

Anne Suvisalmi

**Pitkään työttömänä olevan henkilön omakohtainen
kokemus ja näkemys arjesta**

Opinnäytetyö

Kevät 2012

Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö:	Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö	
Koulutusohjelma:	Sosiaalialan koulutusohjelma	
Suuntautumisvaihtoehto:	Sosionomi AMK	
Tekijä:	Suvisalmi Anne	
Työn nimi:	Pitkään työttömänä olevan henkilön omakohtainen kokemus ja näkemys arjesta	
Ohjaaja:	Siltakorpi Mirva	
Vuosi: 2012	Sivumäärä: 64	Liitteiden lukumäärä:

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia pitkään työttömänä olleen henkilön omakohtaista kokemusta arjestaan ja tuottaa siitä tietoa. Toteutin opinnäytetyöni laadullisena tutkimuksena ja olen teemahaastattelulla selvittänyt, miten he selviävät arjestaan. Haastattelemani henkilöt tapasin kasvokkain ja tapaamisen tuloksena syntyi jokaisesta oma pieni tarinansa. Asiakkaat pohtivat omia tuntemuksiaan kotitöistä, vapaa-ajasta, itsestä huolehtimisesta, sosiaalisesta ympäristöstä ja käyttämistään palveluista.

Tutkimukseen osallistui kahdeksan pitkään työttömänä ollutta henkilöä, jotka olivat myös asiakkaina Seinäjoen kaupungin työllistämisyksikön tekemässä eläkeselvittelyn mahdollisuudessa ja he valikoituivat tätä kautta haastateltaviksi. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys muodostui käsitteistä hyvinvointi, arki, työttömyys ja syrjäytyminen.

Tutkimus osoitti, että pitkään työttömänä olevat henkilöt elävät omaa arkeaan omalla tavallaan. Heidän elämänrytminsä saattaa olla epäsäännöllistä ja monen aika kuluu lähinnä televisiota katsellessa. Perheellisille oma perhe on tärkeä. Yksinelävillä, varsinkin miehillä, sosiaalinen ympäristö on suppea. Vaikka kaikilla tutkimukseen osallistuneilla on aikaa, harrastuksia ei heillä ole. Oman fyysisen kunnon moni mieltää huonoksi.

Tämän tutkimuksen toivon antavan alalla työskenteleville kiinnostuksen ja uskalluksen kysyä työttömän arjesta ja siitä selviämistä. Hyvän palveluohjauksen avulla tiedon antaminen ja avun välittäminen saattaa parhaimmillaan tuoda asiakkaan elämään ryhtiä ja arjen hallintaan selviytymiskeinoja.

Avainsanat: arki, hyvinvointi, työttömyys, syrjäytyminen

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty:	Seinäjoki University of Applied Sciences
Degree programme:	School of Health Care and Social Work
Specialisation:	Bachelor of Social Services
Author/s:	Suvisalmi, Anne
Title of thesis:	Personal Experience and Vision of Everyday Life for a Long-term Unemployed
Supervisor(s):	Siltakorpi, Mirva
Year: 2012	Number of pages: 64 Number of appendices:

The aim of this work was to examine long-term unemployed people`s experiences about everyday life and provide information about it. This thesis was carried out as a qualitative research, with the method of theme interviews. Through theme interviews I have solved how they cope in their everyday life. I met my interviewees face to face and as a consequence there was a little story from each of them. The clients reflect on their personal feelings about homework, spare time, self care, social environment and services that they use.

Eight long-term unemployed people participated to the research. They were also clients of Seinäjoki City Employment Unit doing the feasibility of settlement of pension. That way they were selected for my interview. The theory section deals with welfare, informality, unemployment and exclusion.

This research showed that long-term unemployed persons live their daily life in their own way. Their life rhythm may be irregular, and many times it goes on mainly watching television. For those who have families, their own family is important. For single people, especially men, the social environment is minimal. Although all participants to the research have a lot of time, they do not have hobbies. Many perceive their own physical condition as bad.

I hope this research to give professionals the courage and interest to ask unemployed persons about their daily life and how they survive it. Service management in one way to get some help and also providing information to a client might help improve their everyday life.

Keywords: everyday life, welfare, unemployment, exclusion

SISÄLLYS

Opinnäytetyön tiivistelmä	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLLYS	4
1 JOHDANTO	6
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET	8
2.1 Eläke-edellytyksen mahdollisuus.....	9
2.2 Opinnäytetyön tavoitteet.....	10
3 MUUT TUTKIMUKSET AIHEESTA.....	11
4 HYVINVOINTI	13
4.1 Toimintakyky	14
4.2 Työkyky	15
4.3 Elämänhallinta.....	17
4.4 Huono-osaisuus	18
5 ARKI JA TYÖ	19
6 TYÖTTÖMYYS	23
6.1 Pitkäaikaistyöttömyys	25
6.2 Syitä pitkäaikaistyöttömyyteen	26
6.3 Kuntouttavaa työtoimintaa pitkäaikaistyöttömälle	27
6.4 Pitkäaikaistyötön ja terveys	28
7 SYRJÄYTYMINEN.....	30
7.1 Syrjäytyminen yksilötasolla.....	31
7.2 Syrjäytyminen perhetasolla	32
7.3 Syrjäytyminen yhteiskuntatasolla	33
8 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	35

8.1 Teemahaastattelu.....	37
8.2 Haastateltavien valinnat ja taustatiedot	38
8.3 Tutkimuksen toteutus	39
9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	42
10 TUTKIMUSTULOKSET	44
10.1 Haastateltavien tarinat.....	45
10.2 Yhteenveto tarinoista.....	50
11 JOHTOPÄÄTÖKSET	53
12 POHDINTA	57
LÄHTEET.....	59

1 JOHDANTO

Nyky-yhteiskunnassa työttömyys on paljon ajatuksia herättävä sekä varsin ajankohtainen puheenaihe. Työttömyyttä on paljon ja varsinkin pitkäaikaistyöttömien määrä tuntuu vain kasvavan. Seinäjoella on lähdetty selvittämään eläkeratkaisuja joillekin pitkään työttömänä olleille ihmisille. Heidän terveydentilanne saattaa olla huonossa kunnossa. He ovat työttöminä työnhakijoina, vaikka todellisuudessa heidän heikko työkykynsä saattaa olla esteenä työllistymiselle. Onko oikein pitää heitä työnhakijoina? Joidenkin kohdalla eläkkeelle pääsy lopettaisi ikuisen kierteen ja he voisivat keskittyä tulevaisuuteensa eri tavalla. Olen omassa työssäni Seinäjoen kaupungin työllistämisyksikössä lähtenyt kartoittamaan pitkään työttömänä olleiden eläke-edellytysten mahdollisuutta ja oma opinnäytetyöni on osa sitä. Tutkimukseni tarkoituksena on tuottaa tietoa pitkään työttömänä olleen henkilön omakohtaisesta kokemuksesta arjestaan. Arjen kokemuksesta saadaan arvokasta tietoa palveluiden tuottajille ja tiedon avulla on mahdollista nähdä, ovatko palvelut riittäviä, onko tarvetta muutoksiin tai lisätarpeisiin. Tutkimukseni pohjautuu teemahaastatteluun, jossa käytän narratiivista tutkimusmenetelmää. Kirjoitan jokaisesta haastatellusta pienen tarinan. Jokaisen tarina on erilainen, vaikka aihe on jokaisella sama. Teoriaosuuteni muodostuu hyvinvoinnista, arjesta, työttömyydestä ja syrjäytymisestä.

Olen pitkään toiminut työttömien kanssa ja oman ammattini myötä minulla on ”positiivinen uteliaisuus” myös heidän arkeaan kohtaan. Sosionomina minun tulee huomioida ihminen kokonaisuutena ja uskaltaa ottaa kantaa, mikäli näen esimerkiksi hänen arjen hallinnassaan asioita, joihin tulisi antaa neuvoa tai puuttua. Kokonaisvaltaiseen näkemykseen asiakkaasta kuuluu myös asiakkaan kokemus omasta arjestaan. Jokaisen arki saa olla erilainen, mutta hallittuna se varmasti helpottaa elämää ja antaa sille ryhtiä. Onko mahdollista tukea asiakasta hänen arjessaan? Se vaatii aikaa ja kenties lisäresursseja, mutta myös aitoa halua nähdä asioita. Palveluohjauksen avulla pyritään tunnistamaan asiakkaan tarpeet ja

järjestämään asiakkaalle hänen tarvitsemiaan palveluita. Nykyään palveluohjauksen tärkeydestä puhutaan ja asiakkaan tulisi saada sitä myös riittävästi. Hyvä vuorovaikutus asiakkaan kanssa antaa pohjaa palveluohjauksen syntymiselle. Asiakkaan kuunteleminen ja rohkaiseminen kertomaan omaa tarinaansa tuottaa mahdollisesti tietoa, josta ilmenee palveluohjauksen tarve. Yhteistyö asiakkaan ja työntekijän välillä paranee, kun päämäärä on yhteinen ja kokonaisuus on hallinnassa.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET

Työskentelen Seinäjoen kaupungin työllistämisyksikössä, jossa aloitettiin joidenkin pitkään työttömänä olleiden henkilöiden eläke-edellytysten selvittely loppukevästä 2011. Henkilöt valikoituivat Työvoiman Palvelukeskuksesta (TYP) ja TE- toimistosta ja sitä kautta sain myös omaan opinnäytetyöhöni henkilöt, jotka osallistuivat tutkimushaastatteluuni. Seinäjoen kaupunki lupautui toimimaan opinnäytetyöni yhteistyötahona.

Syyskuussa 2010 Seinäjoen kaupunki perusti työllistämisyksikön. Yksikön tavoitteena on keskittää kaupungin tukityöllistäminen koordinoitusti. Tarkoituksena on myös saada mahdollisimman hyvin hyötykäyttöön valtion kaupungille maksamat työllisyysmäärärahat. Työllistämistoimenpiteiden lähtökohtana ja painopisteenä ovat pitkään työttömänä olleet sekä nuoret, niin vasta valmistuneet kuin tutkintoa vailla olevat. Kuntouttavassa työtoiminnassa kehitystä pitäisi tapahtua siten, että aikaisemmin 80 % ostopalveluista ja 20 % kaupungin tuottamana toimintana kääntyisi suhdeluvuiltaan toisin päin. Työllisyyden hoidolla pyritään katkaisemaan pitkään jatkunut työttömyys, parantamaan arjen hallintaa, ehkäisemään syrjäytymistä ja palveluohjauksen avulla etsimään pysyviä ratkaisuja työllistymisessä. Työllistämisyksikön ja työvoiman palvelukeskuksen kiinteällä yhteistyöllä pyritään edistämään kaikkein vaikeimmissa olevien työttömien työllistymistä. (Ranta 2010.)

Seinäjoen työllistämisyksiköllä pyritään myös pienentämään kaupungin maksamia työttömyyssakkoja. Vuonna 2009 Seinäjoki maksoi niitä Kelalle yli 1,4 miljoonaa euroa. Työllistäminen hoidetaan yhden luukun kautta, tarkoittaen sitä, että kyse on niiden työntekijöiden rekrytoimisesta, jotka saavat jotain työvoimapoliittista tukea. Kaupunki voi näin hyödyntää paremmin valtion maksamat työllistämismäärärahat. Työllistämisyksikköön ehdokkaat tulevat sekä Seinäjoen seudun työ- ja elinkeinotoimistosta että Seinäjoen työvoiman palvelukeskuksesta. Työllistämistukien kirjo on laaja. On palkkatukea, työelämävalmennusta,

työharjoittelua, työkokeilua ja kuntouttavaa työtoimintaa. Tukityöllistettyihin on oltu tyytyväisiä, heistä on ollut suuri apu ja heillä on oikeanlaista asennetta ja osaamista. (Ahvenniemi 27.11.2010.)

2.1 Eläke-edellytyksen mahdollisuus

Työministeriön antamin varoin vuonna 2001 aloitettiin valtakunnallinen alueellisesti organisoitu hanke työkyvyttömäksi arvioitujen henkilöiden eläkeselvittämiseksi. Hankkeen tavoitteena oli, että kohderyhmän eläke-edellytysten selvittely tulee käytännöksi kaikissa kunnissa, sosiaali- ja työvoimatoimistoissa, terveyskeskuksissa. Eläke-edellytysten selvittelyssä on tärkeintä saada henkilöstä kattavat taustatiedot, joista tulisi ilmetä hänen somaattinen ja psyykinen terveys- ja sairaushistoriansa. Myös työhistoria, sosiaalinen tausta ja arkinen toimintakyky ovat tärkeitä. (Taipale 2001, 8 - 12.)

Ilkka Taipale kävi Seinäjoella joulukuussa 2010 kertomassa tästä jo tapahtuneesta hankkeesta ja paikalla olleet kaupungin virkamiehet saivat kimmokkeen lähteä asian selvittämiseen myös Seinäjoella. Työllistämisyksikössä tullaan tekemään eläke-edellytyksiin liittyen kartoituksia ja keräämään tietoja sellaisista ihmisistä, jotka ovat tällä hetkellä lähinnä työvoiman palvelukeskuksen ja TE – keskuksen asiakkaita. Työllistämisyksikössä olisi tärkeää reagoida myös tulevaisuudessa asiakkaisiin, jotka eivät ole työkykyisiä ja joille olisi järkevää ja mahdollista miettiä tämän suuntaisia ratkaisuja.

Eläke-edellytysten kartoituksen kautta valikoitui kahdeksan henkilöä haastateltavakseni. Kuusi heistä tapasin etukäteen Työvoiman Palvelukeskuksessa ja myöhemmin annetulla aikavarauksella kaksi tuli suoraan luokseni. Kuuden etukäteistapaaminen johtui siitä, että Työvoiman Palvelukeskuksen työntekijät halusivat minut mukaan, kun he kertovat asiakkailleen tulevasta eläkeselvittelystä. Oman tutkimushaastatteluni otin esille eläkeselvittelyn tapaamisen yhteydessä. Kerroin opinnytetyöstäni ja kaikki suostuivat, vaikka etukäteen hieman jännitin millaisen vastaanoton

suostumuspyyntöni saa. Tapaamisessamme aluksi kävimme eläkeselvittelyyn liittyvät asiat läpi ja sen jälkeen tein oman haastatteluni, joka liittyi pitkään työttömänä olleen omakohtaiseen kokemukseen arjesta ja sen sujumisesta.

2.2 Opinnäytetyön tavoitteet

Kun mietin opinnäytetyöni aihetta, pidin itsestään selvytenä, että se jotenkin liittyy työttömyyteen tai työttömiin. Halusin tarttua aiheeseen, joka tuottaisi tietoa omaan asiakaspalvelutyöhöni palveluohjauksen tueksi. Oma kiinnostukseni työttömän arkeen tulee varmasti kokemuksestani työttömien kanssa. Nuorten ja vajaakuntoisten kanssa työskennellessäni olen huomannut, että arjen sujumisessa on joskus ongelmia. Ongelmat saattoivat olla muun muassa päivärytmissä, raha-asioissa tai sosiaalisissa suhteissa. Opinnäytetyöni tutkimuskohteena ovat pitkään työttömänä olleet henkilöt, joten yhdistin opinnäytetyöni eläke-edellytysten mahdollisuuden selvittelyn yhteyteen. Työllistämisyksikössä asiakkaina ovat työttömät ja tieto, mitä tutkimukseni tuottaa, toivoakseni antaa kipinän kiinnostua myös heidän arjestaan ja syyn miettiä mahdollista apua tai tukea heille. Teoriaan tein selkeät rajaukset, muuten opinnäytetyöni olisi liikaa laajentunut. Halusin kuitenkin tuoda esille työttömyyden, syrjäytymisen ja hyvinvoinnin, joiden katson olevan merkityksellisiä asioita ihmisen arjen muodostumisessa.

