

VARHAIN ELÄKKEELLE

Nuorten aikuisten kokemuksia eläköitymisestä

Vierimaa Hanna

Opinnäytetyö
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Sosiaalialan koulutusohjelma, monimuoto
Sosionomi AMK

2017

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi

Tekijä	Hanna Vierimaa	Vuosi	2017
Ohjaajat	Päivi Muranen ja Timo Marttala		
Työn nimi	Varhain eläkkeelle		
Sivu- ja liitesivumäärä	49 + 6		

Opinnäytetyöni tavoitteena on tuoda esille nuorten omia kokemuksia eläköitymisestä sekä sen vaikutuksista sosiaaliseen pääomaan, koettuun hyvinvointiin sekä tulevaisuudennäkymiin. Tutkimukseni on laadullinen tutkimus, jonka aineiston keräsin teemahaastatteluiden avulla. Haastattelin kolmea kuntoutustuella olevaa nuorta, jotka olivat olleet määräaikaisella eläkkeellä kahdesta viiteen vuotta. Aineistoni analyysimenetelmänä käytin sisällönanalyysejä sekä teemoittelua.

Nuorten eläköityminen puhututtaa yhteiskuntaamme tällä hetkellä kovasti ja sosiaalialan ammattilaisina tulemme melko varmasti kohtaamaan työkyvyttömyyseläkkeelle joutuvia nuoria. Nuorten omat kokemukset eläköitymisestä ovat tärkeitä. He voivat itse auttaa meitä ymmärtämään, millaisen polun he eläköityäkseen ovat kulkeneet ja kuinka me ammattilaisina voisimme palveluitamme kehittää. Toivon, että palvelumme voisivat tukea eläköityvää tai jo eläköitynyttä nuorta parhaalla mahdollisella tavalla.

Tutkimuksessani tuli vahvasti esiin eläköitymisen myötä koettu leimautuminen. Eläköityminen oli vaikuttanut laaja-alaisesti nuorten elämään. Kaverisuhteet ja harrastukset olivat vähentyneet sekä pysyvien parisuhteiden luominen tuntui nuorista haasteelliselta. Pienet tulot vaikuttivat myös negatiivisesti jo ennalta heikentyneisiin sosiaalisiin suhteisiin. Eläköitymisen koettiin vaikuttavan myös tulevaisuuden suunnitelmiin. Joitain asioita oli jäänyt eläköitymisen myötä tekemättä. Oma jaksaminen sekä henkisen tasapainon saavuttaminen mietityttivät nuori kovasti. Kuntoutuminen oli tärkeää, mutta itselle haluttiin myöskin antaa aikaa. Vaikka eläköityminen oli nuorten elämänlaatuun vaikuttanut aika paljonkin, koettiin se osakseen myöskin helpottavana asiana.

Avainsanat työkyvyttömyyseläke, mielenterveyden häiriöt, nuori aikuinen, sosiaalinen pääoma, elämänlaatu, tulevaisuus

Social Services, Health and Sports
Degree Programme in Social Services
Bachelor of Social Services

Author	Hanna Vierimaa	Year	2017
Supervisors	Päivi Muranen and Timo Marttala		
Subject of thesis	Early retirement		
Number of pages	49 + 6		

The main goal in my bachelor's thesis is to study how young people feel about their disability pension at young age. The other significant aim is to research how it affects their social capital, quality of life and how they see their future. My thesis is a qualitative study and I collected the material with semi-structured theme interviews. I interviewed three young people, who receive a disability pension due to a mental disorder. They have received disability pension from two to five years. I have analyzed the research material with content analysis and thematising.

Retirement of young people is an acute topic of discussion in our society at the time. It is pretty sure, that as bachelors of social services we are going to work with young people, who receive disability pension. The young people's own experiences of disability pension are important. They can help us to see, how long the road to disability pension is and how we professionals can develop the services. I hope that our services can support the young who are, or are going to be on a disability pension.

In my study I heard many times that the young felt to be stigmatized because of the pension. Retirement at young age has influence their lives extensively. Relationships with friends and hobbies have decreased after the pension. They also felt that permanent relationships were challenging to create. Small incomes also affected negatively their already weakened social relationships. Disability pension also influences the young people's future plans. Some things have not been done due to the retirement. The young think a lot of their own resources and mental balance. Rehabilitation was very important, but they also wanted to give time to themselves. Although retirement had influenced the youngs quality of life, they experience it also as a relief.

Key words disability pension, mental disorders, young adult, social capital, quality of life, future

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT JA TARKOITUS.....	7
2.1 Tutkimuksen tarkoitus	7
2.2 Opinnäytetyön merkitys sosiaalialalle	7
2.3 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset	8
2.4 Keskeisimmät käsitteet	9
3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	12
3.1 Opinnäytetyöprosessi	12
3.2 Laadullinen tutkimus	13
3.3 Puolistrukturoitu teemahaastattelu.....	14
3.4 Aineiston analyysi	16
3.5 Tutkimusetiikka	18
3.6 Tutkimuksen laatu ja luotettavuus.....	19
4 NUORET TYÖKYVYTTÖMYYSELÄKKEELLÄ.....	21
4.1 Nuorena eläköityminen Suomessa	21
4.2 Työkyvyttömyyseläke.....	22
4.3 Aikaisemmat tutkimukset	24
4.4 Hankkeet.....	27
5 NUORTEN KOKEMUKSIA ELÄKÖITYMISESTÄ	29
5.1 Haastatteluun osallistuneet nuoret.....	29
5.2 Sosiaalinen pääoma	29
5.3 Elämänlaatu.....	32
5.4 Tulevaisuudennäkymät	34
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	36
7 POHDINTA	42
LÄHTEET.....	46
LIITTEET	50

ALKUSANAT

Minulle kirkastui opinnäytetyöni aihe ollessani työharjoittelussa Kuntoutuspalvelut Sähkö Oy:ssä. Haluan kiittää Sähköä, jonka kautta sain tutkimukseeni haastateltavat. Haluan myös kiittää opinnäytetyöohjaajiani Päivi Murasta ja Timo Marttalaa, jotka kärsivällisesti ohjasivat sekä kannustivat minua tutkimukseni alkupuolella. Kiitos myös perheelleni sekä ystäväilleni, jotka tukivat minua opinnäytetyöprojektini aikana. Erityisen suuri kiitos kolmelle nuorelle aikuiselle, jotka jakoivat minulle omia kokemuksiaan vaikeasta aiheesta huolimatta. Heidän ansiostaan tutkimukseni eteni ajatusta pidemmälle.

1 JOHDANTO

Nuorten eläköityminen on yksi suurista yhteiskuntamme huolista tänä päivänä. Suurimpana työkyvyttömyyden syynä ovat mielenterveyden eri häiriöt. Vuonna 2012 mielenterveyden vuoksi työkyvyttömyyseläkkeelle jääneet kattoivat 73% kaikista 18-34-vuotiaista nuorista eläkkeensaajista (Ahola, Joensuu, Mattila-Holappa, Tuisku, Vahtera & Virtanen 2014, 3441). Nuorena työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyneiden määrä puhututtaa medioissa. Tutkimuksia nuorista eläkkeensaajista on jonkin verran tehty, mutta nuorten oma kokemus asiasta on jäänyt vähemmälle tarkastelulle.

Opinnäytetyötutkimukseni tarkoituksena on tuoda esille nuorten omia kokemuksia eläköitymisestä ja sen erinäisistä vaikutuksista tämän hetkiseen elämänlaatuun sekä tulevaisuuteen. Aihe on tärkeä haastateltaville itselleen, mutta sillä on myös suurempaa yhteiskunnallista merkitystä. Haastateltavat itse pääsevät pohtimaan omia voimavarojaan sekä eläköitymisen vaikutuksia nykyelämään ja tulevaisuuteen. Haastateltavat saavat tutkimukseni kautta tuoda esille ne palveluiden ja etuuksien heikkoudet, joissa sosiaalialan palveluiden luojilla ja tuottajilla voisi olla kehittämisen varaa. Nuorten kokemuksia eläköitymisestä voitaisiin tutkia hyvinkin laajasti ja monesta eri näkökulmasta. Olen opinnäytetyössäni rajannut näkökulman sosiaalisen pääoman ja koetun hyvinvoinnin viitekehykseen. Tutkimuksessa haastateltavat pohtivat myös sitä, kuinka nuorena eläköityminen vaikuttaa heidän tulevaisuuden suunnitelmiinsa. Käytän opinnäytetyössäni termejä eläke, eläköityminen ja eläkkeensaajat. Haastattelemanuoret aikuiset ovat kaikki kuntoutustuella eli määräaikaisella eläkkeellä.

Työelämäyhteytenäni toimii Kuntoutuspalvelut Sähkö Oy, joka tarjoaa psykiatrista kuntoutusta 18-29-vuotiaille nuorille aikuisille. Heidän kautta sain tuoda esille opinnäytetyötutkimukseni idean ja sitä kautta haastateltavat saivat minuun itse yhteyden. Haastateltavaksi ilmoittautui kolme Sähäkän entistä tai nykyistä asiakasta, jotka ovat mielenterveyssyistä hakeutuneet kuntoutustuelle eli määräaikaiselle työkyvyttömyyseläkkeelle. Haastateltavat olivat olleet eläkkeellä kahdesta viiteen vuotta, joten heillä oli jo muodostunut jonkinlainen käsitys siitä, miten eläköityminen on heidän elämänlaatuunsa, sosiaalisen pääoman rakentumiseen sekä tulevaisuudennäkymiinsä vaikuttanut.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT JA TARKOITUS

2.1 Tutkimuksen tarkoitus

Vaikka vuodesta 2008 kaikkien mielenterveysperusteisten työkyvyttömyyseläkkeiden määrä on vähentynyt kolmanneksen, on se edelleen suurin yksittäinen syy 18-34-vuotiaiden työkyvyttömyyseläkkeellä oloon (ETK 2016a). Opinnäytetyössäni tarkastelen, millaisia vaikutuksia varhain eläkkeelle siirtymisellä on ja kuinka nuoret ovat kokeneet sen vaikuttaneen sosiaaliseen pääomaan, koettuun hyvinvointiin sekä tulevaisuudennäkymiin. Opinnäytetyöni tarkoituksena on tuoda julki nuorten omia ajatuksia eläköitymisestä. Koska aihe on hyvin ajankohtainen, toivoisin sosiaalialan ammattilaisten pohtivan sitä, millä tavoin nuori kokee eläköitymisen vaikutukset ja kuinka ammattilaisina voisimme tukea nuoria aikuisia tässä hetkessä. Opinnäytetyöni tarkoituksena ei ole löytää absoluuttista totuutta tai kerätä suurta otantaa löytäen jonkinlaista tyypillistä nuorta eläköityvää. Kokemukset ovat hyvin henkilökohtaisia, joten mitään tarkkaa lopputulemaa eläköitymisen vaikutuksesta hyvinvointiin ja sosiaaliseen pääomaan on hankala löytää.

Pyrkimyksenäni oli teemahaastatteluiden avulla saada tietoa nuorten omista kokemuksista ja antaa heille samalla tilaisuus pohtia omaa elämänlaatuaan sekä mahdollisuuden tarkastella asioita eri näkökulmista. Teemahaastattelun valmiiksi pohdittu haastattelurunko ohjasi keskustelua, jonka tavoitteena oli selvittää nuorten sosiaalisen pääoman sekä koetun hyvinvoinnin mahdolliset muutokset eläköitymisen myötä. Lisäksi nuoret saivat tilaisuuden pohtia, millaista nykyhetki on verrattuna elämään ennen eläköitymistä sekä millaisena he tulevaisuutensa näkevät. Vaikka opinnäytetyötutkimukseni otanta oli odotettua pienempi, antaa se kuitenkin nuorten henkilökohtaisten kokemusten kautta juuri sitä tietoa, mitä tutkimusongelmani ja -kysymysteni kautta tavoittelin.

2.2 Opinnäytetyön merkitys sosiaalialalle

Mielenterveysperusteiselle työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyminen on yleisesti laskussa. Kaikista ikäryhmistä vuonna 2009 siirtyi työkyvyttömyyseläkkeelle yhteensä 25 802 Suomessa asuvaa henkilöä. Mielenterveyden häiriöiden vuoksi

heistä eläköityi kolmannes eli 8530 henkilöä. Puolestaan vuonna 2015 kyseisten syiden vuoksi siirtyneitä oli enää 6922 henkilöä, kaikkien työkyvyttömyyseläkkeelle jääneiden henkilöiden määrän ollessa 21 197 (Raitasalo & Maaniemi 2011, 6; KELA 2016, 49–50). Vaikka yleisesti mielenterveysperusteiset työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymiset ovat laskussa, on tilanne nuorten kohdalla päinvastainen. Vuonna 2015 jäi mielenterveysperusteiselle työkyvyttömyyseläkkeelle 2289 alle 35-vuotiasta henkilöä eli kuudesta seitsemään henkilöä joka päivä. Se on 160 henkilöä enemmän, kuin vuonna 2014 (Työterveyslaitos & Kela 2017).

Nuorena työkyvyttömyyseläkkeelle siirtynyt kamppailee usein köyhyysrajalla, joka osaltaan uhkaa jopa sosiaalisten suhteiden ylläpitoa (Kautto 2011, 17). Sosiaalialan palveluiden luomiselle ja laadun kehittämiseksi on erityisen tärkeää kuulla nuorten omia kokemuksia eläköitymisestä. Nuorten omat kokemukset voivat ohjata meitä sosiaalialan ammattilaisia tuottamaan sellaisia palveluita, jotka juuri heidän tarvettaan vastaavat. Eläköityminen ei ole pelkästään taloudellinen takaisku, vaan sillä on monenlaiset vaikutukset sekä yksilölle että yhteiskunnalle. Tutkimukseni kautta pääsemme tarkastelemaan sitä, kuinka haastateltavat nuorina kokivat työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen. Yksi tutkimuskysymyksistäni vastaa siihen, millaisena nuoret näkevät tulevaisuutensa. Tätä vaihetta sivutaan haastattelun analyysissä, kun pyysin nuoria kertomaan, mitä he palvelujärjestelmältämme olisivat toivoneet toisin.

Haastateltavat itse ovat käyneet läpi työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen prosessin ja pystyvät kertomaan meille sen, kuinka eläköityminen ja sen eri vaiheet ovat heidän elämäänsä sekä hyvinvointiinsa vaikuttaneet. Tulevana sosiaalialan ammattilaisena haluan ymmärtää eläköitymisen vaikutukset kokemuksena ja pyrkiä löytämään niitä keinoja, joilla voin nuorta aikuista eläköitymisen kynnyksellä tukea.

2.3 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset

Tutkimusongelma on koko tutkimuksen vaikuttavin tekijä, sillä se ohjaa tutkijaa tutkimusmetodien valinnassa ja vaikuttaa kaikkiin päätöksentekoihin opinnäyte-työprosessin jokaisessa vaiheessa (Hirsjärvi & Hurme 2004 15–16). Opinnäyte-

työni tavoitteena on tuoda esille yhteiskunnallisesti puhututtavan ilmiön toista näkökulmaa. Tutkimuksia mielenterveysperusteisesta työkyvyttömyydestä, nuorten työkyvyttömyyseläkkeiden syistä sekä nuorista eläkkeensaajista on tehty jonkin verran. Ajankohtaisen ilmiön vuoksi nuorten eläköitymiseen johtaneita syitä ja seurauksia on tutkittu aktiivisesti muun muassa Työterveyslaitoksella. Usein seurauksia tarkastellaan yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Nuorten omat kokemukset eläköitymisestä ovat jääneet vähäiselle tarkastelulle. Aihe on todella mielenkiintoinen ja sen rajaaminen oli erityisen tärkeää, jotta tutkimukseni ei laajene liian suureksi. Olen rajannut tutkimukseni käsittelemään nuorten omia kokemuksia eläköitymisestä ja kuinka se on vaikuttanut nuorten sosiaaliseen pääomaan, koettuun hyvinvointiin sekä tulevaisuudennäkymiin.

Juho Saaren (2015a, 188) käsitys elämänlaadusta käsittää kolme osa-aluetta, joita ovat koettu hyvinvointi (elämä yleensä, onnellisuus), arjen rakenteet (turvallisuus, ajankäyttö, asuminen, talous) sekä koettu terveys (henkinen, fyysinen). Koska haastateltavani ovat joko nykyisiä tai entisiä mielenterveyskuntoutujia, halusin jättää koetun terveyden käsitteen tutkimuksestani pois. Ja jotta työni ei paisuisi liikaa, rajasin lisäksi arjen rakenteet tutkimukseni ulkopuolelle.

Tutkimuskysymykseni ovat seuraavanlaiset:

- Miten nuorena eläköityminen on vaikuttanut nuorten sosiaaliseen pääomaan?
- Millaisena eläköityneet nuoret kokevat hyvinvointinsa?
- Kuinka eläköityminen vaikuttaa nuorten tulevaisuudennäkymiin?

2.4 Keskeisimmät käsitteet

Opinnäytetyötutkimuksessani puhuttelen tutkimukseeni osallistuneita henkilöitä nuoriksi. Nuorisolaissa (1285/2016 1:2 §) nuorilla tarkoitetaan alle 29-vuotiaita henkilöitä. Koska Sähkökässä kuntoutusta tarjotaan 18-29-vuotiaille nuorille aikuisille, voidaan heitä nuorisolain määritelmien mukaan kutsua vielä nuoriksi. Haastateltavat eivät välttämättä enää haastattelua tehdessä olleet määritelmältä nuoria, mutta ovat eläköityneet alle 29-vuotiaina.

