021b. Mielenterveyden edistäminen. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 22.3.2021. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen> [viitattu 6.10.2022].

THL. 2022. Hyvinvointi. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 4.5.2022. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveys-erot/eriarvoisuus/hyvinvointi> [viitattu 4.6.2023].

THL. 2023. Mitä toimintakyky on. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 18.9.2023. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on> [viitattu 4.11.2023].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Uotinen, J. & Vaalavuo M. 2022. Hyvinvointi Euroopassa: käsitteet, mittarit ja jakautuminen. Teoksessa: Karvonen, S., Kestilä, L. & Saikkonen, P. (toim.) 2022. Suomalaisten hyvinvointi 2022. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-996-2> [viitattu 4.6.2023].

Vesa, S., Santalahti, V., Nieminen, V., Nikunlaakso, R., rauna, K., Niemi, M., Ketonen, E-L., Kouvonen, A., Lintula, L., Salo, P., Luukkainen, K., Salenius, M. & Oksanen, T. 2020. Sosiaalinen hyvinvointi ja sen tiedolla johtaminen. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoimikunta. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoimikunnan julkaisusarja 2020:52. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-037-0> [viitattu 4.6.2023].

Vilkkä, H. 2021. Tutki ja kehitä. 5. päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/Record/kaakkuri.227023?sid=2993076042> [viitattu 4.6.2023].

Wilczyńska, A., Januszek, M. & Bargiel-Matusiewicz, K. 2015. The Need of Belonging and Sense of Belonging versus Effectiveness of Coping. *Polish Psychological Bulletin* 1, 72–81. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://journals.pan.pl/dlibra/publication/114794/edition/99847/content> [viitattu 4.11.2023].

Yuval-Davis, N. 2006. Belonging and the politics of belonging. *Patterns of Prejudice* 3, 197–214. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://doi.org/10.1080/00313220600769331> [viitattu 8.2.2023].

## LIITTEET

## Liite 1. Teemat ja apukysymykset

**Hyvä elämä ja tyytyväisyys:**

Millainen on sinun mielestäsi hyvä elämä?

Mitkä asiat ovat elämässäsi hyvin?

Miten hyvin olevat asiat näkyvät elämässäsi?

Voisivatko jotkin asiat olla paremmin?

Miten ne asiat näkyvät elämässäsi?

Oletko tyytyväinen omaan elämääsi?

Miksi?

Millaiset asiat koet elämässäsi tärkeiksi?

Koetko tulevasi toimeen taloudellisesti?

**Kuulumisen kokemus ja osallisuus:**

Missä sinun on hyvä olla?

Mitä teet silloin?

Kenen kanssa?

Miksi?

Missä tekeminen, toimiminen, oleminen tapahtuu?

Koetko olevasi osa jotakin kokonaisuutta tai ryhmää?

Mikä teitä yhdistää?

Millainen suhde sinulla on perheeseen?

Työ/ koulukavereihin?

Koetko että sinulla on ystäviä? Yksittäisiä vai porukoita?

Missä olet tavannut ystäväsi?

Mikä teitä yhdistää?

Mitä teette yhdessä?

Millainen rooli sinulla on ystävyysuhteessa /porukassa?

Koetko olevasi tärkeä? Miten se ilmenee?

Koetko voivasi olla oma itsesi? Oletko sama kaikissa tilanteissa?

Voitko toteuttaa itseäsi?

Mitä tapahtuu, jos tarvitset apua jossain tai et osaa jotakin?

Oletko kokenut jääväsi ulkopuolelle?

Kerro lisää.

Oletko kokenut oloasi yksinäiseksi?

Miksi?

Koetko olevasi suomalainen? Lahtelainen? Eurooppalainen?

Mitä koet olevasi osa?

**Turvallisuus:**

Onko nyky maailma turvallinen? Miksi? Miten se vaikuttaa?

Koetko olosi turvalliseksi?

Mikä vaikuttaa turvallisuuden tunteeseen?

Uskaltaisitko kävellä yksin ulkona pimeässä?

Miksi?

**Koettu terveys, koettu hyvinvointi:**

Mistä osista ajattelet hyvinvoinnin koostuvan?

Mitä tarvitaan siihen että sinä voit hyvin?

Miten kuvailisit omaa terveydentilaasi?