Haluan tutkimukseni tuottavan tietoa, miten työtön pärjää arkielämässään. Ja myös herättelevän työntekijät pohtimaan työttömän arkea ja miten hän pärjää arjen eri tilanteissa. Sitähän sosiaalialan palvelutyön tulisi myös olla, rahan rinnalla. Päättökysymykseni olivat: 1) Mitä työttömän arkeen kuuluu? 2) Miten työttömän arki toimii? Alakysymyksinä olivat miten työtön selviytyy kotitöistä ja huolehtii itsestään? Miten työtön viettää vapaa-aikaa? Mistä muodostuu työttömän sosiaalinen ympäristö? Miten työtön kokee käyttämänsä palvelut?

3 MUUT TUTKIMUKSET AIHEESTA

Haastattelututkimus ”Työttömyyden kasvot”, on Helsingin yliopiston tekemä tutkimus Lahtelaisten työttömien arjesta. Tutkimusryhmässä oli mukana kaiken ikäisiä työttömiä. Tutkimuksen tavoitteena oli kerätä tilastojen tavoittamattomissa olevaa tietoa lahtelaisten työttömien elämästä ja hyvinvoinnista sekä tuottaa tietoa työttömien arjesta. Tutkimuksen tavoitteena oli muun muassa selvittää, miten työttömän arki rakentuu ja millaiset palvelut tai asiat helpottavat arkea. Tuloksista Kuosmanen toteaa, että perheelliset, 30–45 –vuotiaitten työttömien elämänpiiriin eri ulottuvuudet saattavat olla melko laajoja. Heidän kohdallaan erityisesti ystävyysuhteet ovat merkittävässä roolissa. Yli 50- vuotiailla yksin asuvilla toiminnallinen ja sosiaalinen elämänpiiri oli jonkin verran suppeampi kuin puolison kanssa asuvien. Tässä ikäluokassa oman mausteensa elämänpiiriin oli monelle tuonut lapsenlapsien syntymät. Myös kaikilla tutkimukseen osallistuvilla haastateltavilla oli harrastuksia. Palveluissa palveluohjauksen kehittäminen oli keskeisessä asemassa. Palvelujärjestelmässä asiakkaan tulisi saada olla yksilö, ja hänen tulisi saada ohjausta kokonaistilanteensa vaatimien palvelujen piiriin. Esimerkiksi osa TE - toimiston asiakkaista saisi tarvitsemaansa apua pikemminkin sosiaalitoimen kautta, kuin TE- toimistosta. Vakava sosiaalinen syrjäytyminen ei noussut haastateltavien kokemuksista esiin. (Kuosmanen 2010.)

Jurvanen (2009) on opinnäytetyössään tutkinut seinäjokelaisen työttömän kokemuksellista hyvinvointia. Tutkimus perustuu työttömän omaan kuvaukseen, jossa hän omin sanoin kertoo terveydentilastaan, taloudestaan, työttömyydestään ja vapaa-ajastaan ja näitten vaikutuksista omaan kokemukselliseen hyvinvointiin. Tuloksen mukaan merkillepantavin asia on työttömien oma huoli omasta terveydestään. Esille tuli myös perheen tärkeys. Jurvasen mukaan työttömät kokivat oman kokemuksellisen hyvinvointinsa suurelta osin samansuuntaiseksi kuin aikaisemmat vastaavantyyppiset tehdyt tutkimustulokset osoittavat.

Helsingin Diakonissalaitoksen ja Itä-Suomen yliopiston yhteistyöhanke on kartoittanut ensimmäistä kertaa kaikkein heikoimmassa asemassa olevien suomalaisten hyvinvointia ja sen muutosta. Julkistetut alustavat tulokset osoittavat tutkimuksen tekijöiden mukaan, ettei kaikkein heikoimmassa asemassa olevien oloista ole aiemmin tiedetty kovinkaan paljoa. Nyt tutkimuksen kohderyhmänä oli Diakonissalaitoksen asumispalveluyksikön asukkaita, joita on noin 200. Vastausprosentti oli noin 75, mikä ylittää perinteisten väestökyselyjen vastausprosentit. Keskeiset huono-osaisten hyvinvointia uhkaavat tekijät ovat köyhyys, yksinäisyys ja toimeettomuus. Alustavat tutkimustulokset osoittavat, että asunto parantaa huono-osaisten elämänlaatua, kun taas yksinäisyys aiheuttaa masennusta ja vähentää onnellisuutta. Tutkimus osoittaa myös, että järkevän tekemisen puute haittaa arkea ja ”normaalin” arkipäivän rakenteen puuttuminen on tavallista. Myös yksinäisyyden aiheuttama masennus tuli esille. Alustavat tutkimustulokset kertovat, että huono-osaisuus on ominaista henkilöille, jotka omaavat tietyt taustatekijät. Tutkimukseen osallistuneista noin 80 prosenttia oli miehiä. Heistä 67 prosentilla se oli jäänyt perus- tai kansakouluasteelle tai sen alle. 80 prosentilla miehistä oli vähintään puolen vuoden asunnottomuus taustalla. 50 prosenttia oli ollut psykiatrisessa hoidossa, ja 35 prosenttia tunsi itsensä sairaaksi. Ilman parisuhdetta eli 70 prosenttia tutkituista sekä vajaa kolmannes oli huostaan otettu lapsena. (Uusitalo 2012.)

4 HYVINVOINTI

Varmasti kaikki haluavat elää sellaisessa tunteessa, että elämän perusasiat ovat hyvin ja voi sanoa nauttivansa hyvästä elämästä. Hyvinvointi-sanaa ei ole kuitenkaan aivan helppo määritellä ja sisältö voidaan nähdä hyvinkin laajana. Tässä kappaleessa avaan hyvinvointiin liittyviä käsitteitä.

Hyvinvointivaltion yksi keskeinen olemassaolon peruste on pyrkimys vastata markkinahäiriöihin. Näitä ovat huomattavat suhdannevaihtelut, taantumet ja lamat, joita esiintyy kansantalouksissa ja jotka aiheuttavat väestölle seuraamuksia, kuten työttömyyttä, köyhyyttä ja muita sosiaalisia riskejä. Kasvava talouskaan ei aina pysty takaamaan edes vähimmäistoimentuloturvaa kaikille ilman julkisen vallan ohjausta. Hyvinvointi ei perustu yksin taloudellisiin tekijöihin, mutta taloudellisten resurssien puuttuminen on hyvinvoinnin ja hyvinvointipolitiikan vakava haaste. (Laurinkari 2010, 69 – 70). Hyvinvointi koostuu useista eri tekijöistä. Osatekijöiksi luetaan yleensä terveys, elinolot ja toimeentulo, sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen ja onnellisuus. Nämä eri osatekijät tukevat yleensä toinen toistaan. Suomalaisten hyvinvointi 2010-tutkimuksen mukaan elämänlaatu on tyypillisesti korkein 25 – 59-vuotiailla, työssäkäyvillä, perheellisillä ja 3-4 hengen talouksissa elävillä henkilöillä, jotka kokevat taloudellisen tilanteensa hyväksi ja terveytensä erittäin hyväksi. Heikko elämänlaatu tutkimuksen mukaan on nuorilla työttömällä, eläkeläisillä ja yksinelävillä iäkkäillä henkilöillä. (Hyvinvointi 23.9.2011.)

Sosiaali- ja terveystietokertomuksesta 2010 käy selville, että keskimääräinen elintaso on Suomessa noussut. Väestöryhmien väliset hyvinvointi- ja terveyserot ovat kuitenkin edelleen suuria. Kohtuullinen toimeentulo ja toimivat palvelut ovat köyhyyden ja syrjäytymisen parasta ehkäisyä. Huomiota on kiinnitettävä erityisesti niihin ryhmiin, joille ongelmat näyttävät kasautuneen ja joiden köyhyys uhkaa syventyä. Köyhyyden ja tuloerojen kasvun pysäyttäminen onkin suuri haaste myös tulevina vuosina. (Sosiaali- ja terveysministeriö 31.3.2010.)

Sosiaali- ja terveysministeriöllä on vastuu suomalaisten hyvinvoinnista, jolloin se huolehtii sosiaali- ja terveystalvelujen toimivuudesta ja takaa toimeentuloturvan.

Hyvinvointia ja terveyttä pyritään edistämään:

- 1) lisäämällä ja ylläpitämällä sosiaalista hyvinvointia, turvallisuutta ja osallisuutta sekä vähentämällä syrjäytymistä ja köyhyyttä.
- 2) väestön hyvän terveyden ja toimintakyvyn ylläpitämisellä (terveelliset elintavat, päihdehaittojen ehkäiseminen ja sairauksien vähentäminen)
- 3) lisäämällä ehkäisevän työn osaamista, jolloin sosiaaliset ongelmat ja sairaudet tunnistetaan ja mahdolliset tukitoimet käynnistetään mahdollisimman varhain
- 4) terveellisen elinympäristön ja työympäristön turvaaminen (Sosiaali- ja terveysministeriö 18.2.2011.)

Oma opinnäytetyöni tematiikka liittyy hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Eläkeselvittelyn mahdollisuuden selvittelyssä Taipaleen malli perustuu nimenomaan kohtaan kolme, jossa mainitaan ehkäisevän työn osaamista ja tukitoimien käynnistämistä mahdollisimman varhain, kun sosiaalisia ongelmia ja sairauksia on tunnistettu.

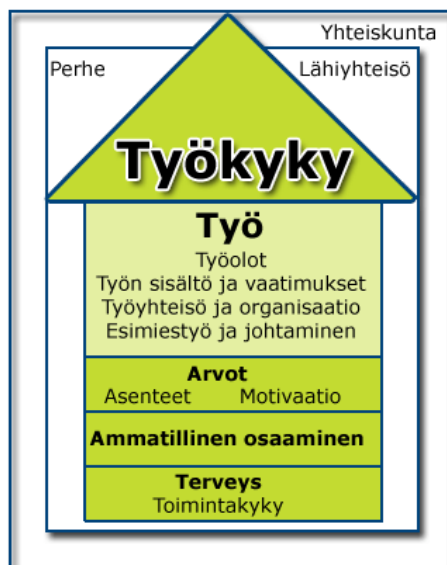
4.1 Toimintakyky

Toimintakyky on yksi keskeinen osa ihmisten hyvinvointia. Toimintakykyä on hankala määritellä tai mitata yksiselitteisesti ja kattavasti. Se kuitenkin kattaa ihmisen selviytymisen arkisista askareista sekä elämän suurista haasteista. Käytännössä toimintakykyä tarkastellaan usein henkilön fyysisinä, psyykkisinä ja sosiaalisina edellytyksinä selviytyä päivittäisistä askareistaan. Todellisuudessa toimintakyky on kuitenkin jotain muuta kuin edellä mainittujen asioiden summa. Joskus se voi olla parempi, mitä sen osatekijöitä tarkastellen voisi olettaa, joskus jopa huomattavasti oletettua heikempi. Usein saattaa toimintakyvyn alenemisen taustalla on jaksamattomuus tai motivoitumattomuus eikä fyysisen suorituskyvyn aleneminen. (Karppi 14.12.2009.)

Fyysinen toimintakyky käsittää kyvyn suoriutua päivittäisistä perustoiminnoista, esimerkiksi nukkumisesta, syömisestä, henkilökohtaisesta puhtaudesta ja liikkumisesta. Siihen sisältyy myös omien asioiden hoitamisesta suoriutuminen, kuten kotitöistä ja asioinneista kodin ulkopuolella. **Psyykkinen toimintakyky** liittyy elämänhallintaan ja elämän tyytyväisyyteen, mielenterveyteen, psyykkiseen hyvinvointiin, itsearvostukseen. Omat voimavarat ja erilaisista haasteista selviytyminen ovat osa psyykkisen toimintakyvyn kokonaisuutta. **Sosiaalinen toimintakyky** tarkoittaa kykyä toimia ja olla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Suhteet perheeseen, omaisiin ja ystäviin ja sosiaalisten suhteiden sujuvuus ja osallistuminen sekä vastuu läheisistä ja elämän mielekkyydestä määrittävät sosiaalista toimintakykyä. (Mitä toimintakyvyllä tarkoitetaan [viitattu10.2.2012].)

4.2 Työkyky

Työkyky -talomallin on kehittänyt professori Juhani Ilmarinen, joka kuvaa työkykyä talon muodossa. Kolme alimmaista kerrosta kuvaa yksilön henkilökohtaisia voimavaroja ja neljäs kerros itse työtä ja työoloja.



Kuvio 1. Työkykytalo-malli. (Työterveyslaitos 2012.)

Työkyvyn perusta on ensimmäisessä kerroksessa. Sen muodostavat fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky sekä terveys. (Työterveyslaitos 2.1.2012.)

Ammatillinen osaaminen on toisessa kerroksessa ja sen perustana ovat peruskoulutus sekä ammatilliset tiedot ja taidot. Tietojen ja taitojen jatkuva päivittäminen on tärkeää /elinikäinen oppiminen). Tämän kerroksen merkitys on viime vuosina korostunut, koska uusia työkykyvaatimuksia ja osaamisen alueita syntyy jatkuvasti kaikilla toimialoilla. (Työterveyslaitos 2.1.2012.)

Arvot, asenteet ja motivaatio ovat kolmannessa kerroksessa, jolloin kerroksessa on myös työelämän ja muun elämän yhteensovittaminen kohtaavat. Omat asenteet työntekoon vaikuttavat huomattavasti työkykyyn. Jos työ koetaan mielekkäänä ja se on sopivan haasteellista, se vahvistaa työkykyä. Työkykyä taas heikentää, jos työ on pakollinen osa elämää eikä vastaa omia odotuksia. Iän myötä työ- ja eläkeasenteet voivat muuttua ja voivat johtaa työelämästä luopumiseen tai ennen aikaiseen syrjäytymiseen. (Työterveyslaitos 2.1.2012.)

Työ on talon neljännessä kerroksessa, joka kuvaa työpaikkaa konkreettisesti ja työ ja työolot, työyhteisö ja organisaatio kuuluvatkin tähän kerrokseen. Esimiestyö ja johtaminen ovat keskeinen osa kerroksen toimintaa: esimiehillä ja johtajilla on valta ja velvollisuus organisoida ja kehittää työpaikan työ-toimintaa. (Työterveyslaitos 2.1.2012.)

Talon kerrokset tukevat toisiaan. Työkykytalo toimii ja pysyy pystyssä, kun kaikki kerrokset tukevat toisiaan. Eri kerroksia tulisi kehittää jatkuvasti työelämän aikana. Työnantaja ja esimiehet ovat puolestaan päävastuussa työstä ja työoloista. Työnantaja voi tukea eri tavoin yksilön voimavarojen kehittämistä. Myös työntekijä voi aktiivisesti osallistua sekä oman työnsä että työyhteisönsä hyvinvoinnin edistämiseen. Työkykytaloa ympäröi niin perheen, sukulaisten kuin ystävien verkostot. Yksilön työkykyyn vaikuttavat myös yhteiskunnan rakenteet ja säännöt. Vastuu yksilön työkyvystä jakaantuu sekä yksilön, yrityksen että yhteiskunnan kesken. (Työterveyslaitos 2.1.2012.)