Kaikki tutkimukseeni osallistuneet nuoret saivat kuntoutustukea. Kuntoutustuki on pysyvää työkyvyttömyyseläkettä edeltävä määräaikainen työkyvyttömyyseläke, jonka voi saada pitkittyneen sairauden vuoksi noin vuoden kuluttua sairastumisesta (Kela 2017).

Opinnäytetyössäni tutkin eläköitymisen vaikutusta nuorten sosiaaliseen pääomaan. Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan yksilön sosiaalisia verkostoja sekä niiden välistä luottamusta ja vastavuoroisuutta (THL 2013). Sosiaalista pääomaa kertyy erilaisissa vuorovaikutuksissa, esimerkiksi ryhmätoiminnassa, verkostoissa ja harrastuksissa. James Coleman on listannut sosiaalisen pääoman muotoja, joita ovat vastavuoroisuuden velvoite, informaation kulku ja normit. Vastavuoroisuuden velvoitteella Coleman tarkoittaa sitä, että saadessaan palveluksen, yksilö on velkaa vastapalveluksen. Vastapalveluksessa ja sen odottamisessa tärkeää on luottamus siihen, että vastapalvelus tulee toteutumaan, vaikka siinä olisi ajallinen viive. Colemanin mukaan sosiaalisen pääoman yhtenä tehtävänä on mahdollistaa palveluksiin ja vastapalveluksiin perustuva luottojärjestelmä. Toisia auttaessaan yksilö voi luottaa siihen, että tulee vastavuoroisesti itse saamaan apua tarvittaessa. Tällöin sosiaalinen vuorovaikutus sekä keskinäisten palvelusten tekeminen helpottuvat. Informaation kululla Coleman tarkoittaa sitä, että sosiaalisten verkostojensa kautta yksilö saa parhaiten tavoitteidensa täyttämiseen tarvittavaa tietoa. Sosiaaliset suhteet tarjoavat helpon reitin informaatiolle ja näin ollen tehostaa kaikkien mukana olevien yksilöiden päätöksentekokykyä. Mitä enemmän yksilöllä on sosiaalisia suhteita, sitä tehokkaammin tieto leviää. Näin ollen yksilö saa keräämänsä tiedon nopeammin käyttöönsä. Normit Coleman yhdistää sosiaaliseen pääomaan niin, että mitä tiiviimmät sosiaaliset suhteet eli sulkeutuneet verkostot yksilöllä on ympärillään, sitä helpommin yhteisöt kykenevät pitämään kiinni sovituista säännöistä. Normeihin kuuluvat myöskin sovituista säännöistä poikkeamisista johtuvat sanktiot. Normien myötä sosiaaliset verkostot pystyvät pääsemään parhaimpaan lopputulokseen tehokkaimmin. Lisäksi ne pystyvät eristämään oman edun tavoittelijat ja sosiaaliselle pääomalle negatiiviset vaikuttajat verkostojen ulkopuolelle. (Ruuskanen 2002, 10–11.)

Opinnäytetyössäni tutkin nuorten koettua hyvinvointia eläköitymisen jälkeen. Yksilön koettua hyvinvointia mitataan elämänlaadulla. Elämänlaadun käsitettä ei ole

helppoa yksinkertaistaa, sillä se on määritelty monella eri tavalla. Maailman terveysjärjestö WHO (1997, 1) määrittelee elämänlaadun tarkoittavan yksilön omaa käsitystä asemastaan elämässä siinä kulttuuri- ja arvojärjestelmissä, jossa elää sekä suhteessa tavoitteisiin, odotuksiin, standardeihin ja huolenaiheisiin. Elämänlaatu ei ole vain yksiselitteinen, vaan se vaikuttaa monimutkaisesti yksilön fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, riippumattomuuteen, sosiaalisiin suhteisiin, henkilökohtaisiin uskomuksiin sekä yksilön ja hänen ympäristönsä välisiin suhteisiin. THL (2015) liittää hyvinvointiin sekä yhteisötason että yksilötason osatekijät. Yhteisötason ulottuvuuksia ovat muun muassa elinolot, ympäristö, koulutus, työllisyys ja toimeentulo. Yksilöllisen hyvinvoinnin osatekijöitä ovat sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. Opinnäytetyötutkimuksessani lähestyn elämänlaatua Juho Saaren määritelmän mukaan. Saaren (2015a, 186, 189) mukaan elämänlaadulla tarkoitetaan elämään tyytyväisyyttä, joka on ihmisen oma subjektiivinen kokemus. Elämänlaatu voidaan Saaren mukaan jakaa kolmeen eri osa-alueeseen, joita ovat koettu hyvinvointi, arjen rakenteet sekä koettu terveys. Koettuun hyvinvointiin voidaan liittää elämä yleensä sekä onnellisuus. Arjen rakenteisiin Saaren mukaan kuuluvat turvallisuus, ajankäyttö, asuminen ja talous. Koettua terveyttä voidaan tarkastella sekä henkisenä että fyysisenä terveytenä. Tutkimuksessani keskityn tarkastelemaan elämänlaatua koetun hyvinvoinnin näkökulmasta.

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

3.1 Opinnäytetyöprosessi

Löysin opinnäytetyölleni aiheen ollessani suuntaavassa työharjoittelussa. Ideapaperin kirjoittaminen oli helppoa, koska intuitio eli tunne tutkimuksen niin sanotusta onnistumisesta oli vahva. Tässä vaiheessa tutkimusprosessia en vielä tiennyt työelämäyhteydestäni. Tutkimusaiheeni on ilmiönä todella mielenkiintoinen ja myös ajankohtainen, joten tiesin löytäväni siitä tuorettakin tutkittua tietoa. Ideapaperin jälkeen otin yhteyttä minulle valittuihin opinnäytetyöohjaajiin. Ohjaajat opastivat minua hyvin löytämään juuri omanlaista näkökulmaa ilmiöön ja sitä kautta selveni tutkimusongelma. Aihe oli niin kiinnostava, että rajaaminen oli todella haasteellista ensi alkuun.

Tein suuntaavan työharjoitteluni Sähäkässä, joka tarjoaa psykiatrista kuntoutusta 18-29-vuotiaille nuorille aikuisille. Sähäkkä on perustettu Ylivieskassa, mutta harjoitteluni jälkeen se on laajentanut toimintaa myös Oulaisiin ja Jyväskylään. Minulle oli luontevaa lähestyä Sähäkän toimialajohtajaa opinnäytetyöni tiimoilta. Lähetin Lapin Ammattikorkeakoulun opinnäytetyön tutkimusluvan toimialajohtajalle ja hän palautti sen minulle postitse. Seuraavaksi tein opinnäytetyötutkimukseni haastattelukutsun (LIITE 1) ja lähetin sen sähköpostitse Sähäkkään. Haastattelukutsu julkaistiin Sähäkän Ylivieskan yksikön ilmoitustaululla ja Sähäkän Facebook-sivuilla. Yritin motivoida nuoria osallistumaan tutkimukseeni arpomalla kaikkien osallistuneiden kesken Kärkkäisen 25 euron lahjakortin. Kuitenkin yhteydenottoja tuli vain kolme. Kaksi tuli Facebookin kautta ja yksi sähköpostitse. Sähäkän Facebook-sivuilla yritettiin vielä toistamiseen saada lisää osallistujia, mutta valitettavasti se ei tuottanut tulosta.

Seuraavana oli vuorossa tutkimussuunnitelman laatiminen. Tutkimussuunnitelman kirjoittaminen sujui jouhevasti. Olin tässä vaiheessa jo hakenut ison pinon kirjoja kirjastosta ja hahmotellut mahdollista lähdeluetteloa. Suunnitelman kirjoittaminen alkoi alustavan sisällysluettelon hahmottamisesta. Sisällysluettelon luomisesta tuli prosessini merkittävin kohta, sillä sen avulla ymmärsin opinnäytetyöni koostuvan useasta pienestä palasesta. Tämän oivalluksen jälkeen opinnäytetyö ei enää tuntunut niin mahdottoman suurelta projektilta. Kuten Eskolakin (2007,

36) artikkelissaan kirjoittaa, voidaan opinnäytetyö nähdä useana 5-10 sivun esseinä, kun sen jakaa sisällysluettelon alle useisiin otsikoihin. Suunnitelman kirjoittamisen jälkeen opinnäytetyö alkoi selkeästi hahmottua ja helpotti varsinaiseen tutkimusprosessiin ryhtymistä.

Opinnäytetyösuunnitelman hyväksyttämisen jälkeen alkoi sitten varsinaisen tutkimuksen tekeminen. Jo seuraavalla viikolla heti kesäkuun alussa toteutin haastattelut. Ensimmäisenä päivänä haastattelin kaksi henkilöä ja toisena päivänä yhden. Haastattelut olivat yksilöhaastatteluja ja yhteisestä sopimuksesta ne järjestettiin haastateltavien omissa asunnoissa. Haastatteluiden nauhoittamisesta olin tiedottanut jo haastattelukutsun yhteydessä, jolloin nauhurin esille ottaminen ei ollut kenenkään kohdalla yllätys. Selitin vielä haastattelun alussa, miksi haastatteluiden nauhoittaminen oli tutkimukseni kannalta tärkeää.

Kirjoittamisprosessi muhi mielessä jonkin aikaa. Keräsin valtavasti aineistoa kirjoista ja tutkimuksista ja syvennyin ensin niihin. Lahjakortin arvoon kaikkien tutkimukseen osallistuneiden kesken vasta varmistuttuani siitä, etten enää saa lisää haastateltavia. Syyskuussa alkoi sitten teoria-aineiston karsiminen sekä tutkimusaineiston analysoiminen. Koko opinnäytetyöprosessin ajan minulla oli tapana kirjoitella mieleen juolahtavia asioita niin kutsuttuun tutkimuspäiväkirjaan. Vihko oli minulla päivittäin mukana jo keväästä lähtien ja lisäsin siihen asioita sitä mukaa, kun niitä tuli mieleen. Tutkimukseni työstämistä selkeästi helpotti se, että tutkimuskysymykseni oli kirjoitettuna joka paikkaan eri värein. Sosiaalisista suhteista käytin punaista, elämänlaadusta (koettu hyvinvointi, onnellisuus) keltaista sekä tulevaisuudennäkymistä vihreää väriä.

3.2 Laadullinen tutkimus

Olen valinnut opinnäytetyöni tutkimusmenetelmäksi laadullisen tutkimuksen. Laadullinen tutkimus on kvalitatiivinen eli ei-numeraalinen aineisto ja se yleensä kerätään teemahaastatteluiden avulla (Eskola 2007, 32–33). Yhtä hyviä aineistonkeruumenetelmiä ovat esimerkiksi päiväkirjat, kirjeet, äänimateriaali sekä muu kirjallinen tai kuvallinen aineisto. Laadullisen tutkimuksen menetelmin kerätään

yleensä tietoa ihmisistä ja heidän elämästään. Lisäksi laadullinen tutkimus keskittyy analysoimaan mahdollisimman perusteellisesti varsin pientä määrää tapauksia (Eskola & Suoranta 2005, 15, 18).

Koska laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on kuvata todellista elämää (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161), koin sen olevan parhain tapa lähestyä tutkittavanani olevaa ilmiötä. Tutkimukseni aineiston lähteenä ovat nuorten omat subjektiiviset kokemukset. Laadullisen tutkimuksen kohderyhmän valinta tulee tehdä tarkkaan, sillä on tärkeää, että haastateltavilla on tietoa ja kokemusta tarkasteltavasta ilmiöstä (Tuomi & Sarajärvi 2002, 87–88). Tästä syystä otin yhteyttä Sähkökään, sillä tiesin heidän kauttaan löytäväni alle 29-vuotiaana kuntoutustuen saaneita nuoria.

Eskola ja Suoranta (2005, 18, 63) kirjoittavat, että aineistoa tarvitaan juuri sen verran, kuin on aiheen kannalta välttämätöntä. Ratkaisevampaa on laatu, kuin määrä. Aluksi hieman yllätyin haastateltavien vähäisestä määrästä, sillä tutkimussuunnitelmassani asetin tavoitteeksi toteuttaa viidestä kahdeksaan haastattelua. Kuitenkin haastatteluissa tunsin saavani vastaukset tutkimuskysymyksiini, vaikka määrällisesti en ihan yltänytkään tavoitteisiini.

3.3 Puolistrukturoitu teemahaastattelu

Haastattelu on hyvä aineistonkeruutapa, sillä jos jotain haluamme tutkia, voidaan sitä hyvin kysyä tutkittavasta asiasta tietäviltä suoraan (Eskola & Suoranta 2005, 85). Minulla oli selvä tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset, jolloin oli helpompaa lähestyä haastattelurungon rakentamista teemojen kautta. Teemahaastattelu on yleisin tapa kerätä laadullista aineistoa, etenkin yhteiskuntatieteellisten tutkimusten aineistonkeruussa. Se on lomakehaastattelun ja avoimen haastattelun välimalli (Hirsjärvi ym. 2009, 208). Teemahaastattelu toteutetaan niin, että haastattelijä miettii valmiiksi keskustelun otsikoita, jotka ohjaavat haastattelua. Haastattelu on vapaamuotoista keskustelua ja haastattelijan tehtävänä on huolehtia siitä, että jokainen valmiiksi mietitty haastatteluosio tulee käytyä läpi (Eskola 2007, 33). Tutkimuksessani teemahaastattelu oli lomaketutkimusta parempi vaihtoehto, koska se salli täsmennyksiä ja sillä oli helpompaa lähestyä emotionaalista haastatteluaihetta (Hirsjärvi & Hurme 1991, 15).

Halusin tehdä haastattelutilanteista mahdollisimman rentoja ja miellyttäviä. Liian suunnitelmallinen runko ja tarkkaan mietityt kysymykset olisivat voineet luoda jännitteen minun ja haastateltavien välille. Haastattelutilanteissa koin tärkeäksi luottamuksellisen ilmapiirin luomisen, sillä aihe on sekä haastateltaville että yhteiskunnalle yleisestikin hyvin sensitiivinen eli herkkä. Aloitin haastattelutilanteet hyvin pehmeästi keskustelemalla muista asioista. Halusin haastateltavien kertovan omista kokemuksistaan mahdollisimman avoimesti, joten pyrin puolistrukturoidun haastattelumallin tavoin esittämään avoimia kysymyksiä suljettujen kysymysten sijaan. Avointen kysymysten kysyminen tuntui helpommalta valmiiksi pohdittujen teemojen kautta. Haastattelua ohjaavat kysymykset kirjoitin valmiiksi, jotta haastattelussa säilyi kuitenkin sille valmiiksi suunniteltu runko ja pysyttiin rajatussa aiheessa (LIITE 2).

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumalli. Jaoin tutkimuskysymykseni teemoihin, joiden alle sisällytin hyvinkin täsmällisiä kysymyksiä. Haastattelu oli puolistrukturoitu, sillä kysymysten järjestys vaihteli eri haastattelutilanteissa haastatteluiden loogisuuden mukaan. Myöskään vastausvaihtoehdot eivät olleet valmiita, jolloin haastateltavat itse saivat tuottaa kerronnallisia vastauksia. (Eskola & Suoranta 2005, 86). Minulla selkeiksi teemoiksi nousivat työkyvyttömyyden vaikutukset sosiaalisiin suhteisiin, koettuun hyvinvointiin sekä tulevaisuuden näkymiin. Näiden alle teemoitin vielä erikseen lähisuvun, kaverisuhteet, parisuhteen, harrastukset, sosiaaliset suhteet, onnellisuuden, tyytyväisyyden sekä hetket ennen ja jälkeen eläköitymisen. Kysymykset muotoutuivat haastateltavien kuntoutumisvaiheen mukaan.

Haastattelijan on oltava valmis menemään haastateltavan kotiin tai neutraalin ympäristöön, haastateltavan toiveiden mukaan (Eskola & Suoranta 2005, 91). Kysyin jokaiselta haastateltavalta erikseen, missä he halusivat haastattelun toteuttaa. Jokainen haastateltavista halusi minut kotiinsa, jolloin haastattelutilanne oli hyvin rauhallinen. Haastattelua ennen kävin vielä läpi tutkimustarkoitukseni ja eettiset tutkimuseriaatteeni. Informoin haastattelun nauhoittamisesta jo kutsussa, joten se ei haastattelutilanteessa tullut kenellekään yllätyksenä. Haastattelun nauhoittaminen on useastakin syystä tärkeää; haastattelu on luontevampaa ja mielekkäämpää ilman paperia ja kynää. Lisäksi kiireiset muistiinpanot saattavat jättää ulkopuolelle pieniä huomioita, kuten äänenpainoja ja yksittäisiä sanoja,

jotka tutkimuksen lopputuloksen kannalta voivat olla hyvinkin ratkaisevia (Hirsjärvi & Hurme 2004, 92). Annoin vielä haastattelun loppuun kiitoksena makeispussin sekä informoin mistä ja milloin opinnäytetyötutkimukseni voi lukea.

Haastattelun purkamiseen on kerrottu kuluvan paljon aikaa ja se on kuvailtu tylsäksi tapahtumaksi. Minulla se meni juuri päinvastoin. Litteroin haastattelut heti kotiin päästyäni. Litteroinnilla tarkoitetaan nauhoitetun puheen tekstimuotoon kirjoittamista (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 78). Kuuntelin haastattelut nauhurista ja kirjoitin ne tietokoneen tekstinkäsittelyohjelmalla sanasta sanaan, säilyttäen murre- ja täytesanat. Litterointi tapahtui sujuvasti, sillä nauhoitukset oli tehty hiljaisissa paikoissa ilman häiriötekijöitä. Litteroitua tekstiä kertyi 50 sivua, rivivälillä 2,0. Laitoin rivivälin kohtuullisen väljäksi siitä syystä, että sain myöhemmin analysointivaiheessa mahdutettua omaa kommentointia rivien väliin.