4.3 Elämänhallinta

Elämänhallinta on käsite joka sulkee sisäänsä ihmisen eri osa-alueita: työn, työkyvyn, sosiaalisen aseman, terveyden, asumisen, perhetilanteen ja muita elämisen voimavaroja. Elämänhallinta vaihtelee ihmisillä eri lailla ajallisesti ja elämänalueittain. Elämänhallinta on elämän mittainen asia. Se on yhteydessä kasvuun ja yksilönkehitykseen. (Elämänhallinta 26.11.2011.)

Peltosen mukaan Jaana Vastamäki on selvittänyt väitöskirjassaan elämänhallinnan tarkoittavan, että ihminen näkee ympäristönsä ja eteen tulevat tilanteet ymmärrettävinä, hallittavina ja mielekkäinä. Vahva elämänhallinta on yhteydessä hyvään stressinhallintakykyyn ja terveyteen, se edistää psyykkistä hyvinvointia ja työllistymistä. Elämänhallintakyky voi muuttua, jos ihmisen elämäntilanne muuttuu suuresti. Heikko elämänhallintakyky voi puolestaan altistaa esimerkiksi masennukselle. Elämänhallinnalla on tärkeä merkitys työttömien hyvinvoinnille ja uudelleen työllistymiselle, heille järjestetyt kurssit ja tukitoimet vahvistavat työttömän tunnetta oman elämän hallinnasta. Kurssilla tapahtuu usein jotain myönteistä kehitystä, voimaantumista, joka lisää elämänlaatua. Vastamäen mukaan ihminen elää kriisissä, kun hän menettää työnsä. Heikentynyt työkyky, taloudelliset huolet ja alkoholin liiallinen nauttiminen ovat työttömällä yleisimpiä riskitekijöitä. Työttömyyden aikaisiin riskitekijöihin tulisikin puuttua, jos työttömän uudelleen työllistymistä ja terveyttä halutaan parantaa. (Peltonen 2010.)

Elämänhallinnan ollessa hyvä ja kohdallaan, ihminen kokee elämänsä mielekkäänä ja merkittävänä. Hän voi hyvin ja huolehtii itsestään, osaa arvostaa itseään, ei vaadi itseltään liikoja eikä stressaannu helposti. Myös vaikeista elämäntilanteista ja vastoinkäymisistä hän selviää. Elämänhallinnan heiketessä, seurauksena saattaa olla unihäiriöitä, yleistä haluttomuutta, masennusta tai ahdistusta. Myös uupuminen ja liiallinen alkoholin käyttö voi olla seurauksena. (Elämänhallinta-henkinen voimavara 25.1.2012.)

4.4 Huono-osaisuus

Raunio (2006, 35) määrittelee huono-osaisuuden olevan kytköksissä köyhyyteen ja sosiaaliseen syrjäytymiseen. Myös elämän laatu voi heiketä, elinolot ja elämäntavat voivat muuttua. Huono-osainen voi olla syrjäytynyt työstä, koulutuksesta tai asuntomarkkinoista, jopa terveyden suhteen voi olla huono-osainen.

Liiallinen alkoholin kulutus voi tuoda mukanaan vakavia ongelmia niin huono-osaisuutena kuin osattomuutena. Näiden välinen suhde ei kuitenkaan ole yksiselitteinen. Huono-osaisuus voi lisätä alkoholiongelmia, jos taustalla on köyhyyttä tai työttömyydestä johtuvaa stressiä, toisaalta alkoholiongelmien voi johtaa muuhun huono-osaisuuteen. (Mäkelä, Kauppinen & Huhtanen 2009.)

Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton (STKL) kansalaisbarometrissa, joka tehtiin kesällä 2011, selviää, että pahoinvointia lisäävät työttömyys ja sen mukanaan tuomat toimeentulo-ongelmat. Noin 300 000 ihmistä tuntee itsensä jollain tavalla huono-osaiseksi. Pahiten ongelmat kasautuvat työttömille, heistä jopa yli puolet kokee huono-osaisuutta. Huono-osaisuus ei heijastu vain toimeentuloon tai sosiaalisiin suhteisiin, vaan se näkyy myös terveysongelmina. Kansalaisbarometri kertoo, että yli puolen miljoonan täysi-ikäisen tulot eivät riitä kunnolla omasta terveydestä huolehtimiseen. Köyhyysriskin rajoilla arvioidaan elävän noin 700 000 suomalaista. Monimuotoisia tukitoimia olisi kohdistettava etenkin niille, jotka ovat vaarassa syrjäytyä tai ovat syrjäytyneet. (Kaleva 23.12.2011.)

Helsingin Sanomat uutisoi, että huono-osaisuus voi periytyä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) on tutkinut huono-osaisuuden eri muotojen esiintymistä, yleisyyttä ja siihen liittyviä tekijöitä. Tutkimuksen mukaan huono-osaisuus periytyy ainakin toimeentulo-ongelmina ja terveysongelmina. Sukupolvelta toiselle siirtyvän huono-osaisuuden syitä tunnetaan huonosti, mutta tiedetään, että kierteen katkaiseminen vaatii monenlaisia toimia. Yksin riittävä ja kattava perusturva ei riitä ehkäisyyn, vaan tarvitaan muitakin tukitoimia. (Karvonen [viitattu11.3.2010].)

5 ARKI JA TYÖ

Tässä luvussa avaan arjen ja työn käsitettä. Arkea elävät kaikki. Arjessa eläminen ja siitä selviäminen kertoo aika usein myös muista elämiseen ja olemiseen liittyvistä asioista. Hallittuna arki tuo elämään kuitenkin tietynlaista ryhtiä ja pitää otteen kiinni itse elämässä. Työ taas kuuluu useimpien arkeen. Työtä tekemällä ansaitsemme oman toimeentulomme. Työ on tärkeä tekijä myös yhteiskunnallisen velvollisuuden suorittamiselle. Yhteiskunnan ylläpitämiseen tarvitaan kaikki, jotka ovat kykeneviä tekemään töitä.

Arki on käsite, jolle on vaikea esittää yksiselitteistä määritelmää. Meillä jokaisella on kuitenkin paljon kokemusta arjesta ja arjen tapahtumista on helppo puhua ymmärrettävästi. Arjesta voi puuttua täysin järjestys ja aika usein lapsiperheiden arkea leimaa kaaos. Arki ei koskaan valmistu, sitä eletään uudestaan joka päivä. (Andersson, Hetemäki, Mustonen & Sihvola 2011, 5 – 7.) Haila (2011, 235) kuvaa arjen muodostuvan käytännöllisistä toimista ja rutiineista, jotka antavat sisältöä elämään. Ihmisten jokapäiväisen elämän toimintatapoihin sisältyy henkilökohtainen vapauden ja riippumattomuuden tunne, jota kuitenkin rutiinit tukevat.

Arki ilman työtä voi johtaa siihen, että ihminen vetäytyy pois ympäröivästä yhteiskunnasta ja sen tuloksena voi olla elämänlaadun heikkeneminen. Yhteiskunta voi yrittää keksiä keinoja, jolla voi saada tällaiset takaisin aktiiviseen yhteiskuntaan, mutta käytettävissä olevat resurssit jäävät usein kauas todellisesta tarpeesta. (Kasvio 2011, 216 – 217.)

Arjen toivotaan pitävän yllä kansantaloutta ja ihmisten mielenterveyttä. Arki sujuu ikään kuin huomaamattaan, se on kevyttä ja saattaa tuntua pinnalliseltakin. Arki kuitenkin muuttuu painavaksi ja tärkeäksi silloin, kun ei ole varmaa jaksako nousta sängystä tai ilahtuuko lehden lukemisesta tai kahvin tuoksusta. Kotitöissä kiteytyvät kaikki arjen ulottuvuudet: rutiinit, kodin tunnun tekeminen ja tavanomaisuus. Kotitöitä ei tarvitse alinomaan pohdiskella. (Jokinen 2005, 9 – 47.)

Arjen askareitten, joita ovat esimerkiksi ruoan laitto, pyykinpesu, siivoaminen, sanotaan kuitenkin kohdanneen uusavuttomuuden, joka tarkoittaa varsinkin nuorten ihmisten kohdalla kyvyttömyyttä selviytyä näistä kodinhoidollisista töistä. Tähän syynä voi olla perheyhteisöjen kiinteyden väheneminen, vanhempien kyvyttömyys opastaa ja siirtää osaamista nuoremmalle sukupolvelle. (Uusavuttomuus 1.6.2011.)

Arjen kaaos voi johtua voimattomuudesta tai taidon puutteesta. Ote omasta elämästä liukuu käsistä ja arki ikään kuin kelluu, kun perhe ajautuu tilanteesta toiseen. Tavalliset kotiaskareet saattavat väsyttää kohtuuttoman paljon ja säännölliset ruokailut jäävät väliin, koska päivärytmiä ole. Päivärytmin puute voi heijastua myös unihäiriöinä (Jonsson 15.3.2011.)

Raijas (2011, 243 - 260) määrittelee arjen toiminnan tavoittelevan hyvinvointia. Hyvinvointi on olennaista, että arki sujuu ja toimii. Elinolosuhteet luovat raamit ja tarjoavat mahdollisuudet arjen elämään, aina voi kuitenkin tulla tekijöitä, jonka vuoksi todellinen arki muodostuu ehkä huonommaksi. Lisääntyvän vapaa-ajan oletetaan kasvattavan hyvinvointia, mutta esimerkiksi työttömän kohdalla runsas vapaa-aika ei välttämättä ole heille myönteinen asia. Television merkitys arjen hyvinvoinnissa on taloustieteilijä Bruno Freyn kollegoineen esittämä tieto, että liiallinen television katselu vähentäisi elämän tyytyväisyyttä. Television katselu leimataan ”huonoksi ajankäytöksi”, jonka liiallista katsomista kuuluu katua tai selittää. Onko sitten kysymyksessä, että liiallinen television katselu heikentää elämään tyytyväisyyttä vai lisääkö elämään tyytymättömyys television ääressä vietettyä aikaa?

Ihmisen elämäntavat tai itsestään huolehtiminen kertovat myös paljon arkeen liittyvistä taidoista. Hoitamaton ja epäsiisti ulkomuoto voivat antaa merkin henkilön huonosta selviytymisestä puhtaudesta ja kodinhoidosta. Jos ihminen ei osaa tai ei jaksaa huolehtia omista perustarpeistaan, on perusteltua puuttua tilanteeseen ja varmistaa, että avunsaanti on mahdollista esimerkiksi kotipalvelusta. (Kettunen, Kähäri - Wiik, Vuori - Kemilä & Ihalainen 2009, 57.)

Työn tekeminen jäsentää ihmisen yhteiskuntaan kuuluvaksi. Ihmiselle on tärkeää ja merkityksellistä, että hän kuuluu johonkin yhteisöön. Nuorelle koulun käynti on hänen työtään, hänen aktiivisuutensa on tällöin käytössä. On tärkeää saada nuori käymään koulunsa loppuun, koska syrjäytyminen koulusta voi aloittaa kierteen, joka voi johtaa siihen, että nuori syrjäytyy myös työstä. Erityisesti työn puute on suurin sosiaalinen ongelma. Työttömyys aiheuttaa tulottomuutta ja yhteiskunnasta syrjäytymistä. Suomessa yleisin toimeentulotuen saannin peruste on työttömyys. (Niemelä 2009, 227 – 229.)

Suomessa palkkatyö on yksi merkittävimmistä yhteisölliseen toimintaan osallistumisen muodoista. Sosiaalinen osallisuus tuottaa ihmisille terveyttä ja hyvinvointia, koska se luo mielekästä merkitystä elämään. Pitkäksi ajaksi palkkatyön ulkopuolelle jääminen saattaa johtaa sosiaaliseen syrjäytymiseen, jolla taas on vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin. (Karjalainen [12.1.2012].)

Työllä ja ammatilla on usein suuri merkitys ihmisen elämässä ja identiteetissä, niin hyvässä kuin pahassa. Yleisen määritelmän mukaan työ on tavoitteellista toimintaa, jolla tuotetaan hyvinvoinnin ja elämän jatkuvuuden kannalta välttämättömiä hyödykkeitä ja palveluja. Työllä saattaa olla ihmiselle paljon muutakin merkitystä ja ammatinvalinta voi määritellä ihmisen identiteettiä vahvasti. Työ tuo elämään mielekkyyttä ja antaa mahdollisuuden toteuttaa itseään. Kääntöpuolena työ saattaa stressata, ylikuormittaa henkisesti ja fyysisesti sekä johtaa uupumukseen. (Elävä arkisto. [Viitattu 7.2.2011].)

Työn tuomaa stressiä ja uupumusta on olemassa. Nykypäivän kiire ja ympäröivät päivät voivat olla riskitekijöitä. Tässäkin tapauksessa ihminen kärsii ja tarvitsee apua. Vaarana on joutua ulos työelämästä, jos omat resurssit eivät riitä pysymään ajan hengessä mukana.

Työ on jatkuvassa muutoksessa, se voi olla pätkä- tai projektityötä tai sitä voidaan tehdä freelancer-pohjalta. Jos työ aikaisemmin oli suurille ikäluokille tärkeä tekijä,

myöhemmille ikäluokille se ei ole välttämättä vahvaa identiteettiä muodostava tekijä. Vaikka työn merkitys vähenee, se ei kuitenkaan tarkoita, että olisi haluttomuutta tehdä työtä tai oltaisiin laiskoja. Työhön on mahdollista suhtautua suurella intohimolla, vaikka se ei elämän tärkein sisältö olisikaan. Yksilöllisyyden korostuessa, saattaa sen kielteisenä seurauksena olla aiempaa enemmän pahoinvointia, syrjäytymistä ja päihdeongelmia. Ellei ihmiselle synny luotettavia lähiyhteisöjä, syrjäytymisen vaara on suuri. Siksi yksilöön luottavassa yhteiskunnassa pitää turvaverkkojen olla aukottomia ja näistä syistä tarpeita julkisille palveluille on entistä enemmän. (Moisio [viitattu 21.3.2012].)

6 TYÖTTÖMYYS

Työttömyys on tullut itselleni tutuksi, olenhan työskennellyt työttömien kanssa jo vuosia. Työttömyys voi periaatteessa kohdata kenet tahansa. Valtion pitkä ja kapea leipä ei enää ole itsestään selvyys, kuten joskus ajateltiin, eikä virka tai toimi ei ole välttämättä ikuinen turva. Maailma on muuttunut ja työelämä sen mukana.

Työttömyyden kohdatessa tai jos opintojen päättyessä ei ole työpaikkaa, on ilmoittauduttava mahdollisimman nopeasti työ- ja elinkeinotoimistoon työttömäksi työnhakijaksi. Tämän jälkeen voi hakea työttömyyskorvausta työttömyyskassasta tai kelasta. Työttömälle maksettavia tukia ovat työttömyyspäiväraha (joko ansiopäiväraha tai peruspäiväraha) tai työmarkkinatuki. (Tuet työttömälle työnhakijalle [Viitattu 12.1.2012].) Laissa määritellään työtön työnhakija 17 vuotta täyttäneeksi, joka on työkykyinen, työmarkkinoiden käytettävissä oleva sekä työtön. (L 30.12.2002/1295.)

Työttömyyden on osoitettu vaikuttavan haitallisesti niin terveyteen kuin hyvinvointiinkin. On myös paljon näyttöä siitä, että huono terveys ja varsinkin mielenterveysongelmat ovat yhteydessä korkeampaan työttömyysriskiin ja pidempään työttömyyden keston. Työttömyydestä ja sen myötä heikkenevästä terveydestä ja työkyvystä näyttäisi helposti tulevan itseään vahvistava kierre. (Vuori 17.6.2010.) Työttömyyden keskeisin haitta on sen aiheuttama tulojen menetys. Työttömyys on myös merkittävimpiä köyhyyden riskitekijöitä. Työttömyyskorvaus kattaa osan työttömyyden aiheuttamasta taloudellisesta taakasta. Muita työttömyyden haittoja voi olla henkinen rasitus ja pitkällä aikavälillä työssä tarvittavien taitojen heikkeneminen. Kansantalouden kannalta työttömyyden yleistyminen aiheuttaa lisäksi tuotannon laskua ja sosiaaliturvamenojen kasvua. (Työttömyys 24.7.2011.)

Työttömyys merkitsee yksilölle murrosta moneen asiaan. Hänen yhteiskunnallinen asemansa muuttuu monella tapaa. Useimmiten hänen toimeentulonsa on muista kiinni, puolisosta tai sosiaaliturvasta. Ajankäytön ja taloudellisen tilanteen myötä työttömyys vaikuttaa yksilön elämän koko inhimilliseen kirjoon. Työttömyys horjuttaa tasapainoa, joka koostuu monista tekijöistä. Näin ollen jokainen työttömyyskokemus on hyvin yksilöllinen. Hänen on pyrittävä luomaan uudenlainen mielekäs olotila, vaikka työ puuttuukin elämästä. Työttömäksi jääminen vaikuttaa voimakkaasti sosiaalisiin suhteisiin, taloudelliseen tilanteeseen ja ympäristön virikkeellisyyteen. Yksilön ja ympäristön välisten suhteiden uudelleenmuotoutuminen ja uusien suhteiden syntyminen vanhojen loppuessa, tästä on kyse. (Luomanen 1999, 92 – 96.)

Stakesin raportti kertoo myös karua asiaa iän mukanaan tuomasta ongelmasta. Antti Parpo haastatteli 21 henkilöä, iältään 38 – 60 vuotta, keski-ikä ollessa 48 vuotta. Haastateltavat itse kokivat, että heidän työllistymismahdollisuutensa huononevat iän myötä. Joillekin oli työhakutilanteen yhteydessä sanottu, että ikä on syynä työpaikan epäämiseen. Myös iän esille tuominen oli edesauttanut työnantajan kiinnostuksen loppumiseen. Haastateltavien kokemukset osoittavat, että ikääntyneen mahdollisuudet työllistyä ovat muita rajoittuneempia. On myös viitteitä siitä, että työmarkkinoilla on vallalla syrjintää, työnantajat ottavat mieluummin vähäisen työkokemuksen omaavan nuoren kuin pitkän työuran tehneen 50 vuotta täyttäneen työttömän avoinna olevaan paikkaan. (Parpo 2007, 50 – 52.)

Työ on kulttuurissamme korkealle arvostettu asia. Kaikkien kuuluu käydä koulut ja sitten siirtyä mukaan työelämään. Näinhän me useimmiten ajattelemme. Ei yksin koulutuskaan suojaa työttömyydeltä, myös korkeasti koulutetutkin ovat samalla viivalla. Tuttavieni kohdalla on ollut mielenkiintoista huomata, että heidän kohdallaan vaikeutena on ollut lähinnä ikä. 50 vuotta täyttänyt ei näytä olevan parasta A- ryhmää.

6.1 Pitkäaikaistyöttömyys

Pitkäaikaistyöttömät ovat työttömiä, joiden työttömyys on kestänyt yhtäjaksoisesti yli vuoden. Pitkäaikaistyöttömyys on varsinkin ikääntyneiden ja matalan koulutustason työttömien ongelma. Se on vakava ongelma koska työttömyyden jatkuessa pitkään työttömän ammattitaito heikentyy ja työttömällä on suuri riski syrjäytyä lopullisesti työmarkkinoilta. On myös huomattu, että aktiivinen työn hakeminen vähenee työttömyyden pitkittyessä. Toistuvat epäonnistumiset työpaikan löytämisessä saattavat lannistaa työnhakijan niin, että hän kokee työnetsinnän olevan turhaa. Useat heistä luokitellaan Tilastokeskuksen työvoimatutkimuksessa piilotyöttömiksi. Pitkäaikaistyöttömyyttä pyritään lieventämään aktiivisella työvoimapolitiikalla - niin koulutuksella, työharjoittelulla kuin tukityöllistämisläkin. (Tilastokeskus [viitattu 6.10.2011].)

Raunion (2009, 247 - 248) mukaan pitkään työttömänä olleilla on taloudellista huono – osaisuutta. Pelkkä taloudellisen tilan parantaminen ei kuitenkaan yksin riitä, koska puutteita on myös sosiaalisissa taidoissa ja sosiaalisessa pääomassa. Nämä puutteet asettavat entistä suurempia haasteita niin kodeille, päivähoidolla kuin koululle.

Jari Aaltosen (3.1.2011.) mukaan, Etelä-Pohjanmaalla pitkäaikaistyöttömyys on kasvanut vuoden 2010 aikana 50 prosentilla. Samaan aikaan kuitenkin maakunnan muu työllisyys parani laman jäljiltä. Pitkäaikaistyöttömyys näkyy niin koulutettujen kuin eri ikäluokkiin kuuluvissa pohjalaisissa. Työvoimahallinto kokee asian suureksi uhaksi alueen työmarkkinoiden toimivuudelle. Maakunnalla ei ole varaa päästää ihmisiä vuosien työttömyysloukkuun, kun samaan aikaan on näkyvissä myös työvoimapula. Aaltosen mukaan haluna on parantaa pitkäaikaistyöttömien tukityöllistämistä. Hän kehittäisi niin sanottuja välityömarkkinoita, jotta pitkäaikaistyöttömät voisivat työllistyä vakituisesti. Nyt moni kolmannen sektorin palvelukseen tukitoimin palkattu tipahtaa tuetun työllistymisen jälkeen uudelleen työttömäksi. Kolmannen sektorin työpaikkoja pitäisi pystyä kehittämään niin, että tukitoimin työllistetyillä on mahdollisuus siirtyä avoimille markkinoille pysyvimpiin työsuhteisiin. Oma vastuunsa on kannettavana

myös kunnilla ja valtiolla. Kansallisena tehtävänä tulisi olla uusien ja tehokkaiden työllistymistoimien kehittäminen. Muuten on vaarana, että työmarkkinat rappeutuvat maassamme.

Uusi hallitus on pitkäaikaistyöttömien kohdalla kirjannut määräaikaisen kokeilun, jolloin 12 kuukauden työttömyyden jälkeen työllisyyden päävastuu siirtyisi kunnille. Kokeilua varten kunnille annettaisiin riittävät resurssit kartoittaa työttömien työllistymismahdollisuuksia ja seurata edistymistä aktiivisesti. Aktiivipalveluiden järjestäminen tulisi olla kannustavaa siten, että valtion antama rahoitus kasvaisi palveluiden mukaan. Kokeilu kestäisi hallituskauden ja kokeilun tuloksien pohjalta tehtäisiin päätöksiä kuntien ja valtion välisestä työnjaosta työllisyyden edistämisessä. (Hallitusohjelma 2011). Maailma muuttuu ja nyt näyttää siltä, että kuntien vastuu kasvaa työttömyyttä torjuttaessa. Toivottavasti kuntien kurjistuvassa rahatilanteessa tämä asia pystytään hoitamaan.

Etelä-Pohjanmaan työllisyyskatsaus (24.1.2012) mukaan yli 50-vuotiaiden työttömyys laski 18 henkilöllä (-0,6 %) ja yli vuoden yhtäjaksoisesti työttömänä olleitten lukumäärä laski 140 henkilöllä (-10,8 %) vuonna 2011. Vuoden takaiseen tilanteeseen verrattuna työttömien kokonaismäärä laski 458 hengellä (-5,6 %). Etelä-Pohjanmaan ELY- keskusalueen työvoimasta oli työttömien työnhakijoiden osuus 8,6 %, joka oli maan kolmanneksi paras.

6.2 Syitä pitkäaikaistyöttömyyteen

Pitkäaikaistyöttömien tilannetta on kartoittanut Työttömien Valtakunnallinen Yhteistoimintajärjestö, TVY. Kartoituksen mukaan suurimmat riskit pitkittyneeseen työttömyyteen ovat heikko koulutustaso tai keskeytyneet opinnot. Myös juurettomuus, puuttuvat sosiaaliset kontaktit ja kadonneet ammatit ovat riskejä. (Työterveyslaitos [viitattu 6.10.2011].)

Erikoistutkija Tarja Heponiemi Terveyden ja Hyvinvoinnin laitokselta on tutkinut työttömyyden ja terveyden välisiä yhteyksiä. Työttömyyden on osoitettu vaikuttavan haitallisesti niin terveyteen kuin hyvinvointiin. On myös paljon näyttöä siitä, että huono terveys ja varsinkin mielenterveysongelmat ovat yhteydessä korkeampaan työttömyysriskiin ja pidempään työttömyyden keston. (Työterveyslaitos [viitattu 6.10.2011].)

Työttömän työnhakijan todennäköisyys työllistyä alenee työttömyyden pitkittyessä. Jos uutta työtä ei löydy kuuden ensimmäisen työttömyyskuukauden kuluessa, on löytyminen seuraavien kuukausien aikana entistä vaikeampaa. Ajassa alenevaa työllistymisen todennäköisyyttä selitetään työttömyyden itse itseään vahvistavalla kierteellä. Työttömyys saattaa muuttaa työllistymisen kannalta tärkeitä henkilökohtaisia ominaisuuksia tai työttömän työnhakijan ja työnantajan käyttäytymistä. Inhimillisen pääoman (tiedon, taidon ja osaamisen) määrä riippuu koulutuksen lisäksi myös työkokemuksesta. Inhimillisen pääoman rappeutuessa työttömyysaikana, työllistymistä ei tapahdu. Intensiteetti, jolla työtön etsii uutta työpaikkaa, voi myös alentua työttömyyden pitkittyessä. Työnantajien asenteet pitkäaikaistyötöntä kohtaan voivat olla syrjiviä. Jos pitkittynyttä työttömyyttä voidaan tulkita työnhakijan heikosta laadusta, työnantaja palkkaa kahdesta muutoin samanlaisesta työnhakijasta sen, joka on ollut vähemmän aikaa työttömänä. (Pehkonen 1998, 229 – 230.)

6.3 Kuntouttavaa työtoimintaa pitkäaikaistyöttömälle

Kuntouttavaa työtoimintaa tarjotaan pitkään työttöminä olleille henkilöille. Sen tarkoituksena on parantaa heidän työllistymismahdollisuuksiaan ja elämänhallintaansa. Kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen perustuu aktivointisuunnitelmaan, jonka työvoimatoimiston ja kunnan sosiaalihuollon viranomaiset, esimerkiksi sosiaalityöntekijä, laativat yhteistyössä asiakkaan kanssa. Kuntouttava työtoiminta on lakisääteistä. Sitä on järjestettävä pitkään työttömänä olleille, jotka saavat työmarkkinatukea tai toimeentulotukea. Kuntouttava työtoimintaa järjestetään yksilöllisen tarpeen mukaan joko osa- tai

kokopäiväisesti 1-5 päivänä viikossa 3-24 kuukauden ajan. Kuntouttavaan työtoimintaan osallistuva saa joko työmarkkinatuen ja siihen liittyvän ylläpitokorvauksen tai toimeentulotuen ja siihen liittyvän toimintarahaa sekä osallistumisesta aiheutuvat matkakustannukset. (L 2.3.2001/189.)

6.4 Pitkäaikaistyötön ja terveys

Lääkärilehden mukaan tutkimus on osoittanut, että suurella osalla pitkäaikaistyöttömistä ei ole enää todellisia edellytyksiä työllistyä, koska heidän terveystilanne on huono. Suomessa arvioidaan olevan miltei 150 000 työtöntä, joiden työttömyyskausi on kestänyt yli vuoden tai joilla on toistuvia pitkiä työttömyyskausia tukitöiden ja työvoimakoulutusten välissä. Pitkäaikaistyöttömyyden lisääntyessä voimakkaasti on herätelty ajatusta uudesta työttömyysrekisterien puhdistamisesta ja nimenomaan kaikkein vaikeimmin työllistettävien ihmisten ohjaamisesta eläkkeelle. Pitkäaikaistyöttömien joukossa on useita, jotka eivät hyödy työvoimakoulutuksesta tai edes tukityöllistymisestä, koska he eivät yksinkertaisesti kykene työhön. Työttömän kannalta inhimillisempää ja yhteiskunnan kannalta tuottavampaa olisi ohjata koulun keskeyttänyt nuori tai työttömäksi jäänyt aikuinen mahdollisimman pian työkyvyn ja terveyden arviointiin. (Helsingin Sanomat 15.11.2010.)

Tulokset kertovat, että pitkittyneellä työttömyydellä on haitallista vaikutusta henkilön terveyteen, työkykyyn ja hyvinvointiin. Pitkittyneestä työttömyydestä työelämään paluu onnistuu harvoin vain työllistämistoimenpiteillä vaan on otettava huomioon ihmisen kokonaistilanne, niin hänen sosiaalisen tilanteensa ja toimeentulonsa kuin terveytensä ja työ- ja toimintakykynsä sekä näihin liittyvät palvelutarpeet. Pitkittynyt työttömyys voi johtaa myös tilanteisiin, joissa työllistyminen ei ole enää realistinen tavoite vaan tavoitteena on muun sopivan ratkaisun löytäminen. (Saikku1.7.2011). Vuoden 2005 tietojen mukaan 40 prosentilla työttömistä on kohtalainen tai heikko työkyky. Heidän riskinsä syrjäytyä työmarkkinoilta on kohtuullisen suuri. Viidenneksellä alta 25 – vuotiaista nuorista on riski syrjäytyä ja varsinkin nuorten miesten kohdalla riski on noin

kolminkertainen vastaavan ikäisiin työttömiin naisiin nähden. (Holm, Jalava & Ylöstalo 2006, 21.)

Toukokuun alussa voimaan tullut uusi terveydenhuoltolaki velvoittaa kunnat järjestämään työterveyshuollon ulkopuolella oleville työttömille terveysneuvontaa ja terveystarkastuksia. Tavoitteena on tukea työttömien terveyttä, työ- ja toimintakykyä sekä edistää elämänhallintaa ja mielensterveyttä. Terveystarkastuksen ja terveysneuvonnan tulee muodostaa toiminnallinen kokonaisuus muiden palvelujen kanssa, joita kunnat järjestävät. (Sosiaali- ja terveysministeriö 13.2.2011.)