3.4 Aineiston analyysi

Laadullisen aineiston analyysillä on tarkoitus tuoda aineistoon selkeyttä sekä tuottaa uutta tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmänä voidaan pitää sisällönanalyysia, sillä sen avulla voidaan tehdä monenlaista tutkimusta. Sisällönanalyysin perusideana on tuottaa aineistosta tiivis ja selkeä sanallinen kuvaus erottelemalla, tiivistämällä sekä etsimällä aineistosta yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Aineistosta on tarkoitus saada mielekäs ja yhtenäinen teksti, jolloin se tuo esille hajanaisesta aineistosta sen tärkeimmän informaation. (Eskola & Suoranta 2005, 137; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 97.)

Opinnäytetyössäni haastatteluista kertynyt litteroitu materiaali toimi analyysini lähtökohtana. Kävin aineistoni läpi pari kertaa kuuntelemalla nauhoitteet. Sen jälkeen tulostin litteroidun aineiston ja koodasin vastaukset tutkimuskysymysten mukaan eri väreillä. Jotkut vastaukset saivat useamman värin, sillä ne olivat relevanttia aineistoa useampaan eri tutkimuskysymykseen. Teemojen mukaan järjesteleminen tapahtuu niin, että jaetaan kunkin teeman alle haastatteluista ne kohdat, joissa kyseisestä aiheesta puhutaan. Tätä tapaa voidaan kutsua teemakortistoksi, jolloin jokainen teema on oma kokonaisuutensa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 106). Leikkasin värein koodatut vastaukset tulostetusta

aineistosta ja liimasin ne eri tutkimuskysymysten mukaisesti eri värisille kartongeille. Tällä tavalla minun oli helpompi tulkita haastatteluaineistoa tutkimuskysymysteni mukaisesti.

Tematisointi on yleensä ensimmäinen lähestyminen aineistoon, jolloin aineistosta nostetaan ne asiat, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin. Se on lisäksi luontevin tapa analysoida teemahaastattelusta kertynyttä aineistoa (Eskola & Suoranta 2005, 174; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 105). Koska käytin analyysissäni teemoittelua apuna, tuli myös mukaan jonkin verran tyypittelyä. Tyypittelyn avulla aineistosta nousee selvästi esille jokin haastateltavia yhdistävä tekijä. Tyypittelyn tarkoituksena ei ole yhdistää haastateltavia vaan etsiä heidän tarjoamasta informaatiosta tiettyjä elementtejä ja tyyppivastauksia (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 108). Eskolan ja Suorannan (2005, 161) mukaan vain harvoin tutkija voi soveltaa ainoastaan yhtä analyysitapaa. Kvantifioiminen eli määrällisen aineiston luominen ei tullut minulle mielenkään, sillä tutkimukseni otanta on hyvin pieni. Minulla oli koko analysointi- sekä kirjoitusvaiheen ajan erilliselle lapulle kirjoitetut tutkimuskysymykset vieressäni. Siitä minun oli helppo palautella itseäni varsinaisen tutkimusongelmani pariin silloin, kun aineistoni minua mielellään johdatteli kauemmaksi asiasta.

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa tutkija pystyy käyttämään teoriaa analyysinsa apuna, jolloin teoria ja juuri tutkittu aineisto käyvät vuoropuhelua (Eskola & Suoranta 2005, 82). Analysoidessani aineistoa vertasin sitä teoriaan etsien sekä yhteneväisyyksiä että eroavaisuuksia. Keräsin teoriaa paljon etukäteen, mutta myös prosessin jokaisessa vaiheessa löytyi uusia tutkimuksia tai uutta tutkimukseen sopivaa kirjallisuutta. Analysoidessani haastattelua etsin vielä kirjallisuutta käsitteistöä tukemaan. Tutkimusraporttia kirjoittaessa on syytä harkita, onko sitaattien eli aineistosta lainattujen lauseiden käyttäminen tarpeellista. Sitaattien avulla voidaan tutkimusaineistosta antaa havainnollistavia esimerkkejä (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 106). Omassa raportissani käytin sitaatteja harkiten ja lainasin vain sellaisia lauseita, jotka mielestäni olivat tutkimuksen kannalta olennaisia tuoda esille juuri sellaisenaan. Olen kirjannut sitaatit luvussa 5 sitaattimerkein ja *kursivoi*nut lainatun tekstin. Sitaatin alussa ovat kolme pistettä tarkoittaa sitä, että sitaatti on lainattu keskeltä lausetta. Jos sulkujen välissä on kolme pistettä, puuttuu siitä välistä sanoja ja lauseita, jotka eivät

kokemusten havainnollistamisen kannalta ole tärkeitä. Olen myös käyttänyt johdopäätöksiä tehdessäni haastateltavien käyttämiä lauseita tai sanoja, jotka tekstistä erottuvat *kursivoituna*.

3.5 Tutkimusetiikka

Tutkimukseni lähtökohtana toimivat tutkimuseettisten toimintaperiaatteiden lisäksi omat ammattieettiset periaatteeni. Opinnäytetyöni jokaisessa vaiheessa näyttäytyvät arvovalinnat pohjautuvat omaan moraalini ja eettisiin periaatteisiini. Hyvien käytäntöjen lisäksi tutkimusprosessiani ohjaavat ihmistieteen eettiset periaatteet. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK n.d.) mukaan ihmistieteisiin luettavan tutkimuksen eettiset periaatteet jakautuvat kolmeen osa-alueeseen, joita ovat tutkittavan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, vahingoittamisen välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuoja.

Haastateltavien kunnioittaminen ja heidän ihmisoikeuksiensa varmistaminen toimivat opinnäytetyöni lähtökohtana. Pidän huolen siitä, ettei haastateltavilleni aiheudu tutkimukseen osallistumisen vuoksi henkistä, sosiaalista tai taloudellista haittaa. Tutkimustulokseni eivät halvenna, arvostele tai leimaa haastatteluun osallistuneita. Tutkimuksen nimeämisessä oli myös aiheellista suorittaa eettistä pohdintaa, sillä se luo tutkimuksestani ensimmäisen mielikuvan.

Toimin opinnäytetyötäni tehdessä rehellisesti, huolellisesti ja tarkasti jokaisessa tutkimusprosessin vaiheessa. Olen huomioinut työtä tehdessäni, etteivät haastateltavani ole millään tapaa tunnistettavissa. Yksityisyyden suoja kuuluu ihmisen perusoikeuksiin ja se on määritelty Suomen perustuslaissa. En tule myöskään missään vaiheessa tutkimustani mainitsemaan haastateltavien nykyistä suhdetta Sähkökään. Tutkimusaineistoa säilytin vain opinnäytetyöprosessini ajan, jonka jälkeen nauhoitin haastattelunauhoitteiden päälle tyhjää. Litteroitua aineistoa säilytin sekä koneella että tulosteena. Tutkimusaineistosta ei käynyt ilmi tutkittavien henkilöllisyys, sillä ne oli nimetty ainoastaan eläkkeelle siirtymisiän ja sukupuolen perusteella. Perustuslain lisäksi myös henkilötietolaki ohjaa tutkimusaineiston käsittelyä. Tutkimukselle tarpeetonta tietoa ei tule säilyttää. Tässä tapauksessa haastateltavien tämän hetkinen ikä tai asuinpaikkakunta eivät ole tutkimukseni kannalta relevanttia tietoa. Henkilötietolain mukaan voin säilyttää haastateltavien

yhteystietoja heidän suostumuksellaan. Olen säilyttänyt sähköpostin ja Facebook-viestit vielä toistaiseksi, jotta voin opinnäytetyöni julkaisun jälkeen lähettää sen suoraan myös heidän luettavakseen. Lisäksi se julkaistaan Sähäkän Facebook-sivuilla.

Eettiset valinnat ovat ohjanneet myös lähdekirjallisuuteen perehtymistä. Lähteiden etsimisessä olen ollut kriittinen. Olen ollut tarkka siitä mitä lainaan, mistä lainaan ja mihin sitä lainaan. Kirjoittamani teksti on minun itseni tuottamaa, ellei siinä ole lähdeviittauksia. Opinnäytetyössäni olen hakenut lähdekirjallisuuden aina alkuperäiseltä kirjoittajalta, jotta tekstin alkuperä ja sen tarkoitus säilyvät. Kunnioitan jo olemassa olevan tiedon ja tutkimustulosten kirjoittajia ja hyödynnän niitä asianmukaisella tavalla. Huolellisuus lähdeviittauksia ja lähdeluetteloita laatiessa takaa sen, ettei minua voida syyttää tekstin plagioinnista tai väärinkäytöstä.

3.6 Tutkimuksen laatu ja luotettavuus

Tutkimuksen laadukkuutta voidaan tavoitella jo etukäteen luomalla hyvä haastattelurunko. Jotta saadaan laadukasta haastatteluaineistoa, tulee teema-alueiden sekä niiden alla olevien kysymysten tavoitella haluttuja merkityksiä. Haastatteluaineiston laatuun voidaan vaikuttaa sillä, että tutkija miettii jo etukäteen, kuinka teemoja voi haastattelun edetessä syventää ja kuinka esittää tarkentavia lisäksymyksiä. Laatu voidaan parantaa myös tarkastamalla nauhoitusvälineiden toimivuus heti haastattelutilanteessa sekä litteroimalla nauhoitteet tekstimuotoon heti haastatteluiden jälkeen. Haastatteluiden epäselvät nauhoitteet tai erilaiset tavat litteroida vaikuttavat haastatteluaineiston laatuun ja sitä kautta myös sen luotettavuuteen. (Hirsjärvi & Hurme 1991, 129; 2004, 184–185.)

Minulla oli valmiina selvä runko haastattelulle, jotta sain vastauksia ennalta asetamiini tutkimuskysymyksiini. Haastattelutilanne oli teemahaastattelun tavan mukaisesti keskustelutyyppinen, mutta pyrin olemaan johdattelematta esittäessäni kysymyksiä. Olin miettinyt valmiiksi myöskin lisäkysymyksiä, jotta sain haastattelutavat tarkentamaan vastauksiaan. Ennen haastattelutilannetta tarkistin nauhurin toimivuuden monta kertaa. Minulla oli mukana myös varaparistot, jolloin minimin mahdolliset epäonnistumiset nauhoittamisen suhteen. Haastattelutilanteet

olivat rauhallisia ja ne järjestettiin haastateltavien asunnoissa. Näin ollen ympäristö oli neutraali ja häiriötön. Laadun lisäämiseksi litteroin materiaalin välittömästi kotiin päästyäni.

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella monella eri tapaa ja sitä arvioidaan aina uudestaan jokaisessa tutkimusprosessin vaiheessa. Eskola ja Suoranta (2005, 211–212) mittaavat luotettavuutta muun muassa *uskottavuuden* käsitteellä eli vastaako tutkijan omat käsitykset ja tulkinta ilmiöstä tutkittavien käsityksiä. Tutkimuksen *varmuutta* lisätään ottamalla huomioon tutkijan omat ennako-oletukset tutkimuksen johtopäätöksistä. *Vahvistuvuudella* puolestaan tarkoitetaan sitä, että tutkimuksesta tehdyt tulkinnat saavat tukea aiemmista ilmiötä koskevista tutkimuksista. Yleisimmin tutkimuksen luotettavuutta mitataan validiteetin ja reliabiliteetin käsitteillä. Validiteetilla tarkoitetaan, että tutkimuksessa on tutkittu juuri sitä, mitä on luvattu ja reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimustulosten toistettavuutta (Tuomi & Sarajärvi 2002, 133).

Olen tutustunut laajasti olemassa oleviin tutkimuksiin. Opinnäytetyötutkimukseni laatua ja luotettavuutta lisää se, että olen etsinyt mahdollisimman tuoretta ja paikansäpitävää kirjallisuutta sekä ajankohtaisia tutkimuksia ilmiöstä. Luotettavuutta lisää myös se, ettei minulla ole ollut luettavana kyseisestä viitekehuksesta aiemmin tehtyjä tutkimuksia. Tämä varmistaa sen, etten ole pystynyt tutkimustani plagioimaan. Vaikka tutkimuksen johtopäätöksiin vaikuttavat tutkijan omat subjektiiviset näkemykset, tulee tutkimuksessa pyrkiä heijastamaan juuri haastateltavien maailmaa (Hirsjärvi & Hurme 2004, 18). Tutkimusaineistoni on kerätty haastatteleamalla nuoria heidän omista kokemuksistaan. Kaikki heidän kertomansa on sellaisenaan siirretty tekstimuotoon ja sellaisenaan ne myöskin ovat olleet minulla analysoitavana. Tutkimuksen luotettavuutta varmasti lisää se, että haastateltavat olivat eläköityneet jo vähintään kaksi vuotta sitten. Heillä oli jo muodostunut jonkinlainen kuva siitä, miten eläköityminen on heidän elämäänsä vaikuttanut.

Koska tutkimukseeni on osallistunut niin pieni määrä ihmisiä, ei sen tuloksia voi missään nimessä yleistää koskemaan kaikkia eläköityneitä nuoria. Pienestä otannasta huolimatta jokainen kokemus varhain eläköitymisestä on tärkeää, kun ajatellaan nuorena eläköityviä ihmisiä ja heidän tulevaisuuttaan yhteiskunnassamme.

4 NUORET TYÖKYVYTTÖMYYSELÄKKEELLÄ

4.1 Nuorena eläköityminen Suomessa

Työkyvyttömyys ja etenkin sen vuoksi eläköityvät nuoret puhututtavat yhteiskuntaamme aktiivisesti. Vuoden 2016 lopussa Suomessa asuvia mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi eläköityneitä alle 34-vuotiaita nuoria aikuisia oli yhteensä 18 518. Heistä 1 267 oli 16-19-vuotiaita, 4 590 oli 20-24-vuotiaita, 5 983 oli 25-29-vuotiaita ja 6 678 oli 30-34-vuotiaita (Kelasto). Kansainvälisessä tarkastelussa 20-34-vuotiaiden mielenterveysperusteinen työkyvyttömyys on kasvusuuntaista kaikissa OECD:n tutkimuksiin osallistuneissa maissa. Vertailuissa on käytetty vuosien 1995 ja 2008 tilastoja. Belgiassa, Kanadassa, Alankomaissa, Uudessa-Seelannissa, Norjassa, Puolassa ja Iso-Britanniassa mielenterveysperusteinen nuorten aikuisten työkyvyttömyys oli kasvanut suhteellisen tasaisesti vuodesta 1995. Sveitsissä, Ruotsissa ja Tanskassa kasvua oli ollut huomattavasti enemmän. Suomen tilastoissa huolestuttavinta on se, että nuorten mielenterveysperusteinen työkyvyttömyys on jo vuonna 1995 ollut kaikkiin muihin maihin verrattuna yleisintä. Kasvua on ollut edelleen, mutta vain Tanska on tilastojen perusteella mennyt Suomen edelle. (OECD 2010, 62.)

Varhain eläköityminen lisää taloudellisia ongelmia ja syrjäytymisen riskiä vuosikymmenten ajan (Koskenvuo & Autti-Rämö 2013, 3). 24.10.2017 julkaisi Me-säätiö internet-sivuillaan syrjäytymislaskurin, jonne kuukausittain päivittyy työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten määrä. Mittarissa on tällä hetkellä tutkimusta kirjoittaessani luku 68 556, joka tuntuu hurjalta määrältä. Kuitenkaan syrjässä oleminen ei ole suoraan syrjäytymistä, sillä syrjäytyminen on usein kokemusta. Ulkopuolella olevat nuoret eivät välttämättä koe olevansa syrjäytyneitä. Puolestaan töissä tai opiskelemissa olevat nuoret saattavat kokea olevansa syrjässä. Jos ei töiden tai koulun lisäksi ole ystäviä, yhteisöjä, harrastuksia tai mitään mielekästä tekemistä, voi elämä tuntua melko merkityksettömältä. (Me-säätiö n.d., Nord 25.10.2017.) Jokainen syrjäytyvä nuori on suuri menetys työelämälle. Syrjäytymisen ehkäisy on pitkäjänteistä toimintaa, joka alkaa lapsiperheiden tukemisesta ja jatkuu nuorten tarpeiden ja ongelmien tunnistamisena (Ahola & Mattila-Holappa 2015). Eläköitynyt nuori saattaa olla hämmentynyt yhteiskuntaamme vaatavuudesta. Inhimillisen tekijän jaksossa ”Eläkkeelle parikymppisenä” toteaa

skitsofrenian vuoksi nuorena eläköitynyt Tapio Gauffin yhteiskuntamme olevan suorituskeskeinen; jos ihminen ei ole töissä tai koulussa, on hän yhteiskuntamme mukaan syrjäytynyt (Gauffin 13.4.2015). Juho Saari (25.10.2017) toteaaakin Ylen Aamu-tv:n haastattelussa, ettei näin montaa nuorta olisi varaa menettää koulutuksen ulkopuolelle. Saaren mukaan yhteiskuntamme edellyttää sitä, että ihmiset kiinnittyvät koulutukseen, työelämään ja sosiaalisiin suhteisiin.

Syitä nuorten mielenterveysperusteiseen eläköitymiseen etsitään yhä ja vastauksia mieltä askarruttaviin kysymyksiin saatamme saada vasta vuosikymmenten kuluttua. Keskityin etsimään ajankohtaisia tutkimuksia ilmiöstä. Nostin esille juuri sellaisia tutkimuksia, jotka koskevat nuorten mielenterveysperusteista eläköitymistä. Löysin myös ilmiötä koskevia hankkeita, jotka halusin tässä opinnäytetyössäni mainita.