Sanomalehti Ilkka uutisoi, että Seinäjoella avattiin syyskuussa ilmainen terveyspalvelu työttömille. Valtaväylähankkeen avulla toimii työterveyshoitaja, joka yrittää tavoittaa työttömiä työkäisiä asiakkaita TE- toimistossa, Toimintojen talolla ja ystävän tuvalla. Hän tarjoaa heille matalan kynnyksen terveyspalveluita. Työterveyshoitaja ohjaa tarvittaessa lääkärille tai jatkotoimenpiteisiin, opastaa ravintoon ja elämänhallintaan liittyvissä asioissa. Hankkeen tarkoituksena on myös todentaa, miten paljon ennaltaehkäisevän terveydenhuollon piirissä on ”pudokkaita” ja saada kokeilun jälkeen rahoitusta kaupungilta. Terveysneuvoja kokee, että ennaltaehkäisevää työtä tulisi tehdä enemmän. Nyt hän tekee korjaavaa työtä, jolloin niin sanotut vahingot ovat ehtineet tapahtua. Työttömällä ihmisarvon menetys on usein yleistä ja vaikeudet selvittää arkisista asioita voivat ilmetä nopeastikin. Myös työttömien valtakunnallisen yhteistoimintajärjestön puheenjohtajan mukaan työtön henkilö pitäisi ottaa heti kiinni lähtötilanteessa, jolloin työtä tai opiskelupaikkaa ei ole. Myös henkilön taloudellinen tilanne ja arkisen elämän hallitseminen tulisi selvittää. (Nyström 2011, 7.)

7 SYRJÄYTYMINEN

Syrjäytyminen on käsite ilmaista vakavan asteista yhteiskunnallista osallisuuden puuttumista. Ihminen on tällöin joutunut monen osatekijän suhteen normaalin yhteiskunnan osallisuuden ulkopuolelle. Syrjäytymisen riskiryhmiin voivat kuulua sosiaali- ja terveysministeriön työryhmän mukaan pitkäaikaistyöttömät, mielenterveysongelmaiset, haavoittuvissa oloissa elävät lapset ja nuoret, asunnottomat, vammaiset, päihdeongelmaiset, ylivelkaiset sekä useiden sosiaalisten riskien kanssa samanaikaisesti kamppailevat. (Raunio 2000, 32.)

Syrjäytymisen sijaan voitaisiin puhua syrjäyttämisestä. Se ilmentäisi hyvin miten haavoittuvassa asemassa olevien tilanteet ovat ryhmien välisiä kamppailujen ja kädenvääntöjen tulosta, siis politiikan tulosta. Kyse on ihmisten toimintavaihtoehtojen vähäisyydestä, tulevaisuuden epävarmuudesta ja sosiaalisesta haavoittuvuudesta. (Hänninen 2007, 6.) Elämän erilaisissa muutosvaiheissa ihmiset ovat erityisen herkkiä syrjäytymiselle. Pitkittyessään se voi johtaa eristäytymiseen ympäröivästä yhteiskunnasta ja ihmissuhteet voivat katketa. Usein epätoivoisuus voi johtaa päihdeongelmiin tai pahentaa niitä. Itsetunto saattaa murentua ja kiinnostus ympärillä olevasta elämästä vähetä. Myös itsestään huolehtiminen ja vastuun kantaminen voivat heiketä. (Syrjäytyminen [viitattu 11.1.2012].)

Lähinnä poliitikot, virkamiehet, ammatilliset työntekijät ja tutkijat määrittelevät, mitä syrjäytymisellä tarkoitetaan ja millaiset ihmiset ovat syrjäytyneitä. Ihmisten oma käsitys syrjäytymisestä voi jäädä helposti toissijaiseksi ja ihmiset voidaan leimata kielteisesti. On aina aiheellista muistaa nähdä myös ihmisellä olevat voimavarat ja vahvuudet. Voimavarat ovat tarpeen arkisen hyvinvoinnin ja selviytymisen mahdollistamiseksi. (Raunio 2006, 6.)

Jouko Kajanoja kirjoittaa artikkelissaan, että sosiaalisesti syrjäytyneiden määrä lisääntyi 1980 luvun lopulta vuoteen 1997 noin 20 000 hengellä. Tällä on taloudelle suuri merkitys, jos tämä merkitsee esimerkiksi nuorten syrjäytymistä pois työmarkkinoilta eliniäksi. Syrjäytymisen riski lisää myös mahdollisuutta, että Suomeen voi syntyä alakulttuureja, joissa on hyväksyttävää hakea toimeentuloa pysyvästi työsuhteiden ulkopuolelta. Työstä syrjäytyminen voi pahimmillaan syrjäyttää kaikesta, aina kansalaisyhteiskuntaa myöten. Toimintakykyä haittaavat sairaudet voivat lisääntyä huomattavasti työttömyyden kestänytä kaksi vuotta ja pahimmillaan itsestä huolehtimisen kyky voi kadota. Laitostuminen, terveydenhuollon ja kotiavun tarpeet tuovat lisäkustannuksia syrjäytymiselle. (Heikkilä & Karjalainen 2000, 236 – 240.) Saaren (2005, 7) mukaan köyhän ja sosiaalisesti syrjäytyneen väestön elinolot ja niissä tapahtuneet muutokset viestivät yhteiskunnan tilasta, yhteiskunnan oikeudenmukaisuudesta ja kyvystä hyödyntää kaikkien kykyjä.

7.1 Syrjäytyminen yksilötasolla

Vaikka syrjäytyminen koskee suurempia ihmisryhmiä, koetaan syrjäytyminen yksilöllisenä ongelmana. Positiivisen identiteetin ja yhteisen toiminnan muodostaminen on syrjäytyneelle vaikeaa ja syrjäytyneet eivät ilmeisesti uhkaa yhteiskunnallista järjestystä tai parempiosaisia. Perheen voidaan nähdä suojelevan yksilöä työelämästä syrjäytymisen kielteisiltä vaikutuksilta, mutta perheetön ei voi tukeutua muilta perheenjäseniltä saavaan taloudelliseen ja emotionaaliseen tukeen. Perheen puuttuminen voi vahvistaa työttömyyden aiheuttamia ongelmia. (Raunio 2006, 39 – 96.)

Toimiminen yhdessä muiden kanssa on hyvin keskeistä ihmisen toiminnallisen hyvinvoinnin rakentumisessa. Erilaiset kokemukset johonkin kuulumisesta ja omasta merkityksestä osana ryhmää antavat voimaa hyvinvointia uhkaavalle yksinäisyydelle ja tarpeettomuuden kokemuksille. Yhdessä olemisen lisäksi osallisuus tarjoaa mahdollisuuden erityisesti tekemisen tasolla. Tekeminen on

usein merkityksellistä ja se vahvistaa mielekkyyttä tärkeissä kokemuksissa. Osallistuminen ei perustu pakkoon vaan omaan kiinnostukseen, joten se on omiaan vahvistamaan toiminnan hyvinvointivaikutuksia. (Nivala 2010, 199 – 208.)

7.2 Syrjäytyminen perhetasolla

Perhe on säilyttänyt merkityksensä ihmisten hyvinvoinnille ja arkielämässä selviytymiselle, vaikkakin se on ihmisten elämän yksilöllistymisen myötä muuttunut ja moninaistunut. Perheen kiinteyden heikkeneminen on lisännyt yksilöiden huono – osaisuusriskejä. Perheiden mahdollisuuksiin vastata lasten normaalista kasvusta ja kehityksestä vaikuttaa perheisiin liittyvät muutokset. Lasten hyvinvoinnille suurimpana uhkana nähdään vanhempien pitkäaikainen työttömyys. Lastensuojelun voimakas kasvu 1990- luvulta on jatkunut 2000- luvulle. Lapsia koskeva huolenaihe kohdistuu ennen kaikkea sosiaalisiin ja psyykkisiin seikkoihin. Perheiden arkielämän ongelmat ovat lisääntyneet huomattavasti. Vanhempien syrjäytyminen saattaa johtaa myös lasten syrjäytymiseen normaalista kasvusta ja kehityksestä. (Raunio 2006, 95 – 99.)

Kodin heikot kasvuolot ja sosiaaliset ongelmat ovat yhteydessä lapsen epäsuotuisaan kehitykseen. Syrjäytyminen saattaa jatkua läpi koko elämän. Lapsuuden ja nuoruuden elinolojen merkitys syrjäytymisen prosessissa on keskeinen. Ne ennustavat aikuisiän terveyttä ja siihen vaikuttavia tekijöitä ja myös sosiaalista asemaa aikuisuudessa. Sukupolvelta toiselle siirtyy elämänhallinnan aineellisia, kulttuurisia ja sosiaalisia voimavaroja, puhutaan sosiaalisesta periytyvyydestä. (Kestilä [viitattu 22.3.2012].)

7.3 Syrjäytyminen yhteiskuntatasolla

Suomi on menestyvämpi ja vauraampi maa kuin koskaan ennen. Tämä voi olla syynä ajatukselle, ettei Suomessa ole todellista köyhyyttä tai, että suhteellinen köyhyys johtuisi ihmisestä itsestään. Ajatellaan myös, että hyvinvointivaltiomme tarjoaa poikkeuksellisen laajan ja kattavan sosiaaliturvan verrattuna muihin maihin. Totuus on kuitenkin, että taloudellinen panostuksemme sosiaaliturvaan jää jopa alle keskitason verrattaessa Suomea muihin vanhoihin EU-maihin. Kaikille kuuluu ihmisarvo. Tulo- ja hyvinvointierojen kasvaminen viittaa maailman muuttumiseen ja arvomaailman koventumiseen myös Suomessa. Tällainen muutos ei tapahdu itsestään. Ihmiset tekevät muutoksen ja tämä totuus pätee aina ja kaikkialla. (Isola, Larivaara & Mikkonen 2007, 15 – 16.)

Raunio (2006, 11 - 13) mukaan EU – vetoisessa yhteiskuntapolitiikassa työllistyminen nähdään tärkeimmäksi yksittäiseksi syrjäytymistä vähentäväksi tekijäksi. Työ on keskeinen yksilöiden siteille yhteiskuntaa sekä myös yksilöiden hyvinvoinnille. Normaalisuus sisältää näkemyksen siitä, miten ihmisen tulisi käyttäytyä ja miten asioitten tulisi olla. Kenenkään ei tule olla syrjäytynyt, vaan jokaisen tulee olla osallisina yhteiskunnassa normaaleista elinoloista, elämäntavasta ja elämänhallinnasta. Normatiivisen näkemyksen mukaan syrjäytyminen ei voi olla oma valinta.

Tehokkuus, tiedot ja taidot ovat tärkeitä työelämässä menestymiselle yhteiskunnassa, jossa korostetaan taloudellista kasvua. Teknologinen kehitys ja siihen liittyvä työelämän rakenteellinen muutos on oleellista työelämästä syrjäytymiselle. Matalan tuottavuuden työpaikkojen luominen voisi olla ratkaisu pitkäaikaisten työttömien työllistämiseen. Pulmana voi kuitenkin olla alhainen palkka, mikä ei välttämättä kannusta töihin. Osaamiseen kohdistuva vaatimustason nousu koskee muutakin yhteiskunnassa pärjäämistä. Jo arkielämä tietoyhteiskunnassa edellyttää uudenlaisia kansalaistaitoja. (Raunio 2006, 77 – 79.)

Kajanoja (2000) pohtii onko oikein puhua syrjäytymisestä. Vai olisiko syytä puhua kalliiksi käyvistä ongelmista, joita on ratkaistava yhdessä. Syrjäytymisen käsite leimaa ihmiset jo ennalta. Syrjäytymisen sijaan voitaisiin puhua yhteisistä ongelmista, kuten vastentahtoisesta työttömyydestä, köyhyydestä, eristyneisyydestä tai elämä hallinnan puutteesta. Nämäkään eivät ole leimaamisen kannalta ongelmattomia, mutta ovat ”syrjäytyneiden” todellisia ongelmia. (Heikkilä & Karjalainen 2000, 247.)

Hänninen ym. (2007, 9-10) kuvaavat poiskäännyttämistä eli diversiota sosiaalisen syrjäytymisen muotona. On paljon erilaisia poiskäännyttämisen tilanteita ja tapahtumia. Haavoittuvassa asemassa olevat ihmiset, jotka etsivät apua tai palveluja tarpeilleen voidaan jopa torjua. Sosiaaliviranomaiset voivat ohjata avun tarpeessa olevan vapaaehtoisjärjestöjen puoleen tai avustushakemus voidaan hylätä. Ihmiset saatetaan jättää etsimään apua sieltä, mistä sitä itse löytävät. Asiaa voidaan perustella, että ihmisen on autettava itse itseään. Diversiota ei useinkaan tunnisteta ja silmät voidaan sulkea leipäjonoilta. Se muistuttaa hyvinvointivaltion toiminnan puutteista ja vastuuta otetaan, jos otetaan, vasta jälkikäteen.

8 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Teen oman opinnäytetyön tutkimukseni kvalitatiivisin eli laadullisin menetelmin. Toimintatutkimus teemahaastattelun muodossa opinnäytetyössäni tuntui heti alkuun luonnollisimmalta vaihtoehdolta itselleni. Halusin ehdottomasti itse tavata ja haastatella tutkimukseni henkilöt. Koska en nauhoittanut haastattelua, kerron jokaisesta oman pienen tarinan. Hyvinvointiyhteiskunta tuottaa pitkälti rahallista tukea, myös muunlaiseen tukeen on tarvetta. Haluaisin tutkimukseni tuottavan tietoa, miten työtön pärjää arkielämässään. Ja myös herättelevän työntekijät pohtimaan työttömän arkea ja miten hän pärjää arjen eri tilanteissa. Sitähän sosiaalialan palvelutyön tulisi myös olla, rahan rinnalla.

Kvalitatiivisen tutkimuksen tyypillisiä piirteitä ovat:

- 1) Tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedon hankintaa ja aineistoa kootaan todellisissa tilanteissa.
- 2) Suositaan ihmistä tiedon keruun instrumenttina.
- 3) Käytetään induktiivista analyysia, jolloin tutkijan pyrkimyksenä on paljastaa odottamattomia seikkoja.
- 4) Laadullisten metodien käyttö, joissa tutkittavien näkökulmat ja ääni pääsevät esille.
- 5) Tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä.
- 6) Käsitellään tapauksia ainutlaatuisina ja tulkitaan aineistoa sen mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 164.)

Päätutkimuskysymykseni olivat: 1) Mitä työttömän arkeen kuuluu? 2) Miten arki toimii? Alakysymyksinä olivat miten työtön selviytyy kotitöistä ja huolehtii itsestään? Miten työtön viettää vapaa-aikaa? Millainen on työttömän sosiaalinen ympäristö? Miten työtön kokee käyttämänsä palvelut?

Hirsjärvi ym. (2010, 161) määrittelevät, että lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on todellisen elämän kuvaaminen ja tähän sisältyy ajatus, että todellisuus on moninainen. Pyrkimyksenä olisi löytää tosiasioita kuin todentaa jo olemassa olevia väittämiä. Samoin pyrkimyksenä on myös tutkia kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Vilkka (2005, 98) toteaa, että laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyn tutkimuksen tavoitteena ei ole totuuden löytyminen tutkittavasta asiasta. Ihmisten kuvaamien kokemusten ja käsitysten avulla luodaan johtolankoja ja vihjeitä tulkinnoille.

Narratiivisen eli kertomuksellisen tutkimuksen lähtökohta ja ydin ovat kertomusten analyysi. Narratiivi voidaan suomentaa tarinaksi tai tapahtumien kuluksi. Narratiivisuus viittaa lähestymistapaan, jossa ajatellaan kertomuksia tapana ymmärtää omaa elämää ja tehdä oman elämän tapahtumia merkityksellisiksi. Tarinat voivat olla ihmisen koko elinkaarta koskevia muisteluja tai ne voivat kohdentua vain yhteen teemaan. Tarinoita voidaan kerätä monin eri tavoin ja menetelmänä usein käytetään teemahaastattelua. (Hirsjärvi ym. 2010, 218 – 219.) Laitinen ja Uusitalo (2008, 110) puolestaan sanovat Hännisen (2000) määrittelevän narratiivisen lähestymistavan soveltuvan hyvin silloin, kun ihmistä tarkastellaan aktiivisena, merkityksiä antavana toimijana ja kun elämänsä ymmärretään prosessinomaisena, kielellisesti tulkittuna, aikaan ja paikkaan sidottuna. Haastattelututkimukseen osallistujille esitetään sellaisia kysymyksiä, joiden avulla hänellä on mahdollisuus kertoa omaa tarinaansa. Yleensä kysymykset alkavat kuvailevilla kysymyksillä: ”Kerro...” ja tarkentavilla kysymyksillä voidaan tarkentaa osallistujan kertomusta. (Vuokila - Oikonen, Janhanen & Nikkonen 2001,91.)

Omassa tutkimustyössäni laadullinen tutkimus tulee esille nimenomaan todellisen elämän kuvaamisessa todellisessa tilanteessa. Jokaisella haastateltavallani on kokemusta omasta arjestaan ja sen todellisuudesta. Tämän kuvaaminen narratiivisesti antaa mielestäni tutkimuksen tuloksiin laajempaa ulottuvuutta ja tuo ikään kuin haastateltavat lähemmäksi lukijaa. Olen pyrkinyt muodostamaan kertomusteni ihmiset sanojensa näköisiksi.

8.1 Teemahaastattelu

Tutkimusaineistoni koostuu pitkään työttömänä olevien omakohtaisista kokemuksista arjesta, joita keräsin haastattelemalla heitä. Valitsin haastattelumenetelmäksi teemahaastattelun, koska tällä tavalla pystyn tuomaan esille tutkittavan äänen. Haastattelin pitkään työttömänä olleitten kokemuksia omasta arjestaan. Aiheista keskustelimme vapaamuotoisesti, vaikka kysymykset olivat olemassa. Käytin kysymyksiä lähinnä keskustelun viritykseen. Jo alkuun päätin, että keskusteluja ei äänitetä vaan pyrin kirjaamaan asiat mahdollisimman tarkkaan ylös. Tämä siksi, koska osalla haastateltavistani oli alkoholi - ja mielenterveysongelmia ja haastattelun nauhoittaminen olisi saattanut olla heille kiusallista. Näin halusin välttää mahdollisen tilanteen.

Tutkimushaastattelut ovat tavanomainen ja toimiva tapa kerätä tutkimusaineistoa. Haastattelukysymysten tulisi olla hyvin avoimia ja mahdollisimman vähän haastateltavaa ohjaavaa. Tilanteen tulisi olla mahdollisimman avoin, luonnollinen ja keskustelunomainen. Haastattelijan kysymysten tulisi olla sellaisia, että ne ohjaavat vastaamaan kertomuksenomaisesti ja kuvailevasti. Tärkeä kriteeri valittaessa haastateltavia on, että tutkittavalla on omakohtaista kokemusta tutkittavasta asiasta. (Vilkkä 2005, 113 – 114.)

Vilkan (2005, 101) mukaan laadullisella tutkimusmenetelmällä toteutetussa tutkimuksessa tutkimusaineistoa voidaan kerätä teemahaastattelulla, avoimella haastattelulla tai lomakehaastattelulla. Teemahaastattelu on ilmeisesti yleisin käytetty muoto. Hirsjärvi ym. (2010, 204 - 208) mukaan haastattelu on ainutlaatuinen tiedonkeruumenetelmä, koska siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Etuna tässä voidaan nähdä, että aineiston keruuta voidaan säädellä joustavasti tilanteen edellyttämällä tavalla ja vastaajia myötäillen. Etuna voidaan myös nähdä, että vastaajiksi suunnitellut henkilöt saadaan pääsääntöisesti mukaan tutkimukseen. Teemahaastattelu on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto. Teema-alueet ovat tiedossa, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat. Lomakehaastattelu on toimiva silloin, kun

tavoitteena on hyvin rajattu, esimerkiksi yhtä asiaa koskevan mielipiteen, näkemyksen, käsityksen tai kokemuksen kuvaaminen.

Oman opinnäytetyöni teema muodostuu työttömän arjesta, mitä se on ja miten se toimii? Vaikka minulla oli kysymyksiä, annoin tietyllä tapaa haastateltavalle vapauden kertoa omin sanoin omasta arjestaan. Asioitten järjestys muuttui ja joitain asioita käsiteltiin vähemmän. Mielestäni arjen teema pysyi hyvin hallinnassa, ehkä puheliaimmilla asiat hieman rönsyilivät. Mutta ei se mielestäni haitannut, ehkä se joissain mielessä helpotti haastattelua eikä tehnyt siitä liian vakavaa ja jäykkää. Koska ihmiset ovat erilaisia, osa puhui lyhyesti ja todella suppeasti. Koin, että aiheeseen liittyvät käsitteet olivat kaikille tuttuja ja jokapäiväisiä, haastateltavien oli helppo olla osallisena.

8.2 Haastateltavien valinnat ja taustatiedot

Haastattelin kaiken kaikkiaan kahdeksaa henkilöä, jotka valikoituivat eläkeselvittelyn mahdollisuuden kautta tutkimushaastateltaviksi. Työvoiman Palvelukeskuksen ja TE- toimiston päätös mukaan tulevista asiakkaista oli yksin heidän, itse en asiaan pystynyt vaikuttamaan ja näin ollen kaikki olivat minulle tuntemattomia henkilöitä. Haastateltavista kolme oli naista ja viisi miestä. Ikäjakama oli 35 – 60 vuoden välillä. Yhteistä heille kaikille oli pitkä työttömyys, joka oli kestänyt kaikilla jo vuosia sekä huonolta näyttävä ennuste työllisyyden ja terveyden suhteen. Työttömyysaika haastateltavillani vaihteli neljästä vuodesta viiteentoista vuoteen. Haastatelluista kaikki olivat Seinäjokelaisia, mutta he olivat kuitenkin alun perin jossain muualla syntyneitä. Kaksi heistä kävi kuntouttavassa työtoiminnassa, toinen viisi kertaa viikossa, toinen kolme kertaa viikossa. Muilla ei ollut meneillään mitään työvoimahallinnon toimenpiteitä. Neljä heistä oli eronnut, kaksi pysynyt liitossaan ja kaksi oli aina ollut naimattomina. Kolme oli tällä hetkellä naimisissa ja kaksi seurustelee. Viidellä heistä oli lapsia, kolmella ei. Kaksi heistä oli täysin ammattikouluttamatonta, loppuilla kuudella oli ammattikoulu taustalla.

8.3 Tutkimuksen toteutus

Opinnäytetyötäni aloitin jo huhtikuun lopussa 2011. Sain luvan opinnäytetyöni toteuttamiseen eläkemahdollisuuden yhteydessä Seinäjoen kaupungin kansliapäälliköltä Raija Rannalta. Alkava eläkeselvittely antoi mahdollisuuden lähteä aloittamaan omaa opinnäytetyötäni, joten ensimmäiset eläkeselvittelyihmiset olivat myös tutkimukseni ensimmäiset haastatteluhenkilöt. Tein ensimmäiset kuusi haastattelua touko- kesäkuussa 2011 ja viimeiset kaksi marraskuussa 2011. Koska opinnäytetyöni on osa eläkeselvittelyä, kerron myös lyhyesti mitä eläkeselvittelyyn kuuluu ja mitä se pitää sisällään.

Eläkeselvittely on tarkoitettu pitkään työttömänä olleille, joilla on erilaisia sairauksia, rajoitteita tai vajaakuntoisuutta työntekoon ja joilla olisi kenties päästä työkyvyttömyyseläkkeelle. Alkuun asiakas täyttää haastattelulomakkeen, joka käydään yhdessä työllistämisyksikön työntekijän kanssa läpi. Pyydetään asiakkaalta suostumukset allekirjoituksineen, että hänen tietojaan voidaan kerätä esille tulleista paikoista ja luovuttaa edelleen lääkärin konsultaatioon. Asiakkaasta tehdään myös sosiaalinen kartoitus, jossa kartoitetaan hänen lapsuuttaan, perhettä ja asumista, koulutusta ja työkokemusta, toimintakykyä ja taloudellista tilannetta. Kun kaikki tiedot on saatu kerättyä, paperit lähetetään lääkärille, joka tapaa ja tutkii myöhemmin asiakkaan. Mikäli asiakkaalla on tarvetta lisätutkimuksiin, lääkäri tekee lähetteet ja asiakas hoitaa itse asiat siltä osin kuntoon. Lääkäri Hellevi Lohva on lupautunut toimimaan yhteistyössä työllistämisyksikön kanssa ja tekee koordinoivana lääkärinä mahdollisen lausunnon työkyvyttömyyseläkettä varten liittäen lausuntoon tarvittavan dokumentoinnin.

Kaiken tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä tulisi jollain tapaa arvioida. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta kohentaa tutkijan tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta ja tarkkuus koskee kaikkia tutkimuksen vaiheita: Olosuhteet, aineiston keräyspaikka, haastatteluun käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät ja myös tutkijan oma itsearviointi tilanteesta. (Hirsjärvi ym. 2010, 232.)

Opinnäytetyössäni varasin aikaa yhden tunnin omaa tutkimushaastatteluani kohti ja se riitti hyvin. Käytännössä aikaa kului 30 -50 minuuttia. Tapaamispaikkamme oli työllistämisyksikössä oleva työhuoneeni. Asiakkaat saapuivat ajallaan, vain yhden kanssa onnistuin vasta kolmannella kerralla. Silloin hän tuli luokseni Työvoiman Palvelukeskuksen työntekijän saattamana. Alkuun kerroin omasta tutkimuksestani, jolloin myös pyysin asiakasta mukaan haastateltavakseni. Olin ajatellut, että annan heille aikaa sulatella asiaa eläkeselvittelyyn menevän ajan verran, mutta kaikki lupautuivat saman tien pyyntööni. Alkuun teimme eläkeselvittelyyn liittyvät asiat ja lopuksi tein oman haastatteluni tutkimukseeni liittyen. Tunnelma haastattelutilanteessa oli ehkä hieman jännittynyt, kun ei oikein tiedetty, mitä tuleman pitää, mutta varmasti alkuun tehty eläkeselvittely siivitti ikään kuin tunnelmaan. Jos olisimme tavanneet vain oman tutkimushaastatteluni yhteydessä, tilanne olisi varmasti ollut toisenlainen. Itsensä kokeminen haastattelijana ja tutkijana oli itselleni aivan uutta, joten koin alkuun epävarmuutta. Aika nopeasti kuitenkin totuin ja varmasti sain rutiinia, kun sain melko lailla tiiviisti haastateltua ensimmäiset kuusi henkilöä.

Luulen myös, että ensimmäisessä ja viimeisessä haastattelussa on eroa. Viimeiset kaksi haastattelua sain tehtyä, kun palasin koulun penkiltä takaisin töihin marraskuussa 2011. Vaikka annoin keskustelussa kysymyksiä ja apusanoja, pyrin kuitenkin saamaan tilanteen mahdollisimman kerronnalliseksi asiakkaan suunnasta. Oma roolini oli olla enemmän kuuntelija kuin kyselijä. Osa tarvitsi kuitenkin tukea ja apukysymyksiä, että asiat etenivät, joten oma osallisuuteni korostui joidenkin kanssa enemmän kuin toisten. Miehiä helposti pidetään pidättyväisempinä ja vähäsanaisempina kuin naisia ja niin kävi nytkin. Selvästi koin, että miehet jännittivät enemmän ja ehkä kokivat tilanteen epämiellyttävänä. Pyrin kuitenkin saamaan tilanteen haltuun, niin ettei itsestäni näkynyt turhautuneisuutta, koska sitäkin siinä tilanteessa itse koin. Kaksi heistä kuitenkin kertoi asiallisesti omasta elämästään ja keskustelu sujui.

Koska joillain haastateltavillani oli taustalla alkoholi- ja mielenterveysongelmia, en nauhoittanut haastattelua, näin halusin välttää asiakkaan mahdollisen säikähtämisen ja kiusaantumisen. Keskustelut pyrin kirjaamaan mahdollisimman

tarkasti ylös. Sanatarkasti en kuitenkaan ehtinyt, mutta mielestäni sain kuitenkin oleellisen ylös. Tutkimusaineistoa lähdin ensin kirjoittamaan puhtaaksi jokaisen tutkittavan kommenteista. Tämän tein miltei heti haastateltuani heidät, kun itselläni oli tuoreessa muistissa tapaamisemme. Tämä olikin tärkeä, koska muuten en olisi pystynyt enää muistamaan asioita. Myöhemmin päätin, että kirjoitan jokaisesta oman pienen tarinansa, missä tuon esille miten hän koki kotityöt, vapaa-ajan, itsestä huolehtimisen, sosiaalisen ympäristön sekä käyttämänsä palvelut? Tarinan avulla pyrin hahmottamaan paremmin läpikäymääni aineistoa ja tulkintaani tutkimukseni lukijalle ja myös tulkintani luotettavuudeksi ja painoarvojen lisäämiseksi. Kuvaan tarinoissa haastateltavieni arkea kysymysten asettelujen mukaisesti. Tarinoita olen pelkistänyt ja olen pyrkinyt kuvaamaan heidän tapojaan ja elämäntyytlejään keskustelussa esille tulleitten asioiden valossa. Se ei ole vain haastateltavien puhetta, vaan minun kertomaani tarinaa heistä.

Olin tehnyt jokaisesta eläkeselvittelyyn liittyvän sosiaalisen kartoituksen, jota minulla oli myös mahdollisuus käyttää tarvittaessa lisämateriaalina. Olen käyttänyt tietoja muutaman niukkasanaisen ihmisen kohdalla tietoja tueksi ja avuksi tarinoilleni.

9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkijana minun on varmistettava tutkimuksen luotettavuus. Olen selvittänyt haastateltavilleni, mistä opinnäytetyössäni on kysymys sekä sen, että heidän tietojaan ei tule näkymään missään muodossa opinnäytetyössäni. Tämän perusteella he ovat allekirjoittaneet suostumuksensa. Olen muuttanut haastateltavien nimet ja jättänyt iät mainitsematta, että heidän henkilöllisyytensä pysyy tuntemattomana, näin pystyn myös varmistamaan heidän yksityisyyden suojansa. Haastattelujen jälkeen kirjasin tiedot tietokoneelle, johon on pääsy vain minulla. Tarvittavat asiakirjat ovat mapissa lukittavassa kaapissa. Työn tullessa valmiiksi, tuhoan paperit ja tiedot tietokoneelta.