4.2 Työkyvyttömyyseläke

Työkyvyttömyyseläke voidaan myöntää henkilölle, joka ei sairautensa tai vammansa vuoksi kykene tekemään tavallista työtään. Ennen päätöstä selvitetään, pystyykö työntekijä hankkimaan ansiotuloja sellaisella työllä, johon hänen kohtuudella katsotaan kykenevän. Terveystilan lisäksi otetaan huomioon henkilön koulutus, ikä, aikaisempi toiminta, asuminen sekä muut näihin verrattavat seikat. Julkisella sektorilla riittää, että on tullut kykenemättömäksi omaan työhönsä jonkin sairauden, vamman tai vian vuoksi. Työkyvyttömyyseläke myönnetään yleensä vasta silloin, kun henkilö on saanut sairauspäivärahaa 300 arkipäivältä. Työeläkejärjestelmässä työkyvyttömyyseläke voidaan myöntää 18-62-vuotiaille ja kansaneläkejärjestelmässä 16-64-vuotiaille henkilöille. Kansaneläkejärjestelmässä myönnetään työkyvyttömyyseläke alle 20-vuotiaalle nuorelle vasta sitten, kun hänen kuntoutumismahdollisuutensa on selvitetty. Työkyvyttömäksi kansaneläkejärjestelmässä katsotaan aina henkilö, joka on pysyvästi liikuntakyvytön tai sokea. (ETK 2016b, 20; Kela 2016, 92.)

Työkyvyttömyyseläke myönnetään joko toistaiseksi tai määräaikaisena kuntoutustukena. Ennen työkyvyttömyyseläkkeen määräämistä selvitetään, hyötyisikö henkilö ammatillisesta tai lääkinnällisestä kuntoutuksesta. Kuntoutustuki myönnetään silloin, kun katsotaan henkilön toimintakyvyn mahdollisesti kuntoutuksen

ja hoidon avulla palautuvan. Ennen kuntoutustuen myöntämistä henkilölle tehdään yksilöllinen hoito- tai kuntoutussuunnitelma. Työeläkejärjestelmässä työkyvyttömyyseläke voidaan myöntää joko täytenä tai osaeläkkeenä. Osaeläke on puolet täydestä työkyvyttömyyseläkkeestä. Kansaneläkejärjestelmän maksamaa työkyvyttömyyseläkettä ei myönnetä osaeläkkeen suuruisena. Täysi työkyvyttömyyseläke voidaan myöntää henkilölle, kenen työkyvyn katsotaan alentuneen vähintään kolme viidesosaa. Työeläkejärjestelmässä työkyvyttömyyseläke muuttuu vanhuuseläkkeeksi 63-vuotiaana ja kansaneläkejärjestelmässä 65-vuotiaana. (ETK 2016b, 20–21; Kela 2016, 92.)

2010-luvulla työkyvyttömyyseläkkeiden määrässä on yleisesti tapahtunut hurjaa laskua. Kaikkien 16-64-vuotiaiden työkyvyttömyyseläkkeensaajien määrä on vuodesta 2010 vuoteen 2015 vähentynyt noin 16,95%, mikä tarkoittaa yli 40 000 henkilöä. Myös yleisesti mielenterveysperusteiset 16-64-vuotiaiden työkyvyttömyyseläkkeet ovat laskussa. Kaikista työkyvyttömyyseläkkeistä 49% on mielenterveysperusteisia, mutta vuonna 2015 siirtyneistä vain 33% johtui mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöistä. Vuoden 2015 lopussa oli yhteensä 14 248 alle 29-vuotiaasta työkyvyttömyyseläkkeensaajaa, joista 3714 eläköityi vuonna 2015. (Kela 2016, 43–49.) Halusin hieman vertailla työkyvyttömyyden vuoksi eläköityneiden ihmisten määrää eri kuntien välillä. Jotta haastateltavieni kotikunnat eivät paljastu, vertailen omaa kotikuntaani Kalajokea Sähäkän kotikuntaan eli Ylivieskaan. Omassa kotikunnassani Kalajoella oli vuoden 2016 lopussa 485 henkilöä työkyvyttömyyseläkkeellä eli 3,85% koko asukasmäärästä. Ylivieskassa työkyvyttömyyseläkkeellä oli vuoden 2016 lopussa 673 henkilöä, joka on 4,43% koko asukasluvusta. (ETK 2017, 40; Kuntaliitto 2017.)

Kuntoutusrahalta pyritään ennaltaehkäisemään työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymistä. Jos nuoren katsotaan hyötyvän ammatillisesta kuntoutuksesta, maksetaan hänelle nuoren kuntoutusrahaa. Edellytyksenä on, että nuoren työkyky, ansiomahdollisuudet tai ammatinvalintakyky ovat sairauden, vamman tai vian vuoksi olennaisesti heikentyneet. Lisäksi arvioidaan, onko nuori työkyvyn arvioinnin sekä tehostetun kuntoutuksen tarpeessa. (Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 566/2005 3:20 §.) Kaikista vuonna 2005

mielenterveysperusteiselle työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyneistä alle 25-vuotiaista nuorista noin neljäosa oli saanut nuoren kuntoutusrahaa ennen eläkkeelle siirtymistä (Koskenvuo, Hytti & Autti-Rämö 2011).

Nuoret eivät koskaan eläköidy kevyin perustein, vaan takana on usein pitkä sairaushistoria. Nuorten aikuisten mielenterveysperusteiset työkyvyttömyyseläkkeet myönnetään 85 prosentille kuntoutustukena eli määräaikaisena eläkkeenä. Hoidon ja kuntoutuksen tulee olla suunnitelmallista ja tähdätä siihen, että nuori kykenisi aloittamaan työt tai opinnot jossain vaiheessa. Osa sairastuneista ei kykene hoidosta tai kuntoutuksesta huolimatta osa-aikaiseen työhön avoimilla työmarkkinoilla. Vaihtoehtoja ja keinoja tarvittaisiin lisää, jotta osatyökykyisetkin voivat osallistua työelämään ja opintoihin. Työhön paluuta tulee suunnitella jo varhaisessa vaiheessa hoidon tai kuntoutuksen rinnalla. (Ahola & Mattila-Holappa 2015).

4.3 Aikaisemmat tutkimukset

Tutkimusongelmaa ja tutkimuksen rajaamista pohtiessa on tutkijan syytä tutustua huolellisesti jo olemassa oleviin tutkimuksiin ja kirjallisuuteen (Hirsjärvi & Hurme 2004, 13). Tutkimuksia nuorten mielenterveysperusteisesta eläköitymisestä on tehty ja tehdään tulevaisuudessakin paljon. Syiden ja seurauksien etsiminen on tärkeää, jotta voidaan löytää ennaltaehkäiseviä keinoja nuorten eläköitymiselle. Lisäksi näillä informaatioilla tulee olemaan tärkeä asema palvelujärjestelmämme muokkaamisessa nuorten hyvinvointia enemmän tukevaksi. Muun muassa Kansaneläkelaitos, Eläketurvakeskus ja Työterveyslaitos ovat tutkineet työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymistä monelta eri kantilta. Eläketurvakeskus on muun muassa tutkinut työkyvyttömyyseläkkeen keskimääräistä ajallista pituutta, sitä edeltäneitä vaiheita sekä eläkkeeltä työhön paluun mahdollisuuksia. Nostin tähän opinnäytetyöhöni sellaisia tutkimuksia, jotka koin viittaavan lähemmin omaan tutkimukseeni.

Viimeisen kahdenkymmenen vuoden ajan Kela on tutkinut ja seurannut nuorten työkyvyttömyys- ja kuntoutusetuuksien käytössä tapahtuvaa kehitystä. Kelan tutkimuksen mukaan sairausperusteisia toimeentuloturvaetuuksia saavien nuorten määrä on tässä ajassa tuplaantunut. Vuoteen 2008 kehitys oli maltillista, mutta

2010-luvulla työkyvyttömyyseläkettä saaneiden nuorten määrä on kasvanut tasaisesti vuosi vuodelta. Vuonna 1995 alle 25-vuotiaasta väestöstä työkyvyttömyyseläkettä sai 0,94% ja koko sen ikäisestä väestöstä 1,5% sai jotain sairausperusteista toimeentuloturvaetuutta. Puolestaan vuonna 2016 alle 25-vuotiaista 1,3% sai työkyvyttömyyseläkettä ja saman ikäisestä väestöstä 3,2% sai jotain sairausperusteista toimeentuloturvaetuutta. Vuonna 2011 julkaistussa seuranta-tutkimuksessa on ilmennyt, ettei ammatillisen koulutuksen päättymisen jälkeistä työelämään siirtymistä tueta riittävästi. Tällöin osatyökykyinen nuori joutuu turvaamaan toimeentulonsa pysyvällä työkyvyttömyyseläkkeellä. Tutkimus tulisi toistaa, jotta selviäisi, onko muutosta tapahtunut vuonna 2014 tulleen ammatillista kuntoutusta koskeneen lakimuutoksen jälkeen. (Koskenvuori 2017.)

Kelan ja Työterveyslaitoksen yhteisesti rahoittamassa tutkimuksessa tutkittiin mielenterveysperusteisesti eläköityneiden nuorten aikuisten taustaa ja työkykyä sekä sairauksien laatua ja hoitoa. Tutkimuksen kohteena olivat vuonna 2008 työeläkevakuutuksen mukaiselle kuntoutustuella jääneet alle 34-vuotiaat henkilöt. Heidän eläköitymispolkuaan seurattiin 5,6 vuoden ajalta. Eläkehakemukset sekä niiden liitteinä olleet B-lausunnot toimivat tutkimuksen aineistona. Tutkimuksista ilmeni miesten eläköityvän vakavampien mielenterveys-sairauksien vuoksi. Heidän päihteidenkäyttönsä oli myös selvästi naisia runsaampaa. Miesten työelämään kiinnittyminen oli vaikeampaa, kuin naisten. Osittain syynä oli miesten heikompi koulutustaso, mutta myös psykoosisairauksilla oli niiden vakavuuden vuoksi vaikutusta työllistymiseen ja työssä selviytymiseen. Taustatekijöistä merkittävimmit nousivat vaikeat lapsuuden elinolosuhteet, matala koulutustaso, heikko kiinnittyminen työelämään, pitkä ja vaikea sairaushistoria sekä lääkehoitoon painottunut hoitomuoto. Kuitenkaan ei ole olemassa yhtä tekijää tai tekijäjoukkoa, joka kuvaisi nuorta eläkkeensaajaa. (Ahola ym. 2014.)

”Onko osa nuorista vaarassa syrjäytyä pysyvästi?” Tässä Kelan tuottamassa tutkimuksessa Harkko, Lehikoinen, Lehto ja Ala-Kauhaluoma ovat eri rekistereitä hyödyntämällä tutkineet vuosina 1983-1985 syntyneiden nuorten (60%:n otos = 119 600) siirtymistä aikuisuuteen. Tutkimuksessa tarkasteltiin aikuisuuteen siirtymisen polkua kymmenen vuoden ajalta. Tavoitteena oli selvittää nuorten syrjäytymisriskejä sekä tutkia sitä, kuinka palvelujärjestelmämme tukee aikuisuuteen

siirtymistä. Oman opinnäytetyötutkimukseni kannalta esiin nousi muutama merkittävä tieto. Tutkimuksesta ilmeni työmarkkinoiden vakiintuminen useamman nuoren kohdalla. Kuitenkin noin joka kymmenes nuorista oli valtaosan tutkimuksen seuranta-ajasta ollut työn ja koulutuksen ulkopuolella. Psykyklääkkeiden käytössä oli tapahtunut selvää kasvua 2000-luvulla. Suurin osa lääkityksistä oli kuitenkin tilapäisiä. Vain harva niistä nuorista oli työelämässä, kenellä oli sekä psyykkisiä ongelmia että heikko koulutustaso. Tästä ryhmästä neljännes sai eläke-etuutta ja peräti kaksi kolmesta toimeentulotukea. Seurantajakson alussa eläke-etuutta oli saanut 0,4% nuorista väestötasoon verraten. Seurantajakson lopussa vastaava luku oli ollut 1,7%. Yleisimmin eläkkeelle siirryttiin työvoiman ulkopuolisella statuksella, esimerkiksi opiskelijana. Yleisin eläke-etuuden peruste naisilla oli mielialahäiriöt ja miehillä skitsofrenia. Työkyvyttömyyseläkkeeltä pois siirtymiset olivat seurannan aikana melko harvinaisia ja yleisimmin ne johtivat muuhun, kuin työn ja tulojen näkökulmasta itsenäiseen elämään. Tutkimuksesta nousi esiin palvelujärjestelmämme pirstaleisuus, joka ei vastaa laaja-alaisten ongelmien kanssa kamppailevien nuorten yksilöllisiin palveluntarpeisiin. (Harkko, Lehikoinen, Lehto & Ala-Kauhaluoma 2016.)

Koskenvuo, Hytti ja Autti-Rämö ovat Kelan tuottamassa tutkimuksessa viiden vuoden ajan seuranneet vuonna 2005 päättäneiden nuorten kuntoutusrahaa saaneiden polkua. Tutkimuksessa selvisi, että kuntoutusrahan oikeuttaneen vamman tai sairauden laatu vaikuttaa siihen, siirtyykö nuori etuuden päätyttyä työkyvyttömyyseläkkeelle tai muiden etuuksien saajaksi. Tulosten perusteella huomattiin myös se, että ilman nuoren kuntoutusrahaa eläkkeelle siirtyisi suoraan 16-vuotiaana huomattavasti enemmän nuoria. Viiden vuoden jälkeen oli kuntoutusrahaa saaneista alle 25-vuotiaista työkyvyttömyyseläkkeelle siirtynyt 51,6% eli hieman yli puolet. Vähän alle puolet olivat saaneet työmarkkinatukea tai peruspäivärahaa, kolmannes sairauspäivärahaa ja viidesosa opintotukea. Kuntoutusrahaa mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden takia saaneista siirtyi viiden vuoden seurannan aikana työkyvyttömyyseläkkeelle 54,6% ja sairauspäivärahaa sai 35,2%. Vaikka kuntoutusrahan oleminen vain siirtäisi työkyvyttömyyseläkettä myöhemmäksi, saattaa sillä olla paljon positiivisia vaikutuksia nuoren elämään. Kuntoutusrahan turvin opiskeleminen on voinut lisätä elämänhallintaa ja itsenäi-

syyttä. Lisäksi sitä kautta on saattanut tulla pysyviä sosiaalisia suhteita sekä tukiverkostoja. Nuoren toiminta-, opiskelu- ja työkyky on voinut kokea huomattavaakin muutosta myönteisempään. Tutkimus osoitti, ettei kovin usean nuoren kohdalla tapahtunut niin radikaalia muutosta, että tavoitteet työhön paluusta olisivat täyttyneet. Koskenvuo, Hytti ja Autti-Rämö toteavatkin, olisiko nuorelle myönnettävän kuntoutusrahan edellytyksissä otettava huomioon muita realistisempia tavoitteita koulutukselle, kuin työelämään siirtymisen tavoite. (Koskenvuo ym. 2011.)

Katri Tuomi on Tampereen yliopistossa sosiaalityön pro gradu-tutkielmassaan: ”Et sä voi sanoo kellekään tän ikäsenä, et mä oon eläkkeellä” tutkinut mielenterveyden häiriön vuoksi työkyvyttömyyseläkkeellä olevien nuorten aikuisten identiteettiä sekä toimijuutta. Tuomi on tutkinut millaisia merkityksiä mielenterveyden häiriön vuoksi työkyvyttömyyseläkkeellä olevat nuoret aikuiset antavat identiteetilleen ja toimijuudelleen. Lisäksi hän on tutkinut nuorten mahdollisia kokemuksia syrjäytymisen tai toiseuden tunteesta; mistä ne kumpuavat ja minkälaisia merkityksiä nuoret antavat näille kokemuksille. Tuomi haastatteli tutkimustaan varten kuutta 23-30-vuotiasta kuntoututuella olevaa nuorta. Tutkimuksesta ilmeni, että sairastuminen ja eläköityminen olivat aiheuttaneet haasteita sekä nuoren aikuisen identiteetille että toimijuudelle. Eläköityminen oli haastateltavissa aiheuttanut ristiriitaisia tunteita, helpotusta, häpeää ja itseleimaamista. Sairauden hyväksymisen tärkeys oli näyttäytynyt tutkimuksessa. Nuoret olivat kokeneet syrjäytymistä etenkin sairauden vaikeissa vaiheissa ja se oli aiheuttanut sosiaalisista kontakteista eristäytymistä. Toimijuuden lisääntyminen oli näkynyt kuntoutumisena ja mitä kuntoutuneempia tutkimukseen osallistuneet olivat, sitä vähemmän sairaudet hallitsivat heidän toimijuuttaan. Joltain osin mielenterveyspalvelut olivat edistäneet toimijuutta, mutta osa oli kokenut toimijuuden loukkuna hoitoon pääsyn vaikeuden. (Tuomi 2014.)