Kuula (2006, 204 – 205) mukaan tutkijan tehtävänä on kantaa vastuu tutkittavien yksityisyyden suojasta. Tutkijan on myös arvioitava, mitkä asiat arkaluontoisuutensa vuoksi täytyy raportoida varovasti tunnistamisriskin vuoksi. Jos tutkija lupaa tunnistamattomuuden, osa osallistuu tutkimuksiin juuri siksi. Jos tutkitaan pieniä erityisryhmiä, on kirjoitustavalla suuri merkitys, ettei pienessä piirissä tutkittavia tunnisteta. Tutkijoiden tulee kunnioittaa tutkittavien ihmisarvoa myös tekstissään, joka ei tarkoita, että hyväksyttäisiin arvomaailma missä tutkittava elää. Tarkoituksena on ymmärtää ja selittää kriittisenkin tutkimuksen kohteena olevia, ei mustamaalata tai halventaa heitä. Vilkka (2005, 30.) sanoo, että rehellisyys, tarkkuus ja huolellisuus ovat oleellisia asioita tutkimusprosessissa. Tutkijalla tulee olla riittävät tiedot tiedonhankinnasta, tutkimusmenetelmistä ja tutkimustuloksista. Mikäli käyttää samasta aiheesta käytettyjä tutkimuksia omassa tutkimuksessaan, tulee muiden tutkijoiden saavutuksia kunnioittaa ja esittää ne oikeassa valossa.

Tutkimuksen tekoon liittyy useita eettisiä kysymyksiä, jotka tutkijan täytyy ottaa huomioon. Jokaisen yksittäisen tutkijan vastuulla on periaatteiden tunteminen ja niiden mukaan toimiminen. Hyvää tieteellistä käytäntöä tulee myös noudattaa

tutkimuksen teossa, jota eettisesti hyvä tutkimus edellyttää. Tutkimustyön kaikissa vaiheissa on vältettävä epärehellisyyttä. Huomioon otettavia periaatteita ovat muun muassa, että toisen tekstiä ei plagioida, raportoinnin ei tule olla puutteellista tai harhaan johtavaa tai tuloksia ei sepitetä eikä niitä kaunistella. (Hirsjärvi ym. 2010, 23 – 26.)

Hirsjärvi ym. (2010, 231 - 233) toteavat, että tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä tulee aina jollain tavoin arvioida. Tutkimuksen arviointiin liittyvät käsitteet ovat reliabelius ja validius. Reliabelius tarkoittaa tutkimuksen toistettavuutta ja sitä, että tutkimusta voidaan pitää luotettavana. Validius arvioi tutkimusmenetelmän luotettavuutta ja sitä, onko tutkimusmenetelmällä saatu mitattua sitä mitä oli tarkoitus mitata. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta kohentaa tutkijan tarkka selvitys, miten tutkimusta on toteutettu. Ydinasioita ovat henkilöiden, tapahtumien ja paikkojen kuvaukset. Tarkkuus kaikissa tutkimuksen eri vaiheissa on tärkeää. Haastatteluihin käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät ja virhetulkinnat haastattelussa ja myös oma itsearviointi tilanteesta on hyvä tuoda esille. Tulosten tulkinta vaatii tutkijalta kykyä punnita vastauksia ja saattaa niitä myös teoreettisen tarkastelun tasolle. Tässä lukijaa auttaa, jos tutkimusselosteita rikastutetaan esimerkiksi suorilla haastatteluotteilla. Omassa tutkimustyössäni olen käyttänyt validius menetelmää, jolloin olen pyrkinyt mahdollisimman tarkkaan kirjoittamaan ylös haastattelussa esille tulleet asiat sekä tutkimusprosessin kulun. Vaikka en nauhoittanutkaan haastatteluja, uskon, että pystyin saamaan olennaisimmat asiat ylös. Käytän narratiivista tutkimustapaa, joten kirjoitan jokaisesta oman pienen tarinan. Tarinan avulla pyrin kertomaan lukijalle haastateltavieni elämästä, että he saisivat käsityksen millaista on pitkään työttömänä olevan henkilön arki.

Oma roolini haastattelutilanteessa oli olla osallistuva, koska tutkimuskysymysteni kautta tilanne oli myös keskustelunomainen. Olin myös olla ikään kuin asioiden eteenpäin viejä sekä aihepiirissä pysyminen oli yksi tehtävistäni. Tarinoitten kirjoittaminen ei sinänsä ollut vaikeaa. Eniten jäin miettimään, tuottavatko tarinat riittävästi tietoa työttömän arjesta ja saako lukija kuvaa työttömän arkielämän todellisuudesta.

10 TUTKIMUSTULOKSET

Tekemieni muistiinpanojen perusteella luin kahdeksan pitkään työttömänä olleen vastaukset arjen kokemuksistaan, joissa aihealueena olivat kotityöt, vapaa-aika, itsestä huolehtiminen, sosiaalinen verkosto sekä palveluiden käyttö. Heistä kolme oli naisia ja viisi miestä. Aihealueen henkilökohtaisuus oli haasteellista, koska aina ei ole helppoa puhua omasta elämästään ja henkilökohtaisista asioistaan. Toinen sanoi enemmän, toinen vähemmän. Alkuun tehty eläkeselvittely varmasti helpotti tutkimukseeni liittyvää haastattelua. Ainakin itse koen, että jos olisin pelkästään haastatellut omaa opinnäytetyötäni varten, tilanne olisi saattanut olla toinen. Nyt ikään kuin ”tutustuimme ja lämmittelimme” omaa haastattelua varten ja siksi koenkin, että kaikki meni ihan hyvin. Harvasanaisten kanssa aikaa meni noin 30 minuuttia, mutta ne, jotka olivat kovia puhumaan, olisivat jatkaneet pitempäänkin. Pidin kuitenkin itse huolen, että pysyimme aiheessa ja pisimmillään aikaa kului noin tunnin verran. Tarinat syntyivät tekemistäni muistiinpanoista, jotka olin kirjoittanut puhtaaksi haastattelujen jälkeen mahdollisimman pian tapaamisen jälkeen. Esille tulleet asiat jäsensin asiaotsikoitten alle, joista rakensin tarinan tutkimuskysymysten suunnassa. Jokainen tarina kertoo siitä, mitä haastateltavani on tuonut esille haastattelussa. Se ei ole vain haastateltavan puhetta, vaan minun kertomani tarina hänestä.

Kiviniemi (2010, 78) kuvaa laadullisen tutkimuksen analysointiin liittyä aineistokeskeisyys, jonka lähtökohtana on tuoda esille käsitteellisesti mielekkäitä ydinteemoja kerätystä aineistosta. Hirsjärvi ym. (2010, 221 – 223) mukaan laadullisessa tutkimuksessa erityisesti analyysi koetaan vaikeaksi, vaikka tiukkoja sääntöjä ei ole olemassa. Aineistoa voidaan analysoida monella tavalla ja analysoinnin lähestymistavat voidaan jaotella kahdella tavalla, selittämällä ja ymmärtämällä. Laadullisen tutkimuksen elämänläheisyys tekee analyysivaiheen toisaalta mielenkiintoiseksi ja toisaalta haastavaksi. Kerätyn aineiston analyysivaiheessa tutkijalle selviää, minkälaisia vastauksia hän saa.

10.1 Haastateltavien tarinat

Siiri elää toimeentulotuella ja hänen terveydentilansa melko huono. Elämää täyttää juominen ja siihen liittyvät kaverit ja aika kuluu televisiota katsellen. Tässä Siirin tarina:

Siiri kokee elävänsä normaalia arkea, jota on aina elänyt. Hän ei siivoa säännöllisesti, tekee vasta silloin, kun näyttää siltä, että jotain pitäisi tehdä. Hän hoitaa itse kaiken mitä omaan huusholliin kuuluu. Ruokaa hän pyrkii itse tekemään, mutta mikroruokia tulee kuitenkin eniten käytettyä. Hän sanoo juovansa paljon, joten mielestään hän tarvitsee ruokaa aika vähän. Joskus hän hakee seurakunnalta ruokapussin, kun rahat ovat loppuneet. Päivärytmi vaihtelee paljon. Hän nukkuu pitkälle päivään, jos on tullut esimerkiksi katsottua televisiota myöhälle. Vaikka rytmi on ailahtelevainen, nukkuu hän omasta mielestään riittävästi. Vapaa-aikaa hän ei osaa erikseen määritellä, kun ei ole mitään säännöllisyyttä elämässä. Hän ei harrasta mitään, aika vain kuluu jotenkin. Arvelee kuntonsakin olevan tosi huono. Aamun aloittaa pelkällä kahvilla ja syö, kun siltä tuntuu. Alkoholia kuluu runsaasti ja sanoo sen olevan tavallaan ongelmallista, mutta ei ole koskaan miettinyt lopettavansa. Sanoo kuitenkin juomisen vieneen hänen itseluottamustaan. Hän ei käy säännöllisesti terveystutkimuksissa. Nytkin selkä on vaivannut jo pitkään, mutta ei ole saanut tilattua aikaa lääkärille, pitää itseään sinnittelijänä. Sosiaalisessa ympäristössä kuuluu lähinnä juomiseen kuuluvat kaverit, hyviä ystäviä hänellä ei ole. Hänellä on miesystävä, jonka kanssa katselee paljon tv:tä ja omilta vanhemmilta saa apua, lähinnä rahallista. Palveluita hän saa TE – toimistosta, jossa hänellä on oma virkailija sekä sosiaalitoimesta. Sosiaalitoimi maksaa hänen kulunsa, myös vuokran omavastuuosuuden. Hän ei kaipaa sosiaalitoimesta omaa virkailijaa, eikä koe asiakkuutta hankalaksi. Hänelle riittää, että maksavat, kun hänellä itsellään ei mitään toimeentuloa.

Jaakko asuu yksin ja elää peruspäivärahan ja toimeentulotuen avulla. Hänelle haasteena ovat alkoholin vähentäminen ja terveellisemmät ravintotottumukset. Jaakon tarina tulee tässä:

Jaakko asuu itsenäisesti ja hoitaa omaa kotiaan omalla tavallaan. Hän siivoaa, kun siltä näyttää ja tuntuu. Hän ei kiinnitä asiaan paljoa huomiota. Pyykit hän on aina kuitenkin hoitanut itse. Hän ei osaa laittaa ruokaa, ei ole koskaan osannut. Lähinnä hän keittää kananmunia ja kaurapuuroa. Jaakko ei syö lämmintä ruokaa päivittäin, mikrolla joskus lämmittää valmiita eineksiä, jos hänellä on rahaa ostaa niitä. ”Juomaputken” ollessa päällä, hän ei juuri syö muutenkaan, ehkä kylmää

lenkkimakkaraa. Kunto hänellä on huono, koska liikuntaa ei tule harrastettua. Harrastuksena hänellä on lähinnä TV:n katselu. Jaakko nukkuu huonosti ja epäsäännöllisesti. Jos hän on juonut yhtäjaksoisesti kauan aikaa, hän saattaa valvoa vaikka kuinka kauan, välillä ottaa vain parin tunnin unet. Siitä taas seuraa helposti äkkipikaisuutta. Vapaa-aika hän viettää joko juoden kaverien kanssa tai naisystävän luona käyden. Jaakon sosiaalinen ympäristö on vaatimaton, siskojen kanssa joskus soittelevat ja naisystävä kuuluu elämään. Juomakavereita hän ei pidä tärkeinä, vaikka heidän kanssaan aikaa käyttääkin. Hän ei päästä ketään kotiinsa, ei edes naisystävänsä. Syyksi hän mainitsi, että pelkää kavereitaan, jos he tulevat, eikä heitä saa sitten pois. Hän sanoo vuosien saatossa tulleen epävarmemmaksi ja selviää huonosti asioittensa hoidosta ja sanoo sen olevan viinan seurausta. Laskutkin saa maksettu vasta, kun on muistutuksia tullut. Terveystään hän ei ole aikaisemmin ollut kiinnostunut, mutta nyt hän on joutunut käymään terveydenhoitajalla, joka seuraa verenpainetta. Jaakolla on asiakkuus sosiaalitoimeen, jossa hän käy liput ja laput täyttämässä, että saa toimeentulotukea. Jaakko haluaisi, että siellä olisi oma työntekijä. Myös TYP:n asiakkaana hän on. Kokemuksensa mukaan hän ei ole saanut alkoholiongelmaansa apua keneltäkään palveluntuottajalta. Hän tunnustaa oman alkoholiongelmansa ja on sitä mieltä, että kukaan ei missään kysy eikä puhu suoraan viinasta.

Eskolle oma perhe on tärkeä ja perheen avulla tietyt rutiinit pysyvät yllä. Terveystila ei ole paras mahdollinen ja fyysinen kunto huono. Alkoholi kuluu elämään ja häntä mietityttää alkoholin mahdolliset vaikutukset lapsiin. Eskon tarina tulee tässä:

Eskon kotona selkeää siivouspäivää ei ole, siivotaan, kun muistetaan. Esko osaa hoitaa pyykkäyksen, mutta vaimo tavallisesti hoitaa pyykit. Perhe syö päivittäin lämpimän aterian. Esko nukkuu lyhyitä yöunia, noin viisi tuntia yössä ja herää viikonloppuisinkin aikaisin. Tavallisimmin hän nukahtaa television ääreen ja joskus nukkuu siinä koko yön. Yleensä häntä ei väsytä ja päiväunet hän ottaa miltei päivittäin. Esko käy kuntouttavan työtoiminnan paikassa kolme kertaa viikossa. Hän ei halunnut mainita asiasta sen enempää. Muuten aika kuluu kotona lähinnä televisiota katsellen. Eskon sosiaalisessa ympäristössä ei ole ystäviä ja sukulaisten kanssa hän on erittäin vähän tekemisissä. Omin voimin on asioista selvitty. Eskolla ei ole harrastuksia ja alkoholi kuuluu elämään. Hän ei koe sitä ongelmaksi itselleen vaikka ajatteleekin, että lapset saattavat jollain lailla reagoida siihen. Liikuntaa hän ei harrasta missään muodossa ja tietääkin kuntonsa olevan aika huono. Selkä vaivaa, mutta ei käy lääkärissä sen tai muunkaan asian takia. Esko on asiakkaana TYP:ssä ja kokee sen ihan hyvänä. Sosiaalitoimessa hänellä on myös asiakkuus ja hän haluaisi siellä saada henkilökohtaisempaa palvelua,

asioita kun on joskus vaikea jäsentää paperille. Joskus, kun hän on halunnut saada ajan virkailijalle, hän ei ole sitä saanut, on vain käsketty kirjoittaa asia paperille.