4.4 Hankkeet

Tällä hetkellä yksi hallituksen isoimmista kärkihankkeista on osatyökykyisten työllistäminen. Sosiaali- ja terveysministeriön Osatyökykyisille tie työelämään eli OTE-kärkihankkeen (2016-2018) tavoitteena on, että osatyökykyiset henkilöt jat-

kavat työelämässä tai työllistyvät avoimille työmarkkinoille. Mahdollisuus osallistua työelämään lisää osatyökykyisten henkilöiden yhdenvertaisuutta ja parantaa heidän elämänlaatuaan. Kärkihankkeen kahdeksassa eri projektissa luodaan ja testataan uusia keinoja, joilla osatyökykyisten työllistymistä voitaisiin parantaa ja osallisuutta tukea. Kahdeksan eri projektia ovat: OSKU-ohjelman suositukset., koulutuksella muutokseen, vammaisten yrittäjäyys, mallit työllistymiseen ja osallisuuteen, rekrytointikynnyksen madaltaminen, tieto helposti verkosta, polut hoitoon ja kuntoutukseen sekä kannustinloukut. (STM n.d.; THL 2017a.)

Halusin nostaa tänne esille seuraavan indikaattorin sen takana olevan idean vuoksi. Hyvinvointikertomus on syntynyt kehittämistyön kautta. Se juontaa alkunsa nuorisolaista ja sen tarkoituksena on sisältää tuoreita tilastoja ja tutkimuksia helsinkiläisnuorista sekä toimia tietoperustana nuorille suunnattujen palveluiden kehittämiseksi Helsingissä (Nuorten hyvinvointikertomus n.d.). He ovat kehittäneet hyvinvointi-indikaattorin, joka kuvaa Kelan ja Eläketietokeskuksen yhteistilastoista saatujen tietojen perusteella helsinkiläisnuorten työkyvyttömyyttä. Indikaattorista selviää, että vuoden 2016 lopulla työkyvyttömyyseläkkeellä oli 1369 helsinkiläistä nuorta aikuista. Se tarkoittaa sitä, että työkyvyttömyyden vuoksi eläkkeellä oli yksi sadasta 16-29-vuotiaasta helsinkiläisnuoresta. Suurin ikäryhmä tästä ikähaitarista oli 25-29-vuotiaat, joka kattaa 1,2% kaikista sen ikäisistä helsinkiläisistä. Heistä 82% oli eläköitynyt mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi. Helsingissä työkyvyttömyyseläkkeellä olevien 16-29-vuotiaiden nuorten määrä kasvoi kahdella prosentilla vuodesta 2015 vuoteen 2016. Koko maassa kasvua oli kolme prosenttia. Heistä 82% oli eläköitynyt mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi. (Nuorten hyvinvointikertomus 2017.) Tämä on mielestäni erittäin hieno ja kallisarvoinen kehittämistyön tulos. Se antaa kehittämisideoita palveluiden suunnittelussa sekä kertoo niissä ilmenevät selkeät puutteet. Tätä kehittämistyötä olisi hyvä hyödyntää myös muualle Suomeen, sillä valtaosa meidän nuorista vaikuttaa pääkaupunkiseudulla.

5 NUORTEN KOKEMUKSIA ELÄKÖITYMISESTÄ

5.1 Haastatteluun osallistuneet nuoret

Haastateltaviksi ilmoittautui kolme Sähäkässä ollutta kuntoutujaa, kaksi naista ja yksi mies. Haastateltavat olivat siirtyneet kuntoutustuelle 18-21-vuotiaina. Eläkevuosia heille oli kertynyt kahdesta viiteen vuotta. Kaikilla oli takanaan ainakin yhden keskeytyneet opinnot, mutta kahdella koulutustausta oli ollut selkeästi parempaa. Useita yrityksiä koulussa, jotka olivat päättyneet keskeytykseen. Ainoastaan yhdellä tutkimukseen osallistuneista oli valmis ammattitutkinto. Hoitoon hakeutuminen oli jokaisella ollut omalla tavallaan hankalaa ja oikean diagnoosin löytäminen oli vienyt kauan aikaa. Kuntoutukseen pääseminen oli ollut eräänlainen käännekohta jokaisen elämässä, vaikka yhden kohdalla kuntoutus olikin jossain vaiheessa keskeytynyt. Sähäkän kuntoutumiskodin jokainen koki positiivisena paikkana ja sieltä oli solmittu pysyviäkin kaverisuhteita. Käyn läpi haastattelut teemoittain ja tarkempaa analyysia niistä teen luvussa kuusi.

5.2 Sosiaalinen pääoma

Lähisuhteita tarkastellessa yhtenäistä oli se, että jokaisella oli isot suvut, joiden kanssa yhteydenpito oli sairastelun myötä jonkin verran vähentynyt. Yksi haastateltavista kertoi, ettei ole sairastelusta eikä sen myötä eläköitymisestä kertonut juuri kenellekään sukulaiselle. Hän kuitenkin koki lähimmäiset sukulaisensa luotettaviksi ja heidän tarjoama tukiverkkonsa oli eriarvoisen tärkeää haastateltavalle.

"...mutta niinku se on tosi pieni ympyrä, joka tietää minun sairauet. Että niinku semmonen tiivis alle kymmenen hengen tukiverkko on. Että en huutele kauhiana sen enempää sitte."

Toinen haastateltavista puolestaan koki työkyvyttömyytensä ja eläköitymisensä vaikuttaneen vahvastikin omiin perhesuhteisiinsa.

"No varmaan ainaki perhesuhteisiin, ku ne pitää mua jonaki, et mää en vaan vihti tehä mitää tai sillee. Mää oon päässy nii helpolla sen suhteen."

Kolmas haastateltavista koki omien sukulaissuhteidensa vähentyneen sairastelun myötä, mutta kuntoutumisensa vaikuttaneen sosiaalisiin suhteisiinsa positiivisesti.

”...Ehkä se vähä väheni silloinku sairastu ja sillee niinku, että se niinku yhteyenpito väheni. Se jotenki niinku ja osittain vähä lakkaski sitte, ettäkö oli huonosa kunnosa. (...) on taas ruennu niinku lähipiiriin kiinnittäään enemmän huomiota.”

Kaverisuhteissa oli jokaisella tapahtunut muutosta eläköitymisen myötä. Yksi haastateltavista huomasi ystävyysuhteidensa muuttuneen heti sairastumisensa jälkeen. Hän koki kaverisuhteensa olevan tällä hetkellä hyvin yksipuolisia. Hän kertoi antavansa paljon enemmän kaverisuhteisiin, kuin itse niistä tuntee saavansa. Haastateltavalla ei kertomansa mukaan ole yhtään luottokaveria, jolle voisi pahan olon tullessa soittaa.

”Tunnen (eläköitymisellä olleen vaikutusta). Tosi pieni kaveripiiri. Että niinku normaalisti, ku sanoo tai heti, ku tulee se hullun leima ottaan, nii kaverit lähtee ympäriltä. Ne ei niinku oikeen ymmärrä mikä on mielenterveysongelma eikä sitä, että miten se vaikuttaa minnuun.”

Toinen haastateltavista kertoi vasta eläköitymisen myötä menettäneen ystävänsä. Hänellä ei myöskään kertomansa mukaan ole yhtään hyvää ystävää tai ketään, keneen voisi mielestään luottaa. Kaverisuhteiden luominen tuntui hänestä olevan haasteellista, vaikka Sähäkän kuntoutus oli hänen mukaansa edesauttanut kuntoutumaan myös sosiaalisesti.

”...Kova on ollu yritys, mutta tekis mieli vaa luovuttaa sen suhteen. Että jostain syystä mä en vaa kelpaa kellekkää kaveriksi.”

Kolmas haastateltavista koki kaverisuhteidensa muuttuneen positiivisesti sairastumisen ja eläköitymisen myötä. Hän kertoi kuntoutumispolkunsa varrella muodostuneen paljon uusia kaverisuhteita, jotka ovat laadultaan erilaisia, kuin ennen.

”No siis kavereita on ehkä niinku tavannu lissää ja on tullu semmosia niinku ehkä syvempiä kaverisuhteita. On niinku tavannu semmosta saman henkistä porukkaa niinku osastolla ja tämmöstä, että mitä niitä keikkoja ollu nii. Se on aika jännä, että niitä on tullu lissää niitä semmosia Ja sitte että semmosia eri ikäsiä on tavannu, että ei oo enää sillä iällä nii merkitystä.”

Kukaan haastateltavista ei ollut haastatteluhetkellä parisuhteessa. Kaksi haastateltavista tunsivat eläköitymisellä olleen selvästi vaikutusta parisuhteisiin ja niiden

luomiseen. Toinen nosti esille ymmärryksen puutteen ja toinen eläketulojen pienuuden.

”...Eläköityminen vaikuttaa suhteeseen sillai, että tää toinen osapuoli ei ymmärrä sitä, että mää oonki vaan kotona. Että niinku pystyn niinku olleen kotona ja teen ruuat valamiiksi ja näin, mutta sitte niinku jos ei toinen osapuoli tai niinku sannoo mua hulluksi tai haukkuu menneisyyttä, nii ei se toimi.”

”On niinku ollu sillä vähä semmonen niinku huonompi vaikutus, että sitä on niinku se sosiaalinen elämä vähä rajottuneempaa. Siis se vaikuttaa sitte se niinku se taloudellinen tilanne sitte siihen, että ei oo niinku rahaa käyä tai harrastaa tai sillee niinku. Että se vähä se rahanpuoli on siinä se, mikä niinku estää sitä harrastamista ja semmosta.”

Kaikkien haastateltavien harrastukset olivat yksilöharrastuksia. Eläköityminen oli vaikuttanut siihen, että harrastuksia oli lopetettu taloudellisista syistä. Jokainen haastateltavista kertoi kirjoittavansa joko runoja tai lauluja. Kukaan ei kokenut järjestötoimintaa tai vertaistuellista ryhmää itselleen hyödylliseksi.

Kaksi haastateltavista kertoi olevansa luonteeltaan sosiaalisia ja säilyttäneensä tämän luonteenpiirteen eläköitymisen jälkeenkkin. Kaksi toivoisi muutosta sosiaalisiin suhteisiin, jotta se tukisi itsenäisen elämän rakentumista. Sosiaalisten suhteiden uskottiin laajenevan, kun toimintakyky sallii työ- ja kouluelämään siirtymisen. Yksi otti esille sen, että työkyvyttömyyseläke leimaa nimenä hänet ja vaikuttaa sitä kautta uusien sosiaalisten suhteiden luomiseen.

”No kyllä mää oon ihan niinku tyytyväinen. Mutta ehkä se vois olla vähä laajempi. Ehkä se jotenki vaikuttaa se, se että ku on eläkkeellä. (...) Jos sää meet vaikka jollekki ja sanot, että joo mää oon eläkkeellä nii se vähä niinku karkottaa sitte ne.”

Pyysin arvioimaan sosiaalisten suhteiden määrän ja laadun asteikolla yhdestä kymmeneen. Kaksi arvioi sosiaalisten suhteiden numeroksi seitsemän ja yksi kysyi minulta: *”en todellakaan oo tyytyväinen, mutta onks se yks (1) liian rankka?”* Seitsemän arvosanaksi antaneet toivoivat, että sosiaalisia suhteita olisi enemmän. Tässä toinen nosti esille sen, että omaa panostusta sosiaalisten suhteiden kehittämiseen tarvittaisiin paljon enemmän. Kuitenkin hän kokee sairaalajaksonsa vaikuttavan uusien sosiaalisten suhteiden luomiseen.

”..Mutta sitte niinku tähän, että ois niinku näitä kavereita enemmän, nii pitäs niinku panostaa ihtiään aika palijo. (...) Ku kerran käyt Visa-lassa, nii sulla on aina leima ohtasa. Että jos sannoo, että sää oot Vi-salasa käyny, nii jaa, sää oot sieltä ja sieltä. Kiitti hei.”

5.3 Elämänlaatu

Pyysin haastateltavia määrittelemään onnellisuuden. Haastateltavat kuvailivat onnellisuutta muun muassa elämästä nauttimisen, tyytyväisyyden ja omana itsenä olemisen käsitteillä.

”Onnellisuus on sitä, että sää oot ihtesä kanssa sujut. Elikkä mullahan meni pari vuotta hyväksyä tää sairaus. Että niinku se on se ensimmäinen aste, että sää hyväksyt sen oman sairautes. Siittä se lähtee se sun kuntoutuminen etenemmää. Että niinkö, se ei oo semmosta, että naps yhtäkkiä niinku sää hyväksytki sairauen. (...) Niinku onnellisuus on sitä, että sää hyväksyt asiat sellasina, ku ne on. Hyväksyt menneisyyen sellasena, ku se on. Sää et voi enää siihen menneisyyteen vaikuttaa millään lailla. Ja keskityt tulevaan. Elät vaikka päivä kerrallaan tai hetki kerrallaan, mutta sulla ei oo mihinkään kiire.”

Kysyin myös haastateltavilta suoraan ovatko he onnellisia. Yksi ei pystynyt niin vahvalla määritelmällä itseään arvioimaan, mutta totesi olevansa tyytyväisempi elämäänsä nyt, kuin vaikka puoli vuotta sitten. Kaksi haastateltavista vastasi suoraan olevansa onnellisia ja tyytyväisiä tähän hetkeen. Onnelliseksi heidät teki muun muassa läheiset, onnistumisen kokemukset sekä osittain itsenäisemmän elämän saavuttaminen.

”Että on ruennu selekiytyyn ne tulevaisuennäkymät ja silleen, että ei enää haahuile sillee päämäärättömästi.”

Kaksi haastateltavista koki selkeästi eläköitymisen vaikuttavan onnellisuuteen. Yksi selvensi, ettei niinkään eläköityminen vaikuta, vaan siihen johtaneet syyt eli sairaudet. Elämäntyytyväisyyttä vähensi myös se, että moni suunnitelmassa ollut asia oli jäänyt saavuttamatta. Jokainen mainitsi jotain, mitä olisi halunnut tehdä, vaan ei ole eläköitymisen myötä siihen kyennyt. Osa vertasi omaa elämäntilannettaan muiden ikätovereidensa elämäntilanteisiin.

”Kyllä niinku moni ihimettellee, että niinku miten sää noin nuorena oot eläkkeellä. Moni ihimettellee sitä, ku sää, niinku kaikki sannoo, että sää et oo päivääkään tehny niinku virallisia töitä. Nii mää sannoin, että minkä minä sille voin, jos ei pääkoppa toimi, että niinku, kyllä vaikuttaa. Että niinku joskus on niinku manannu, että jumaliste, että toivottavasti

ei ois sairastunu ikkää. Mutta sitte niinku sairaus on opettanu mussa senki, että mää nään uusia puolia ihtessäni. Että sitä on se, itsensä löytäminen koko ajan nii. Se on semmosta kamppailua.”

”No kyllä sillä ehkä jonku verran on, on silti, että vähä sen verran joudun sanoon takasi. Se vähä rajottaa. Varsinki jos nuorena eläköityy, nii se on aika iso asia. (...) Toisaalta se oli helepotus, koska siinä tilanteessa se ootus, oli tosi semmonen epävarma. Mutta sitte sää niinku tiesit, että nonniin, nyt sun ei tarvi ennää mieltää niinku, että mille sää niinku rupiat. Tai niinku, se oli aika hankala tilanne mullaki.”

Kaksi haastateltavista mainitsi oireiden tunnistamisen tärkeyden arjessa. Toinen nosti esiin sen, kuinka tärkeää on oppia erottamaan sairaudesta johtuva käytös ihmisen normaalista käytöksestä.

”Se vie kaikista eniten aikaa täsä niinkö ihtensä kanssa kuntoutumisessa. Että niinkö mikä kuuluu sairauteen ja mikä on minua ihtiä. Aina eppäilee niinku sairauksen puolelta ensin, että ei ajattele sillai, että hei, tää voiki olla normi-ihimisen käytöstä. (...) Että onkohan tää sairauteen vai onkohan tää normaalia. Mää oon äitiltäki joutunu kyssyyn pari kertaa, että onko tää ihan oikiasti normaalia.”

Pyysin haastateltavia arvioimaan asteikolla yhdestä kymmeneen, kuinka tyytyväisiä he elämäänsä ovat tällä hetkellä. Yksi arvioi luvun olevan viisi. Hän totesi kuitenkin saaneensa apua oikeaan aikaan, mutta olisi tarvinnut kuntouttavaa hoitoa paljon enemmän. Toinen arvioi elämäntyytyväisyytensä olevan hyvä numerolla kahdeksan. Hän olisi myös kaivannut apua ja osallistavaa toimintaa aiemmin. Lisäksi hän kokee kuntoutustuen *passivoivan* liikaa. Kolmas haastateltavista arveli elämänsä olevan tällä hetkellä oikein tyydyttävää, sillä on saanut tarvittavasti kaipaamaansa tukea.

”Kyllä se on täyet, että kyllä mää niinku riitän ihtelleni ja sillai. Ja oon tyytyväinen tuohon mun tukiverkoston ja monta kertaaki kiittäny niitä.”

”...No sitte tuli kuntoutustukipäätökset, mää sain kuntoutustukkee sitte. (...) Tuli vähä semmonen olo kuitenkin, että mittää ei niinku, niinku mittää niinku, mitä sää pystyt rueta tekkeen. Mistää terapiakeskuksesta, mistää et saanu tietoo mistää. Että vähä niinku, että no ollaan täsä vaa, että. Että se ei ollu mitenkään niinku kuntouttavaa tai. Kuntoutustuki on kuitenkin, vaikka se on eläke, nii nii minusta sen pitäs olla kuitenkin vähä ehkä semmonen kannustavampi tai jotenki semmonen. Että se on jotenki passivoiva tai semmonen.”

5.4 Tulevaisuudennäkymät

Pyysin nuoria pohtimaan omia tulevaisuuden haaveitaan. Kaikki haastateltavista haaveili pääsevänsä työhön tai koulutukseen. Yhdellä haastateltavalla oli psykisten rajoitteiden lisäksi myös fyysisessä toimintakyvyssä työntekoa rajoittava tekijä. Hänen konkreettisena haaveenaan oli saada ajokortti, jolla olisi elämää helpottavia ja sosiaalisia suhteita ylläpitäviä vaikutuksia. Parisuhteeseen ei ollut kiirettä, ennen kuin psykkinen toimintakyky olisi tasapainossa. Lisäksi hän haaveili kiinnittyvänsä työelämään esimerkiksi työkokeilun kautta.

”...niinku haluais töihin, tai niinku sillai työkokkeiluun. Mutta sitte niinku mun pitäis olla nii tasapainosa ihteni kans, että mä pystyn normityöhön sen kaheksan tuntia. Koska mä koitin sitte niinku. No tämän vuojen puolella koitin semmosen, kuukauen verran kävin kuntouttavassa työssä. (...) Nii musta se neljä tuntiaki oli vaikiaa, että mä olin vaan sen kolome tuntia. Että siinä on sitte niinku justia tuosa työssä nii ne ajatukset pääsee liikaa valloilleen. Nii sitte siihen ei pysty keskittyy mitä tekkee, ku ne ajatukset on jumissa.”

Kahdella haastateltavalla haaveet sijoituivat koulutukseen ja sitä kautta ammatin saamiseen. Molemmat ottivat puheeksi epävarmuuden omasta jaksamisestaan. Toinen haastateltavista kuitenkin kertoi kuntoutuneensa suhteellisen hyvin ja uskoi kykenevänsä opiskelemaan itselleen ammatin. Hän kertoi tulevaisuutensa näyttävän valoisalta ja haaveilevansa ihan *tavallisesta elämästä*. Hänen epävarmuutensa jaksamisensa suhteen kohdistui työelämän aikatauluihin ja pitkiin työvuoroihin.

”No semmosesta tavallisesta elämästä, että sais ammatin ja... No se ammatti on tällä hetkellä se, mistä mä haaveilen eniten. (...) Siis kyllä mua välillä mietityttää se oma jaksaminen sitte, että miten jaksaa sitte töissä, ku (...) alalla ne työpäivät on vähä semmosia.”

Toinen koki koulusta tulevan painostusta suoritustahdin suhteen. Hänellä on joi-tain kursseja kyseisistä opinnoista suoritettuna ennen akuuttia sairastumista.

”Joo, mut ku se oli se opo silleen, nii ooksää töissä, mä että en. No sittehän sää käyt tämän kahteen vuoteen. Sitte mä yritin sanua, että pikkasen on ollu ongelmia ton jaksamisen kans.”

Pyysin haastateltavia pohtimaan, kuinka realistisia heidän tulevaisuudennäkymät tällä hetkellä ovat ja onko eläköitymisellä heidän mielestään vaikutusta näihin tu-

levaisuuden suunnitelmiin. Ajatukset tulevaisuudesta ja sen realistisuudesta olivat hyvin hajanaisia. Kuntoutumiseen uskottiin kyllä, mutta tulevaisuuden ajatteleminen esimerkiksi tietyn ajan kuluttua oli kaikkien kohdalla mahdotonta. Kaksi kolmesta haastateltavasta koki eläköitymisellä olevan vaikutuksia tulevaisuuden näkymiin.

”No ku se just, että mää en halua olla se mielenterveyskuntoutuja. Et mää en suostu lähtee mihinkään kuntouttavaan työhön, vaan mulla on samantien tavoite se koulu. Että minähän en niinku suostu, mää en oo missään vaiheesa suostunu, että mää oon se sairas tai se. Että, jos mulla menee hyvin, nii mää haluan, että mulla menee hyvin. Eikä kukaan sano, että et voi tehdä noin, koska sää oot tollanen.”

”No ainaki mää oon paljo jälesä muista. Mutta en mää sitte tiä. Eihän ne nyt kukkaa saa tietää, jos mää saan kouluja käytyä, että mikä se mun tausta on. Paitsi sitten kaikki, mikä musta niinku ulospäin näkyy. Mutta nii, emmää tiä. (...) Nii tai se justii, että jos nytkään ei pysty, nii miten pystyy myöhemmin.”

Yksi haastateltavista koki haaveensa realistisiksi, kunhan vielä ensin antaa aikaa itselleen kuntoutua rauhassa. Hän myös uskoi eläköitymisellä olevan vaikutusta töiden saamiseen tulevaisuudessa.

”Kyllähän se vaikuttaa aika palijo työntekkoon sitte. Ku nehän kuitenkin näkkee joka paikasa, että jaa sie oot ollu eläkkeellä. Että niinku ehkä se eläkkeen saajan maine täsä jännittää että, nuo muut jää yli kuuskymppisenä eläkkeelle ja mää jään alle kolomikymppisenä. Ne voi vähä kahtua pitkään että: miten nuin nuori voi olla jo eläkkeellä tai, että niinku ei oo teheny töitä tai mittää semmosta niinku. Kyllähän töihin haluaa, mutta se on se, että niinku jos työhaastatteluunki mennee ja sielä näkkee, jaa sää oot ollu eläkkeellä. Siinä on mukava selittely sitte nii. Enkä mää jaksaa niinku sitä selittelyä tai sitä semmosta ja. Ja niinku yllesä äitillekki on sanottu, että voi kauhia, ku lapsellaski on nii vaikiaa. Nii se on sanonu, että no mielummin lapsi, jolla on mielenterveysongelmia, ku syöpä johon se kuolee. Että niinku. Mää oon sitte ollu sitä mieltä, että näitä sonnanpuhujia on joka puolella, että antaa mennä toisesta korvasta sissään, minä en välitä. Että kyllä minä tiän ehkä ite parhaiten, mitä on mun vointi ja tälleen.”

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Sukulaisten kanssa välit olivat jäähtyneet ennemminkin sairastelun, kuin mitä eläköitymisen seurauksena. Kahdella haastateltavista oli erittäin läheiset välit perheenjäseniin ja perheistä muodostui heille tärkeät tukiverkostot. Yksi haastateltavista koki ettei tule työkyvyttömyytensä ja sairauksiensa kanssa tarpeeksi ymmärretyksi, jonka vuoksi välit perheeseen olivat sairastelun ja sittemmin eläköitymisenkin myötä viilenneet. Yksilö kuitenkin tarvitsee sosiaalista tukea, jolla Hyyppän (2002, 56) mukaan tarkoitetaan yksilön lähipiirin jakamaa hyväksyntää, arvostusta ja rakkautta.

Kaikkien haastatteluun osallistuneiden kaverisuhteet olivat tavalla tai toisella kokeneet muutosta. Kaksi haastateltavista koki selvästi hyvien ystävien vähentyneen ja jopa hävinneen. Kaverisuhteet olivat heidän mukaansa muuttuneet enemmän pinnallisiksi ja heillä oli nykyään enemmän vain *hyvän päivän tuttavია*. Tulkitsin haastatteluissa nuorten kokevan itsensä melko yksinäisiksi. Vaikka tukiverkostoa olikin, puuttui kahdelta haastateltavalta täysin luottamuksellinen ja vastavuoroinen ystävyysuhde. Ihminen yleensä tiedostamattaan vertailee omia olemassa olevia ihmissuhteitaan toivomiensa sosiaalisten suhteiden määrään. Tiedostamattaan ihminen on asettanut itselleen jonkinlaisen laadullisesti ja määrällisesti tyydyttävien ihmissuhteiden standarditason ja jos hän ei vertaillessaan yllä tähän standarditsoon, kokee hän tyytymättömyyttä, epäonnistumista sekä yksinäisyyttä. Joka viides ihminen kokeekin jossain vaiheessa elämänsä pahaa oloa ja ahdistusta siitä, ettei hänellä ole ketään, keneen luottaisi tai kenen kanssa jakaisi kokemuksia (Junttila 2015, 15, 29). Uusimmassa kouluterveyskyselyssä selvisi, että 7,4% ammattioppilaitoksissa ja 7,2% lukion 1. ja 2. luokalla opiskelevista nuorista kokee, ettei heillä ole yhtään läheistä ystävää (THL 2017b).

Yllättävää aikaisempaan haastatteluaineistoon verraten oli, että yksi koki eläköitymisen ja sen takana olevien sairaalajaksojen selvästi parantaneen kaverisuhteiden määrää sekä laatua. Hän sai vertaistukea ja ymmärrystä näistä kaverisuhteista. Hän koki ainoana haastateltavista myöskin kaverisuhteissaan luottamusta sekä tasavertaisuutta. Psykkisen toimintakyvyn romahtaminen saattaa aiheuttaa syrjäytymisen vaaran sekä hyvin negatiivisia syyllisyyden ja häpeän tunteita.

Saman läpikäyneiden vertaisten tuki ja kokemusten jakaminen voi helpottaa tilannetta. Yhteiset kokemukset lisäävät ihmisten keskinäistä ymmärrystä ja tuo toivoa kuntoutumiseen myös vaikeina aikoina. Kun ihminen kokee yksinäisyyttä ja leimautumista, on toisen samassa vaiheessa tai saman kokeneen kuntoutujan vertaisuudella erityinen merkitys. Yhteisten kokemusten jakaminen lievittää ahdistuneisuutta sekä poistaa pelkoa, jota psyykkinen sairaus tai siitä johtuva oireilu saattaa aiheuttaa (MTKL n.d.).

Eläköitymisen koettiin vaikuttaneen parisuhteisiin ja niiden luomiseen. Yksi koki, ettei ollut parisuhteessaan saanut tarpeeksi tukea, kannustusta eikä ymmärrystä eläköitymisen ja sairastelun suhteen. Yksi nosti esille taloudellisen tilanteensa ja sen vaikutukset sosiaalisen elämän rajoittuneisuuteen. Hän tunsu pienten tulojensa olevan riittämättömät harrastamiseen sekä muuhun toimintaan ja sitä kautta vaikuttavan muun muassa parisuhteiden rakentumiseen. Tutkimusten mukaan nuorten työkyvyttömyyseläkkeensaajien eläketurva on kaikista ikäryhmistä heikoin. Vuonna 2016 60-64-vuotiaiden ikäryhmässä työkyvyttömyyseläkkeensaajien kokonaiseläke oli noin 1 230€, kun puolestaan 16-34-vuotiailla se oli vain noin 820€. Osittain näin alhainen keskimääräeläke selittyy sillä, että nuoret työkyvyttömyyseläkkeensaajat saavat eläkkeensä yleensä kansaneläkkeen kautta. Nuorilla ei juurikaan ole ehtinyt kertyä vielä työhistoriaa, eivätkä he tällöin ole oikeutettuja työeläkejärjestelmän työkyvyttömyyseläkkeeseen (Rantala, Hieta-niemi, Nyman, Laaksonen & Kuivalainen 2017, 89).

Kun vertailee sosiaalisesta pääomasta kokoamaani tutkimusaineistoa Colemanin sosiaalisen pääoman käsitteeseen, voidaan huomata, että haastattelemani nuorten eläköityneiden sosiaalinen pääoma oli kokenut rajua muutosta eläköitymisen myötä. Vastavuoroisia suhteita ei nuorilla juurikaan ollut. Vain yksi haastateltavista koki saaneensa sosiaalisista suhteista vastapalveluksia. Informaation kulua ja normien kehittymistä on miltei mahdotonta tarkastella aineistostani, sillä sosiaaliset suhteet olivat hyvin rajoittuneet. Yhteenkuuluvuuden tunnetta tunsu ai-noastaan yksi haastateltavistani. Myös hän toivoi sitovansa enemmän pysyviä sosiaalisia suhteita kuntoutuessaan.

Elämänlaadun tarkastelu oli teemana hieman edellistä vaikeampi. Heikon elämänlaadun riski on suurin 18-24-vuotiailla vähän koulutetuilla ja työttömillä nuorilla, työkyvyttömyyseläkkeellä olevilla, toimeentulotuen asiakkailta sekä 80-vuotta täyttäneillä (Vaarama, Munkkila & Hannikainen-Ingman 2014, 21). Haastattelemani henkilöt täyttävät suurimmaksi osin kaksi edellä mainittua kriteeriä, jolloin heikon elämänlaadun riski on suuri. Elämänlaatua tutkin Saaren (2015a, 189) taulukon näkökulmasta eli millaista elämä on ja miten tyytyväisiä haastateltavat omaan elämäänsä ovat. Lisäksi pyysin haastateltavia pohtimaan omaa onnellisuuttaan. Onnellisuuden määrittäminen vei haastateltavilta hetken aikaa. Ojanen (2006, 77) kuvailee onnellisuuden olevan yksilöllinen ei-pysyvä tila, johon kuuluu ihmisen tulkintoja, ajattelua ja kokemuksellista toimintaa. Haastatteluissa tuli esiin muun muassa oireiden tunnistamisen ja sairauden hyväksymisen tärkeys. Eläköityminen mainittiin myös osittain elämänlaatua parantaneeksi asiaksi, koska se antoi mahdollisuuden levätä. Tutkimukseeni osallistuneet henkilöt ovat päässeet kuntoutustuelle suhteellisen nopeasti. Vuonna 2015 Kela sai 19 938 uutta työkyvyttömyyseläkehakemusta, joista 4 945 hakijaa oli alle 34-vuotiaita. Kaikkiin Kela hylkäsi 42% hakemuksista. Hylkäävän päätöksen alle 34-vuotiaiden työkyvyttömyyseläkehakemuksista sai 31,3% (Kela 2016, 107).

Jokainen tunsi jollain tapaa jättäneen sellaisia asioita oman toimintakyvyn takia tekemättä, mitä olisi elämässään halunnut saavuttaa. Kun kysyin haastateltavilta, olivatko he tyytyväisiä tämän hetkiseen elämäänsä, tuntui siihen vastaaminen olevan todella haasteellista. Muotoilin kysymyksen uudelleen niin, että pyysin heitä vertaamaan nykyistä tilannetta esimerkiksi puolen vuoden tai vuoden takaiseen tilanteeseen. Tämän jälkeen vastaaminen helpottui ja jokainen tunsi olevansa tyytyväisempiä elämäänsä verraten menneeseen aikaan. Ihmiset ovat taipuvaisia sopeutumaan eri olosuhteisiin. Elämänlaatu riippuu usein siitä, millaiset tavoitteet ihminen elämälleen asettaa ja millainen suhde nykyisellä elämäntilanteella on sekä menneisyyteen että tulevaisuuteen. Jos menneisyys nähdään tulevaisuutta synkempänä, elämään saatetaan suhtautua myönteisesti (Saari 2015a, 200). Pienestä otannastani laskettuna arvioivat haastateltavani olevan tyytyväisiä elämäänsä keskimäärin arvosanan 7,7 verran asteikolla 1-10. Nuorisobarometrissa selvitettiin 20-29-vuotiaiden nuorten tyytyväisyys elämäänsä tällä

hetkellä ja asteikolla 4-10 se oli keskimäärin 8,3 (Myllyniemi 2017, 86). Tutkimuksessani elämään tyytyväisyyttä oli saman ikäisiin verraten vähemmän, mutta otantani viralliseen vertailuun eläköityneiden nuorten näkökulmasta on mahdollista.

Yksi haastateltavista vertasi oman elämäntilanteensa olevan hyvin erilainen, kuin vanhojen peruskoulun aikaisten kavereiden. Hän kertoi, kuinka vanhat luokkakaverit ovat avioituneet ja tehneet lapsia ja hän itse koki niin sanotusti jämähtäneen paikoilleen. Oman toimintakyvyn romahduksesta tunnettiin häpeän tunteita ja omiin tämän hetkisiin saavutukseen oltiin pettyneitä. Olisi pitänyt olla jotain, johon ei pystynyt. Haastateltavat tunsivat suorittamisen paineita edelleen ja jokainen mainitsi, että ei ole vielääkään siellä missä haluaisi olla. Saari (2015b, 42) toteaa, että yhteiskunnallinen eriarvoisuudesta aiheutuva yksilöiden välinen statusvertailu vähentää onnellisuutta. Eläkkeellä oloaikaan pohti jokainen tavallaan. Nuorten 25-vuotiaiden työkyvyttömyyseläkkeellä vietetyn ajan odote on laskenut vuosien 2005 ja 2014 välillä 2,25 vuodesta 1,88 vuoteen (Laaksonen, Rantala, Järnefelt & Kannisto 2016, 1). Haastattelemani nuoret olivat olleet eläkkeellä kahdesta viiteen vuotta.

Menneisyyteen katsominen oli selvästi kivuttomampaa, kuin tulevaisuuteen katsominen. Haastateltavat olivat erittäin varovaisia tarkastellessaan tulevaisuuttaan. He eivät kyenneet kertomaan, missä he haluaisivat olla esimerkiksi vuoden tai viiden vuoden kuluttua. Kuntoutumiselle haluttiin antaa tilaa ja tulkituin nuorten olevan vielä epävarmoja oman toimintakyvyn kehittymisen suunnasta. Kukaan haastateltavista ei halunnut sanoa ääneen sellaista, mistä he eivät oman toimintakykynsä näkökulmasta voineet olla varmoja. Turhia odotuksia ei kukaan itselleen halunnut asettaa. Sosiaaliin verkostoihin toivottiin muutosta niin, että ystävyssuhteita tulisi lisää ja yhteydenpitoa heihin olisi muuallakin, kuin internetissä. Nuoret toivoivat saavansa psyykkisen toimintakykynsä tasapainoon sekä kiinnittyvänsä työhön tai koulutukseen. He olivat työtilanteen lisäksi huolissaan siitä, kuinka he tulevaisuudessa työssä jaksavat. Nuorisobarometrissa saatiin samankaltaisia tuloksia, jossa nuoret olivat yleisesti huolissaan työllistymisestä (noin puolet vastaajista) ja työssä jaksamisesta (noin kolmannes vastaajista). Tulevai-

suuden kannalta tärkeiksi asioiksi luettiin ystävyysuhteiden olemassaolo, henkisen tasapainon saavuttaminen sekä miellyttävän työpaikan saaminen (Myllyniemi 2017, 27, 66, 69).

Kaksi kolmesta nuoresta koki, että olisi tarvinnut kuntouttavaa toimintaa jo paljon aiemmin. Toinen heistä kertoi, että oli syrjäytynyt hetkellisesti kaikesta. Hän kertoi näin jälkeinpäin ajatelleensa, että olisi tarvinnut apua, tukea ja tilanteeseen puuttumista jo varhaisemmassa vaiheessa. Hän kertoi myös olleen halukas kokeilemaan työelämää, mutta eläkkeen ja työntöön yhdistäminen oli tuntunut liian haasteelliselta. Joensuu (2016) kirjoittaa, että nuorten työkyvyttömyyden ehkäisyssä ja nuorten auttamisessa kuntoutustuelta osaksi työelämää on monia haasteita. Näitä Joensuun mukaan ovat muun muassa irralliset palvelut perusterveydenhuollossa, erikoissairaanhoidossa, opiskelijaterveydenhuollossa, oppilaitoksissa, sosiaalitoimessa ja kuntoutuksessa. Ammattilaisilta vaaditaan hyvää koordinaatiota, vastuunottoa sekä pitkäjänteisyyttä, jotta nuorille tarjottavat palvelut voitaisiin pitää yhtenäisinä. Järjestelmä on monimutkainen sekä ammattilaisten että nuortenkin näkökulmasta ja hankemaiset palvelut hidastavat toimivien käytäntöjen juurtumista. Nuorten palveluiden niputtaminen yhteen ja ”oma työntekijä”-mallit parantavat hieman tilannetta, vaikka usein ovatkin määräaikaista. Hyvilläkään palveluilla ja käytännöillä ei kuitenkaan voida työllistää ketään. Varsin heikot tarjonnat työmarkkinoilla eivät myöskään edesauta mielenterveyskuntoutujien työllistymistä. Joensuu kirjoittaa myös, että eri tukimuotojen ja palkkatyön yhteensovittamisessa sekä kannustavuudessa olisi selkiyttämistä.

Tutkimukseni mukaan nuoret selvästi kokivat eläköitymisen vaikuttaneen omaan sosiaaliseen pääomaan. Nuoret kokivat eläköitymisen vaikuttaneen kaverisuhteiden ja parisuhteen rakentumiseen sekä niiden laatuun. Ymmärryksen puute nousi esille kahdessa haastattelussa. Kaverisuhteet olivat kahdella muuttuneet täysin eläköitymisen myötä. Kavereita kerrottiin olevan vielä silloin, kun suhteet Sähkökään olivat aktiiviset. Sen jälkeen luottamuksellisten kaverisuhteiden kerrottiin vähentyneen radikaalisti. Jokainen mainitsi eläköitymisen jollain tapaa leimanneen heidät, jolloin uusien sosiaalisten suhteiden luominen oli heidän mielestään vaikeampaa. Tulkitsen tutkimusaineistostani sen, että saman taustan omaavat henkilöt luovat selvästi merkittävämpiä ja luottamuksellisempia kaverisuhteita. Saman sairastamistaukseen omaavat henkilöt ymmärtävät helpommin

sen, mitä toinen käy läpi ja kuinka se toimintakykyyn ja arkeen vaikuttaa. Harrastuksiin vaikutti tutkimukseni perusteella sekä toimeentulo että psyykkinen toimintakyky. Tutkimukseeni osallistuneet harrastivat yksin kädentaitoja tai kirjoittamista, jolloin harrastustoiminta ei kartuttanut heidän sosiaalista pääomaansa. Sosiaalista verkostoa selvästi kaivattiin lisää, jotta se tukisi itsenäiseen elämään kuntoutumista ja toisi elämään lisää sisältöä.

Tutkimuksessani nousi esille se, että pääsääntöisesti haastateltavat olivat tyytyväisiä tämän hetkiseen tilanteeseensa. Elämäntyytyväisyyttä oli helpompi verrata parin vuoden takaiseen hetkeen ja siihen nähden he olivat tyytyväisempiä. Oman hyvinvoinnin tarkastelu oli haasteellista ja omia henkilökohtaisia saavutuksia verrattiin muiden saman ikäisten henkilöiden jo saavuttamiin asioihin. Onnellisuuden määrittäminen tuntui haasteelliselta ja eläköitymisellä oli myös selvästi vaikutusta siihen, miten onnelliseksi nuoret kokivat itsensä. Eläköitymisen tuoma leima tuotiin esille useampaan otteeseen. Apua ja tukea sekä osallistavaa toimintaa olisi kaivattu paljon aiemmin. Kaksi haastateltavista kertoi kaivanneensa kuntouttavia toimia jo aiemmin. Eläköityminen oli sairauden uuvuttamille nuorille ollut myös jollain tapaa helpotus. Eläkettä ennakoivat vaiheet olivat olleet hyvin moninaisia ja raskaita ja eläke oli viimein antanut tilaa kuntoutua. Huomasin aineistoa kerätessäni, että tulevaisuudennäkymät ja sosiaalinen pääoma nivoutuivat hyvin paljon yhteen koetun hyvinvoinnin kanssa. Ervasti ja Saari (2015, 207, 209) tukevat havaitsemaani teoriallaan. Hyvinvointivaltioista tehdyissä tutkimuksissa on selvinnyt tulevaisuuteen myönteisesti suhtautumisen ja sosiaalisten suhteiden lisäävän yksilön onnellisuutta.

Tutkimuksessani kävi ilmi, että nuoret kokivat eläköitymisen vaikuttaneen tulevaisuuden suunnitelmiin. Syyt eläköitymisen takana vaikuttivat eniten siihen, kuinka realistisina nuoret omaa tulevaisuudennäkymäänsä pitivät. Silti eläke sanana nostettiin tässäkin kohdassa esille sen leimaavuuden vuoksi. Nuoret eläköityneet toivoivat, ettei eläköitymisellä olisi vaikutusta heidän työelämäänsä. Stigma, joka eläköityneelle nuorelle annetaan, mietityttää selkeästi noin parikymppisenä eläköityneitä haastatteluuni osallistuneita nuoria.

7 POHDINTA

Opinnäytetyöni tutkimustuloksissa toistui useaan otteeseen nuorten omat ajatukset eläköitymisen myötä tulleesta leimasta. Eläköityminen on selvästi vaikuttanut sosiaalisen pääoman rakentumiseen, elämäntyytyväisyyteen sekä tulevaisuudennäkymiin. Vaikka en mielelläni lähde yleistämään pienellä otannalla tekemää tutkimustani, voisin luoda jonkinlaisen eläköityneen nuoren profiilin tutkimukseni perusteella. Eläkkeelle jäädään noin 20-vuotiaana mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi. Eläköitymistä edeltävä aika on ollut raskasta ja monivaiheista, jolloin eläköityminen on jo jonkinlainen helpotus. Lähisuku toimii nuorelle tärkeänä sosiaalisena verkostona, mutta muuten eläköitymisestä ei mielellään huudella. Ystävyysuhteet ovat kokeneet suurta muutosta eikä yhtään luotettavaa ystävää ole eläköitymisen jälkeen elämään jäänyt. Uusien suhteiden luominen on vaikeaa, vaikka luonteeltaan olisikin sosiaalinen ja kaikkien kanssa toimeentuleva. Suhteiden rakentumista vaikeuttaa eläköitymisen stigma sekä pienet tulot. Nuori harrastaa mielellään yksinään ja kirjoittaminen koetaan terapeutisena. Ryhmätilanteet esimerkiksi harrastuksissa ja vapaaehtoistyössä koetaan epämiellyttäväiksi ja sen takia niihin ei osallistuta. Onnellisuutta on vaikea mitata, mutta tällä hetkellä nuori kokee olevansa tyytyväisempi elämäänsä, kuin jokin aika sitten. Onnelliseksi nuoren tekee läheiset ihmiset, onnistumisen kokemukset sekä osittain itsenäisemmän elämän saavuttaminen. Tulevaisuuden ajatteleminen tuntuu mahdottomalta, sillä henkisen tasapainon saavuttaminen on vielä epävarmaa. Nuori kokee jääneensä paljosta paitsi ja eläköitymisen myötä jättäneen paljon asioita tekemättä. Nuori kokee olevansa jäljessä monessa asiassa muista ikätovereistaan. Muut luovat pysyviä parisuhteita ja muodostavat perheitä, mutta sairastunut ja eläköitynyt nuori keskittyy vain omaan kuntoutumiseensa. Oma elämäntilanne koetaan epäreiluna. Sairauden hyväksyminen ja oireiden tunnistaminen ovat elämäntyytyväisyyden kannalta tärkeää. Koulutukseen ja työelämään pääsyä tavoitellaan, mutta työssä jaksaminen mietityttää nuorta kovasti. Nuori kokee oman hyvinvointinsa kohtalaiseksi, verraten omia saavutuksiaan toisten saman ikäisten nuorten saavutuksiin. Lisäksi sosioekonominen asema sekä sosiaaliset suhteet ovat vaikuttaneet hyvinvointiin sitä alentavasti.

Epäilen eläköityneiden nuorten olleen epävarmoja tutkimukseen osallistumiselle, sillä aihe on niin sensitiivinen. Lisäksi eläköitynyt nuori on käynyt jo melkoisen

pyöriksen läpi, joten moni ei varmasti jaksaa käydä samaa läpi uudestaan ajatustasollakaan. Uskoisin näiden osaltaan olevan syynä sille, että haastatteluuni osallistui niin pieni määrä ihmisiä. Alkuun säikähdin sitä, että tutkimukseeni halukkaita osallistujia oli vain kolme. Kuitenkin haastattelut olivat hyvin antoisia ja materiaalia kertyi hyvä määrä. Olen haastattelijana täysin kokematon ja tämä oli minulle ensimmäinen isompi tutkimustyö. Tutkimukseni kannalta merkittäviä kysymyksiä onkin: Olenko tuonut tekstin semmoisenaan ymmärretyksi, kuin haastateltavat sen on tarkoittanut? Olenko tarpeeksi pyytänyt heitä tarkentamaan vastauksiaan? Enhän ole johdattanut heitä vastauksissaan? Välillä kysymykset poikivat pidempääkin keskustelua aiheesta ja muutamassa kohdassa olisin voinut esittää enemmän lisäkysymyksiä. Ensimmäinen haastateltavani myös kertoi huomanneensa, että jännitän hieman tilannetta. Pohdin jossain vaiheessa myös sitä, olisiko tutkimustani pitänyt hieman markkinoida Sähkökässä. Silloin kuitenkin olisin voinut käydä niin, että olisin joutunut valitsemaan itse haastateltavani. Lisäksi mukaan olisi voinut ilmoittautua enemmänkin nuoria, joilla eläkkeellä oloaika olisi ollut hyvin lyhyt. Näin ollen ajatuksia eläköitymisen vaikutuksista olisi voinut olla vielä enemmän vaikeampi hahmottaa.

Aivan opintojeni alkupuolella kuvittelin opinnäytetyön tekemisen hyvin pakonomaiseksi ja pitkäväteiseksi puurtamiseksi. Vielä suunnittelun alkuvaiheilla lopullinen työ tuntui melkoisen saavuttamattomalta asialta. Jouduin useamman kerran taistelemaan sen ajatuksen kanssa, että tässä työssä ei voi pyrkiä täydellisyyteen eikä yhtä ainoaa tapaa tutkia ole olemassa. Kun sisällysluettelo oli hahmoteltu, oli prosessin omaksuminen ja sen aloittaminen huomattavasti helpompaa. Yllätyin todella paljon siitä, kuinka opinnäytetyö tempaisi mukaansa. Kirjoitin pitkiä iltoja ja työn katkaiseminen siltä päivältä tuntui melkein aina haasteellisemmalta, kuin sen aloittaminen. Opinnäytetyöni kirjoittaminen eteni täysin epäloogisessa järjestyksessä, sillä hyppelin siellä täällä lisäälemässä mieleen juolahtavia asioita. Minulle oli erittäin merkitsevää työn sujumisen kannalta se, että aihe oli erittäin mielenkiintoinen. Myös sen ajankohtaisuus auttoi tarkastelemaan valitsemaani ilmiötä useasta eri näkökulmasta. Näin jälkepäin olen harmitellut sitä, ettei haastateltavia ollut enempää. Ihan mielenkiinnon vuoksi olisin halunnut kuulla useampia kokemuksia eläköitymisen vaikutuksista nuorten elämään. Tärkeä aihe koskettaa ja toivonkin, että aihetta siirryttäisiin myös tarkastelemaan mikrotasolta

eikä vain rahakirstun päältä tai maamme imagoa suojellen. Eläköityminen on valtavan suuri asia nuorelle ja sillä on vaikutteita moneen, niin nuoren kuin hänen ympäristönsäkin toimintoon.

Yhden haastateltavan kohdalla tuli tunne, että ehkä jotain olisi vielä voitu tehdä ennen eläköitymistä. Nuori koki jääneensä ilman tukea ja palveluita ja näin ei todellakaan saisi olla. Herää kysymys, että mitä me voisimme yhteiskunnan tasolla sekä sosiaalialan ammattilaisina tehdä, jotta nuoren ei tarvitsisi eläköityä? Tutkiessani asiaa minulle selkeni se, että eläköitynyt nuori koki helpotusta kuntoutustuelle päästyään. Silloin hän sai hetkeksi huilia tästä pakottavasta ja järjestelmällisestä yhteiskunnasta. Miten me voisimme sosiaali- ja terveystieteitä kehittää niin, että palvelut olisi helpommin saatavilla ja niistä olisi konkreettista apua? Palveluiden keskittäminen yhdelle luukulle olisi ihanteellista, silloin myöskään väliinpuotoaminen ei olisi niin helppoa. Minusta nuorten kutsunnat voisivat olla varteenotettava vaihtoehto, jolloin jokainen mahdollinen väliinpuotoaja saataisiin palvelutarpeen ja tuen arvioinnin kohteeksi ja näin ollen voitaisiin jopa saada hurjat nuorten syrjäytymisluvut pieneneväksi. Tämä varmasti puhuttaa meitä vielä vuosia. Silti konkreettisiin toimiin tulisi ryhtyä mahdollisimman nopeasti.

Emmekä tietenkään voi unohtaa jo meidän eläköityneitä nuoria. Emmekä heitä, jotka ovat saaneet hylkäävän kuntoutustukipäätöksen. Eläköitynyt nuori tarvitsee paljon tukea ja apua koko prosessin ajan. Kun työelämään tai koulutukseen palaaminen on konkreettista, on hyvä pohtia mihin voimavarat riittävät ja kuinka työelämään voisi palata osa-aikaisesti. Monellakaan nuorella ei ole ennen kuntoutustuelle jäämistä ollut pitkäaikaista työtä, saati vakinaista työsuhdetta, jolloin työn hakeminen saattaa olla jo todella voimia vaativa prosessi. Työhön ja koulutukseen palaaminen tulisi vaihtoehtoisesti olla portaittaista, jolloin välttyttäisiin pysyviltä eläkepäätöksiltä. Meidän olisi myös aika luopua ennakkoluuloista, jolloin eläkkeeltä töihin palaaminen olisi helpompaa. Pohdin paljon sitä, kuinka ”työkyvyttömyyseläke” sanana vaikuttaa ihmisen itsetuntoon ja tulevaisuudennäkymiin. Sanana se on hyvin leimaava. Lähdinkin pohtimaan, olisiko syytä ottaa naapurimaastamme Virossa mallia ja ottaa käyttöön sana ”työkykyisyyssetuus”. Jos ihminen on kerran tarkoitus kuntouttaa työkykyiseksi, niin miksi hänet tulisi leimata eläkeläiseksi?

Tutkimuksesta jäi edelleen käteen useita kysymyksiä ilman vastauksia. Miksi nuoret voivat niin huonosti ja miksi eläkkeelle päädytään niin varhain? Huomasin haastattelutilanteessa, että nuorten oli vaikea erottaa toisistaan sairastumisen sekä eläköitymisen vaikutukset elämään. Tämän tutkimuksen voisi ehdottomasti uusida isommalle otannalle, jolloin tutkimustulokset olisivat enemmän yleistettäviä. Olisi myös mielenkiintoista tarkastella sitä, kuinka eri tavalla eläköitymisen kokevat vasta eläköityneet nuoret. Lisäksi tutkimusta voisi laajentaa niin, että mukana olisivat muutkin, kuin mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi eläköityneet nuoret. Olisi mielenkiintoista vertailla, kuinka eri taustoilla eläköityneet nuoret kokevat eläköitymisen vaikuttaneen sosiaaliseen pääomaan, koettuun hyvinvointiin ja tulevaisuudennäkymiin. Mielestäni saavutin tutkimuksellani ne tavoitteet, jotka sen suhteen alussa asetin. Löysin tutkimuskysymyksiini vastaukset ja mikä tärkeintä, sain eläköityneiden nuorten äänen kuuluviin.

LÄHTEET

Ahola, K., Joensuu, M., Mattila-Holappa, P., Tuisku, K., Vahtera, J. & Virtanen, M. 2014. Mielenterveyssyistä työkyvyttömiä nuorten aikuisten tausta. Suomen Lääkärilehti 2014; 50–52: 3411–3448. Alkuperäistutkimus julkaistu verkossa 4.12.2014.

Ahola, K. & Mattila-Holappa, P. 2015. Nuorten työkyvyttömyyseläkkeen syynä yhä useammin mielenterveysongelmat. Uutistamo 12.3.2015. Viitattu 27.10.2017 <https://www.uutistamo.fi/nuorten-tyokyvyttomyyselakkeen-syynayha-useammin-mielenterveysongelmat/>

Ervasti, H. & Saari, J. 2015. Onnellisuus hyvinvointivaltiossa. Teoksessa Juho Saari (toim.) Hyvinvointi: suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki: Gaudeamus, 191–218.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 7., painos. Tampere: Vastapaino.

Eskola, J. 2007. 6–8?(Teema)haastattelututkimuksen toteuttamisesta. Teoksessa Leena Viinamäki & Erkki Saari (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Tammi, 32–46.

ETK [Eläketurvakeskus] 2016a. Masennus vie yhä harvemman työkyvyttömyyseläkkeelle. Viitattu 3.10.2017 <http://www.etk.fi/tiedote/masennus-vie-yha-harvemman-tyokyvyttomyyselakkeelle/>

ETK 2016b. Tilasto Suomen eläkkeensaajista 2015. Helsinki: Eläketurvakeskus & Kansaneläkelaitos, Eläketurvakeskuksen tilastoja 8/2016. Viitattu 26.10.2017 http://www.etk.fi/wp-content/uploads/Tilasto_suomen_elakkeensaajista_2015-1.pdf

ETK 2017. Tilasto Suomen eläkkeensaajista kunnittain 2016. Helsinki: Eläketurvakeskus & Kansaneläkelaitos, Eläketurvakeskuksen tilastoja 3/2017. Viitattu 26.10.2017 http://www.etk.fi/wp-content/uploads/Tilasto_Suomen_elakkeensaajista_kunnittain_2016.pdf

Gauffin, T. 2015. Inhimillinen tekijä: Eläkkeelle parikymppisenä. Eläköityneen nuoren haastattelu. Yle julkaissut verkossa 13.4.2015.

Harkko, J., Lehtikoinen, T., Lehto, S. & Ala-Kauhaluoma, M. 2016. Onko osa nuorista vaarassa syrjäytyä pysyvästi? Helsinki: Kela, Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 144.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 1991. Teemahaastattelu. 5., painos. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2004. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hyyppä, M. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Joensuu, M. 2016. Nuori, mielenterveyshäiriö, työkyvyttömyyseläke. Koordinaatti: puheenvuoro 15.2.2016. Viitattu 26.10.2017 <http://www.koordinaatti.fi/fi/puheenvuoro/nuori-mielenterveyshairio-tyokyvyttomyyselake>

Junttila, N. 2015. Kavereita nolla. Lasten ja nuorten yksinäisyys. Helsinki: Tammi.

Kautto, M. 2011. Eläkkeet ja eläkkeensaajien toimeentulo 2000–2010. Vaasa: Eläketurvakeskus, Eläketurvakeskuksen raportteja 4/2011. Viitattu 28.10.2017 http://www.etk.fi/wp-content/uploads/2015/10/Elakkeensaajien_toimeentulo.pdf

Kela 2016. Kelan tilastollinen vuosikirja 2015. Helsinki: Kela. Viitattu 20.10.2017 http://www.kela.fi/documents/10180/1630875/Kelan_tilastollinen_vuosikirja_2015.pdf/fa0fecbe-4082-4bbd-a8ae-baee5223405e

Kela 2017. Työkyvyttömyyseläke ja kuntoutustuki. Viitattu 1.10.2017 <http://www.kela.fi/tyokyvyttomyyselake-ja-kuntoutustuki>

Kelasto. Suomen työkyvyttömyyseläkkeensaajat sairauden mukaan. Kela: Kelasto-raportit. Viitattu 28.10.2017 http://raportit.kela.fi/ibi_apps/WFServlet?IBIF_ex=NIT174BL

Koskenvuo, K. & Autti-Rämö, I. 2013. Alle 25-vuotiaiden nuorten työkyvyttömyys- ja kuntoutusetuuksien käytön kehitys. Helsinki: Kela, työpapereita 50. Viitattu 27.10.2017 <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/41114/Tyopapereita50.pdf?sequence=1>

Koskenvuo, K., Hytti, H. & Autti-Rämö, I. 2011. Seurantatutkimus nuorten kuntoutusrahasta ja työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisestä. Kuntoutus 3/2011, 22–30. Viitattu 27.10.2017 <https://issuu.com/kuntoutussaatio/docs/kuntoutus-3-11-final>

Koskenvuo, K. 2017. Yhä useampi nuori päätyy työkyvyttömyyseläkkeelle. Kelan tutkimusblogi 29.9.2017. Viitattu 20.10.2017 <http://blogi.kansanelakelaitos.fi/arkisto/4129>

Kuntaliitto 2017. Väestötietoja kunnittain. Viitattu 26.10.2017 <https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/vaestotietoja-kunnittain>

Laaksonen, M., Rantala, J., Järnefelt, M. & Kannisto, J. 2016. Työkyvyttömyyden vuoksi menetetty työura. Helsinki: Eläketurvakeskus, Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 4/2016. Viitattu 3.11.2017 http://www.etk.fi/wp-content/uploads/Tiivistelma_Tyokyvyttomyyden_vuoksi_menetetty_tyoura.pdf

Laki Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 15.7.2005/566.

Me-säätiö n.d. Syrjäytymislaskuri. Viitattu 29.10.2017 <http://www.mesaa-tio.fi/data/>

MTKL [Mielenterveyden keskusliitto] n.d. Vertaistoiminta. Viitattu 2.11.2017 <http://mtkl.fi/palvelut/vertaistoiminta/>

Myllyniemi, S. 2017. Katse tulevaisuudessa. Nuorisobarometri 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion nuorisoneuvosto & Nuorisotutkimusseura. Viitattu 3.11.2017 https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2017/03/Nuorisobarometri_2016_WEB.pdf

Nord, U. 2017. Yle: Aamu-tv. Me-säätiön toimitusjohtajan haastattelu. Yle TV1, 25.10.2017.

Nuorisolaki 21.12.2016/1285.

Nuorten hyvinvointikertomus n.d. Mistä on kyse? Viitattu 18.10.2017 <http://www.nuortenhyvinvointikertomus.fi/mista-kyse>

Nuorten hyvinvointikertomus 2017. Työkyvyttömyys. Viitattu 18.10.2017 <http://www.nuortenhyvinvointikertomus.fi/indikaattorit/elama-ja-terveys/tyokyvyttömyys>

OECD 2010. Sickness, disability and work: Breaking the barriers. A synthesis of findings across OECD Countries. Paris: OECD. Viitattu 28.10.2017 http://www.keepeek.com/Digital-Asset-Management/oecd/social-issues-migration-health/sickness-disability-and-work-breaking-the-barriers_9789264088856-en#page4

Ojanen, M. 2006. Onnellisuus. Helsinki WSOY.

Raitasalo, R. & Maaniemi, K. 2011. Nuorten mielenterveyden häiriöiden aiheuttamat sairauspoissaolot ja työkyvyttömyys vuosina 2004–2009. Helsinki: Kela, nettityöpapereita 23. Viitattu 18.10.2017 <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/25936/Nettityopapereita23.pdf>

Rantala, J., Hietaniemi, M., Nyman, H., Laaksonen, M. & Kuivalainen, S. 2017. Työkyvyttömyyseläkkeensaajien eläketurva ja toimeentulo 2000-luvulla. Helsinki: Eläketurvakeskus, Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 4/2017. Viitattu 2.11.2017 http://www.etk.fi/wp-content/uploads/Tyokyvyttömyyseläkkeensaajien_eläketurva_ja_toimeentulo_2000_luvulla.pdf

Ruuskanen, P. 2002. Sosiaalinen pääoma hyvinvointipoliittisessa keskustelussa. Teoksessa Petri Ruuskanen (toim.) Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Jyväskylä: PS-kustannus, 5–27.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 1.10.2017 http://www.fsd.uta.fi/fi/julkaisut/motv_pdf/KvaliMOTV.pdf

Saari, J. 2015a. Huono-osaiset. Helsinki: Gaudeamus Oy.

Saari, J. 2015b. Hyvinvoinnin kentät. Teoksessa Juho Saari (toim.) Hyvinvointi: suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki: Gaudeamus, 33–78.

Saari, J. 2017. Yle: Aamu-tv. Tampereen yliopiston sosiaali- ja terveystieteiden professorin haastattelu. Yle TV1, 25.10.2017.

STM [Sosiaali- ja terveysministeriö] n.d. Osatyökykyisille tie työelämään (OTE). Viitattu 27.10.2017 <http://stm.fi/hankkeet/osatyokykyisyys>

TENK [Tutkimuseettinen neuvottelukunta] n.d. Eettinen ennakoarvointi ihmistieteissä. Viitattu 28.9.2017 <http://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakoarvointi-ihmistieteissa>

THL [Terveyden ja hyvinvoinnin laitos] 2013. Sosiaalinen pääoma. Viitattu 26.5.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/sosiaalinen-paaoma>

THL 2015. Hyvinvointi. Viitattu 12.11.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>

THL 2017a. Osatyökykyisille tie työelämään (OTE). Viitattu 27.10.2017 <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/osatyokykyisille-tie-tyoelamaan-ote->

THL 2017b. Hyvinvointi, osallisuus ja vapaa-aika. Kouluterveyskyselyn tulokset. Viitattu 2.11.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia/hyvinvointi-osallisuus-ja-vapaa-aika>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tuomi, K. 2014. Et sä voi sanoo kellekään tän ikäsenä, et mä oon eläkkeellä. Mielenterveyden häiriön vuoksi työkyvyttömyyseläkkeellä olevien nuorten aikuisten identiteetti ja toimijuus. Tampereen yliopisto. Sosiaalityö. Pro gradu-tutkielma. Viitattu 26.10.2017 <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/96211/GRADU-1413979472.pdf?sequence=1>

Työterveyslaitos & Kela 2017. Mielenterveyssyistä johtuvan työkyvyttömyyden ehkäisy alkaa jo lapsuudessa. Työterveyslaitos 8.2.2017. Viitattu 18.10.2017 <https://www.ttl.fi/mielenterveyssyista-johtuvan-tyokyvyttomyyden-ehkaisy-alkaa-jo-lapsuudessa/>

Vaarama, M., Mikkilä, S. & Hannikainen-Ingman, K. 2014. Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa M. Vaarama, S. Karvonen, L. Kestilä, P. Moisio & A. Muuri (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 20–39.

WHO 1997. WHOQOL Measuring Quality of Life. Viitattu 12.11.2017 http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf

LIITTEET

LIITE 1. Kutsu haastatteluun

LIITE 2. Haastattelukysymykset

Opiskelen Lapin Ammattikorkeakoulussa sosionomiksi viimeistä vuotta ja opin-
näytetyöni työstäminen on ajankohtaista. Opinnäytetyöni aihe koskee eläköity-
viä nuoria aikuisia ja tarvitsisin tutkimustani varten teidän määräaikaisella työky-
vyttömyyseläkkeellä olevien nuorten aikuisten kokemuksia ja mielipiteitä eläköi-
tymisen vaikutuksesta elämänlaatuun. Opinnäytetyöni tarkoituksena on tuoda
kuuluviin nuorena eläköityneiden omat kokemukset ja mahdolliset palvelujärjes-
telmämme epäkohdat nuorten aikuisten omasta näkökulmasta. Haastatteluun
voi osallistua lähes anonymina. Tarvitsen tietooni vain ikäsi työkyvyttömyys-
eläkkeesi alkaessa ja sukupuolesi. Vaitiolovelvollisuus on ehdoton. Mitään kuu-
lemaani en tule käyttämään niin, että haastateltavat olisivat tunnistettavissa.

**OLETKO SINÄ JÄÄNYT MÄÄRÄAIKAISELLE TYÖKYVYTTÖMYYSELÄK-
KEELLE (=KUNTOUSTUJALLE) 18-29-VUOTIAANA?**

Haastattelun teemoina ovat:

- Elämä ennen työkyvyttömyyseläkettä
- Työkyvyttömyyseläkkeen vaikutukset sosiaalisiin suhteisiin
- Työkyvyttömyyseläkkeen vaikutukset hyvinvointiin
- Tulevaisuudennäkymät

Haastattelu käytännössä:

- kesto noin 1 tunti
- haastattelu tehdään kahdenkeskisesti Sähäkässä/ muussa erikseen sovi-
tussa paikassa
- haastattelu nauhoitetaan, jotta pystyn sen myöhemmin analysoimaan
- nauhoitteet tulevat vain minun käyttööni ja ne hävitetään heti analysoin-
nin jälkeen
- nimeäsi ei tulla julkaisemaan missään muodossa

Kaikkien haastatteluun osallistuneiden kesken arvon heinäkuussa 25e:n lahja-
kortin Kärkkäiselle.

Olisitko juuri sinä halukas olemaan haastateltavana ja näin ollen edesautta-
maan opinnäytetyötutkimukseni edistymistä? Ilmoittaudu 10.6.2017 mennessä.
Haastateltaviksi valitsen 5-8 henkilöä. Mukaan pyrin ottamaan sekä nykyisiä
että entisiä kuntoutujia. Haastattelut järjestetään kesäkuun aikana ja ajankohta
sovitaan yhdessä kalentereihimme parhaiten sopivana aikana. Ota yhteyttä mi-
nuun suoraan, vaikka Facebookin tai sähköpostin kautta.
Sähköposti: hanna.vierimaa@edu.lapinamk.fi

Toivottavasti nähdään kesäkuussa iloisin ja rennoin mielin!

Hanna Vierimaa

TYÖKYVYTTÖMYYSELÄKKEEN VAIKUTUKSET SOSIAALISIIN SUHTEISIIN

Lähisuku

- ➔ Oletko heidän kanssaan minkä verran tekemisissä, jos vertaat aikaan ennen eläköitymistä?

-

Kaverisuhteet

- Ovatko kaverisuhteet kokeneet muutosta eläköitymisen jälkeen?
 - ➔ Miten?
- Oletko solminut Sähkössä pysyviä kaverisuhteita?

Parisuhde

- Oletko parisuhteessa?
 - ➔ Onko parisuhdestatuksesi muuttunut eläköitymisen jälkeen?
 - ➔ Onko sinulla ollut pidempiä parisuhteita?

Harrastukset

- Harrastatko mitään?
 - ➔ Ovatko harrastuksesi muuttuneet eläköitymisen myötä?

Sosiaaliset suhteet

- Jos ajattelet sosiaalisia suhteitasi nyt, millaisena koet ne?
 - ➔ Koetko itse muuttuneesi sosiaalisissa tilanteissa?
 - ➔ Miten?
- Koetko, että työkyvyttömyydelläsi on jotain vaikutusta sosiaalisiin suhteisiin?
- Koetko, että sosiaalisten suhteiden rakentumiseen olisi voitu vaikuttaa eläköitymisen jälkeen?
- Onko sinulla toiveita sosiaalisten suhteiden osalta tulevaisuudessa?
- Arveletko niissä tapahtuvan muutosta Sähköstä itsenäistymisen jälkeen?
- Asteikolla 1-10, kuinka tyytyväinen olet sosiaalisten suhteidesi määrään/laatuun?

TYÖKYVYTTÖMYYSELÄKKEEN VAIKUTUKSET KOETTUUN HYVINVOINTIIN

Onnellisuus

- Mikä sinut tekee tällä hetkellä onnelliseksi?
- Mistä haaveilet?
- Oletko onnellinen?
- Vaikuttaako eläköityminen siihen, miten onnelliseksi tällä hetkellä tunnet itsesi?

Tyytyväisyys

- Koetko, että olet tähän saakka elämässäsi saavuttanut ne asiat, mitä olet halunnutkin?
- Jos ajattelet mennyttä, oletko nyt tyytyväisempi elämääsi?
- Koetko, että haluaisit tehdä jotain, mutta et siihen tällä hetkellä kykene?
- Olisitko kaivannut toisenlaista apua ja tukea?
➔ Millaista?
- Asteikolla 1-10, kuinka tyytyväinen tällä hetkellä olet elämääsi yleensä?

TULEVAISUUDENNÄKYMÄT

Oletko ollut töissä ennen työkyvyttömyyseläkettä?

Millaiset ovat tulevaisuuden suunnitelmasi?

- Haluatko jatkaa opiskeluja?
- Minne haluaisit työllistyä?

Koetko mahdollisuutesi työllistyä hyvänä?

- Miksi?

Pelottaako sinua tulevaisuutesi, jos ajattelet asiaa työkykysi näkökulmasta?

- Koetko, että eläköitymisellä on vaikutusta tulevaisuuteesi?

Koetko, että kohdallasi olisi jotain voitu tehdä toisin?

- Niin että oltaisiin voitu edesauttaa opintomenestystä ja työelämään sijoittumista?
- Millaista tukea/apua toivoisit tulevaisuudessa?

Missä näet itsesi

- Vuoden kuluttua?
- Viiden vuoden kuluttua?

JO SÄHÄKÄSTÄ ITSENÄISTYNEEN NUOREN TULEVAISUUDENNÄKYMÄT

Olitko työelämässä ennen Sähäkkään tuloa?

Onko parisuhdestatuksesi muuttunut?

→ Miten se on muuttunut?

Ovatko sosiaaliset suhteesi muuttuneet?

Osallisuus: Harrastukset, ryhmätoiminta?

Oletko jatkanut opintojasi/ palannut työelämään?

Koetko, että olet saanut tarpeeksi tukea ja apua itsenäistymisessäsi?

Toivotko jonkinlaista tukea/apua jatkossa?

Koetko, että eläköitymisellä on vaikutusta tulevaisuuteesi?

Missä näet itsesi

→ Vuoden kuluttua?

→ Viiden vuoden kuluttua?