Virpillä ovat perusasiat kunnossa. Hänellä on ystäviä ja läheisiä ihmisiä ympärillään. Terveystilassa on ongelmia, mutta siitä huolimatta hän yrittää ylläpitää liikuntaa. Vaikka elämä on niukkaa, hän kokee elämänsä hyvänä. Virpin tarina on tässä:

Virpi hoitaa kaikki asiat itsenäisesti. Lasten ollessa kotona, hän äitinä tottui keittämään päivittäin, joten tapa on edelleen käytössä, vaikka yksin asuukin. Rahaa on vähän käytössä, joten hän on tarkka, ettei ruokaa mene roskiin. Hän on tottunut pitämään kodin järjestyksessä ja sitä se on tänä päivänäkin. Virpi on aamuihmisiä ja päivärytmi on hallinnassa. Harrastuksina ovat liikunta ja neulominen. Hän nauttii liikunnasta ja tekeekin lenkkejä oman kuntonsa mukaan. Mieluisinta ovat metsässä kulkeminen ja marjastaminen. Virpin sosiaalinen ympäristö muodostuu ystäväistä, joista osa on ollut jo pitkään olemassa. Myös lapset ovat erittäin tärkeitä ja ovat läheisiä hänelle. Sukulaisista hän on yhden siskon kanssa enemmän tekemisissä, muitten kanssa satunnaisemmin. Tukea ja apua hän saa lapsiltaan ja ystäviltään. Virpi käyttää sosiaalitoimen palveluja lähinnä toimeentulotukiasioiden tiimoilta. Hän on kyllästynyt iänikuiseen paperisotaan, jos jotain tarvitsee sosiaalitoimesta, vaikka ymmärtääkin, että niin täytyy tehdä. Hän on joskus saanut huonoa kohtelua ja on kokenut nöyryyttävänä selitellä asioitaan, jotka olivat tosia ja perustuivat oikeisiin dokumentteihin. TE-toimistossa hänellä on oma virkailija, jota hän pitää mukavana ja käykin mielellään hänen luonaan. Virpi ihmettelee, miksi uudet ajat ovat kuukausien päähän vaikka ymmärtääkin oman ikänsä ja terveytensä olevan todennäköisin este työllistymiselle. Terveyskeskuksen ajan saamisen hän kokee hankalaksi ja säännöllisesti lääkkeitä käyttävänä hän onkin sitä mieltä, että pitää olla tarkkaan mietittynä seuraava ajan tilaus, että saa reseptin uusittua ajoissa. Virpi koki aikoinaan mielenterveyskeskuksen palvelut miellyttävänä.

Vesan elämässä kuntouttavalla työtoiminnalla on suuri merkitys. Oma koti tuntuu hyvältä muutaman vuoden asunnottomuuden jälkeen. Vaikka alkoholia kuluu, hän yrittää pitää huolen siitä, että se ei ota liikaa valtaa elämästä. Vesan tarina on tässä:

Vesa asuu yksin ja siivoaa, kun huvittaa. Aika lailla hujan hajan paikat on välillä. Hän sanoo osaavansa pestä pyykit, mutta kun pesukonetta ei nyt ole, hän on jo

pitkän aikaa ottanut pyykin mukaan Kuntouttavan työtoiminnan paikkaan. Siellä on onneksi pyykinhuolto mahdollisuus. Siellä hän myös syö joka päivä lämpimän ruoan. Kotona hän käyttää lähinnä mikroruokia, muuten hän ei laita itse ruokaa. Illalla hän menee ajoissa nukkumaan, että jaksaa aamulla herätä. Vesa ei harrasta mitään erikoista ja aika kuluu television katselussa. Hän pyöräilee joka päivä muutaman kilometrin kuntouttavaan työtoiminnan paikkaan, koska muuta mahdollisuutta ei ole. Se tekee hyvää, kuten hän asian ilmaisee. Alkoholia hän on aikoinaan käyttänyt paljon ja sanoo käyttävänsä sitä edelleen. Hän ajattelee, että voisi sitä vähentää. Asiat ovat kuitenkin pysyneet paremmin hallinnassa, kun hän on käynyt Kuntouttavassa työtoiminnassa. Yksi merkittävä asia Vesan kohdalla on myös ollut, että hänellä on nyt oma asunto, oltuaan muutaman vuoden asunnottomana. Terveystään Vesa mainitsee, että ei helposti tule lähdeTTY lääkäriin, vaikka jalka reistaa. Pitää olla todella sairas, että hän hakee apua terveyskeskuksesta. Sosiaalinen ympäristö koostuu lähinnä kavereista, läheisiä ystäviä hänellä ei ole. Sukulaisten kanssa Vesa ei juuri ole tekemisissä, vaikka siihen ei pitäisi olla mitään erityistä syytä. Muualla asuvan pojan kanssa lähinnä soittelevat silloin tällöin, mutta eivät tapaa. TYP:n asiakkuus on ainut palvelu, mitä hän nyt käyttää. Joskus terveyskeskuksessa hän on joutunut odottamaan, mikä on häntä ärsyttänyt.

Arilla on useita sairauksia. Televisio on ajan käytön ykkönen ja määrittää pitkälle arjen rytmiä. Välillä hänestä tuntuu, että elämä on liian julmaa. Arin tarina on tässä:

Ari on naimisissa ja kotona vaimo pääosin hoitaa siivouksen. Joskus hän auttaa imuroimalla. He pyrkivät siivoamaan viikoittain, mutta aika usein aikataulu pettää. Vaimon vastuulla on pyykinhuolto. Koska valmisruoat ovat kalliita, vaimo valmistaa joka päivä ruoan. Aamuisin ei aamupala maistu, mutta koska lääkkeet on pakko ottaa, jogurtti on ainut minkä hän pystyy syömään. Hän katsoo televisiosta miltei kaikki ohjelmat, siksi aamut venyvät ja säännöllisyyttä ajan suhteen ei ole. Vapaa-aikaa on paljon, mutta se menee omalla painollaan. Selän huono kunto vaikuttaa liikkumiseen ja Ari kokeekin, että huono fyysinen kunto vaikuttaa moneen asiaan – ei jaksaa innostua eikä aina kiinnostuakaan. Penkkiurheilu on hänen lajinsa, mutta sekin tapahtuu television välityksellä. Sosiaaliseen ympäristöön kuuluu vaimon lisäksi vaimon aikuinen tytär. Sisarustensa kanssa hän ei ole juurikaan tekemisissä, ainoastaan veli auttaa joskus hieman rahallisesti. Käytetyt palvelut Arilla muodostuvat TYP:n ja terveyskeskuksen asiakkuuksista. Terveyskeskuspalveluita hän on käyttänyt paljon ja hän kokee päässeensä sinne ihan hyvin ja saaneen hyvää palvelua. Hän kokee elämänsä vaikeana eikä näe siinä juurikaan positiivisuutta.

Eevan toimeentulo on niukkaa ja se muodostuu sairauspäivärahaista ja satunnaisesta toimeentulotuesta. Kotityöt kasaantuvat helposti ja tekemisen into on vähissä. Elämä ikään kuin liukuu käsistä. Eevan tarina tulee tässä:

Eeva on naimisissa ja hänellä on aikuinen tytär edellisestä liitosta. Eeva on aamuvirkku ja herää todella aikaisin. Menee nukkumaan viimeistään 22.00 ja saattaa herätä jo 2.30 – 5.30 välillä. Tuolloin hän tekee ristikoita, pelaa pasianssia tai on netissä. Eevalla on koiria ja siksi siivotakin pitäisi viikoittain. Aina siivous ei kuitenkaan onnistu, vaikka kovasti yrittääkin. Koirien ulkoiluttaminen on enemmän Eevan harteilla ja se on lähinnä ”hädällä käyntiä”. Ruoan hän valmistaa itse joka päivä ja pitääkin sitä tärkeänä rutiinina. Omasta mielestään hän liikkuu liian vähän ja lenkkikaveri olisi hyvä, mutta ei hänellä sellaista ole. Sosiaalinen verkosto Eevalla on erittäin niukka, äitiään hän tapaa harvoin, mutta tytär on Eevalle kaikki kaikessa ja he soittelevat joka päivä. Ystäviä hänellä ei ole. Tyttäreen hän voi tukeutua, muuten hän pitää itseään erakkoluonteena ihmisten suhteen. Harrastuksia ei Eevalla ole. Aikaisemmin hän teki käsitöitä, mutta jotenkin ne ovat jääneet. Hän tuntee itsensä sohvaperunaksi, koska television ääressä tulee vietettyä paljon aikaa. Tuosta olotilasta pitäisi päästä pois, mutta hän kokee sen olevan vaikeaa. On niin helppoa vaan olla, hän sanoo. Eevalla on asiakkuus TYP:iin, sosiaalitoimeen ja terveyskeskukseen. Hän kokee saaneensa riittävästi ja ajallaan apua ja tukea.

Pekka kokee yksinäisyyttä ja alkoholi on usein seurana. Kotitöistä selviäminen tuottaa vaikeuksia ja rytmitys elämässä on epäsäännöllistä. Hän viihtyy pääasiassa kotona. Pekan tarina on tässä:

Pekka kertoo, ettei hänellä ole aina petivaatteita käytössä, joten pyykkiä tulee vähän. Hän kokee, että ei oikein osaa itse ja silittänyt hän ole koskaan. Hän vie pyykit äidille, jos hänellä ei ole rahaa ostaa pesuainetta. Pekka ei juuri siivoa kotona, häntä ei huvita koko asia. Viimeksi hänellä kävi ”tukipaikan” ihmisiä järjestämässä paikkoja, kun kotona oli niin kauhea kaaos. Ruoan tekeminen on hänelle vaikeaa, hän ei osaa eikä häntä edes kiinnosta. Hän tyytyy usein pizzoihin, joita on helppo lämmittää mikrossa. Kaupassa käynti on hänelle vaikeaa ja joskus joutuu tämän takia olemaan ilman ruokaa. Alkoholi on elämässä mukana voimakkaasti ja välillä hän on saanut apua alan ”tukipaikasta”. Pekka sanoo olevansa koko ajan vapaalla ja viettää sitä televisiota katsellen. Hän katsookin miltei kaikki ohjelmat, mitä sieltä tulee. Unirytmillä hänellä on erittäin epäsäännöllinen ja hän saattaakin mennä vasta aamutuimaan sänkyyn ja herätä iltapäivällä. Joskus hän taas herää tunnin yöunen jälkeen. Liikuntaa hän ei harrasta missään muodossa, ei ole koskaan harrastanut. Pekka sanoo, että

ystäviä hänellä ei ole. Äidiltä ja siskolta hän saa joskus apua, mutta kokee etteivät he mielellään tule avuksi. Välit muihin sisaruksiin ovat jossain vaiheessa menneet huonoiksi, joten eivät ole keskenään tekemisissä. Pelkotilojen ja ahdistuneisuuden vuoksi, hän on pääasiassa kotona. Hän on kotisairaanhoidon asiakas, mistä hänelle tuodaan lääkkeitä kotiin. Mielenterveyskeskuksen asiakkaana hän on ollut, mutta hän sanoo sen loppuneen, koska hän jätti kerran menemättä. Hän on TYP:n asiakas, mutta on käynyt siellä aika vähän. Hän sanoo, että ei sinne ole pakko mennä ja usein siirtää aikaansa. Sosiaalitoimen asiakkaana hän tavallisimmin jättää paperit siellä olevaan laatikkoon tai sitten joku vie ne hänen puolestaan.

10.2 Yhteenveto tarinoista

Kotityöt. Kotityöt kuuluvat jokapäiväiseen elämään ja se työ ei tekemällä lopu. Meidän tulisi oppia perusasiat jo koulussa ja omassa perheessämme, että selviytyisimme omasta elämästämme ilman kaaosta. Aikaisemmin ajateltiin, että on olemassa miesten ja naisten työt, mutta nykypäivänä kotityöt jaetaan jo tasaisemmin. Tutkimuksessani olevista työttömistä kolme oli naimisissa ja viisi oli yksinelävää. Naimisissa olevien kohdalla periaatteessa miehet osaavat tehdä, mutta käytännössä naiset ottavat vastuuta enemmän. Yksinelävillä miehillä taitoa ja halukkuutta puuttuu eikä esimerkiksi sotku aina häiritse. Vastauksien perusteella kaikki kuitenkin pärjäävät omalla tavallaan.

Itsestä huolehtiminen. Itsestä huolehtiminen tukee hyvinvoinnin ylläpitoa. On tärkeää kiinnittää huomiota muun muassa ravintoon, lepoon ja liikuntaan. Pitkään työttömänä olevilla haastateltavillani liikuntaa harrastaa vain yksi säännöllisesti. Moni tunnusti, että kunto on huono ja jotain pitäisi tehdä. Perheellisillä on enemmän säännöllisyyttä ruokailussa kuin yksineläjillä. Osalla yksinelävistä ravinnon yksipuolisuus oli nähtävissä sekä alkoholin ”pitkällinen nauttiminen” oli syynä syömättömyydelle. Unirytmit ovat monella epäsäännölliset. Oman havainnointini perusteella kaikilla, yhtä lukuun ottamatta, oli ulkoinen olemus suhteellisen siisti ja hygienian taso tuntui olevan kohdallaan. Omasta terveydestään ei suurta huolta haastateltavillani ollut, vaikka seitsemällä on taustalla terveydellisiä ongelmia. He kyllä mainitsivat sairauksistaan, mutta säännöllisyyttä terveystarkastuksissa ei ole. Lähinnä käynnit ovat reseptien

uusintoja varten. Viidellä alkoholin käyttö on runsasta ja he tiedostavat asian. Ongelmaksi asti asian näkee kolme henkilöä. Muut kaksi toteavat, että kulutusta voisi vähentää. Yhden haastateltavani kohdalla kuntouttava työtoiminta pitää selkeästi säännöllisyyttä yllä.

Sosiaalinen ympäristö. Sosiaalinen osallisuus tuottaa ihmisille terveyttä ja hyvinvointia ja palkkatyö on yksi merkittävimmistä yhteisöllisen toiminnan osallistumisen muodoista (Karjalainen [12.1.2012].) Jokaisella olisi hyvä olla ympärillä ihmisiä. Heidän kanssaan on mahdollisuus ylläpitää sosiaalisia taitoja sekä saada apua ja turvaa tarvittaessa. Tutkimukseni haastatelluista neljä mainitsi perheen tärkeänä tekijänä. Kolme sanoi, että sosiaalinen ympäristö muodostuu lähinnä ”ryyppykavereista” ja yksi kertoi olevansa yksinäinen eikä hänellä ole ketään tärkeää ihmistä. Sukulaisten kanssa oltiin tekemisissä aika harvoin ja ystävyys-suhteita oli todella vähän. Kaikki tutkimukseni haastatelluista ovat pitkäaikaistyöttömiä, joten työttömyys on saattanut tuoda tullessaan myös osalle heistä sosiaalisen kanssakäymisen heikkenemistä.

Vapaa-aika. Ihmisen hyvinvoinnille on tärkeää, että työn ja levon rytmi ovat tasapainossa keskenään. Jos ei ole välttämätöntä nousta aamulla työhön, arjen rytmitys saattaa muuttua ja aamut voivat venyä pitkälle. Aikaa kaikilla haastatelluillani on paljon ja eräs toteaaakin vapaa-ajasta: ”Mikä vapaa-aika, mullahan on aina vapaata.” Monen kohdalla tulee esille, että elämänrytmi on epäsäännöllistä ja yleisin ajan käyttö on television katselu. Sitä katsovat melkein kaikki ja miehet erityisen paljon. Vaikka aikaa tuntuu siis olevan, harrastuksia ei ole kuin yhdellä naisella. Niillä, jotka kertovat alkoholin käytön olevan liiallista, sanovat ajan kuluvan myös samanhenkisten kavereiden kanssa. Helsingin diakonissalaitoksen ja Itä-Suomen yliopiston yhteishankkeen alustavissa tuloksissa on todettu, että järkevän tekemisen puute haittaa arkea ja normaalin arkipäivän rakenteen puuttuminen on huono - osaisille arkipäivää. Näin se tuntuu myös olevan haastateltavieni kohdalla. ”Työttömyyden kasvot” tutkimuksessa tuloksena oli, että kaikilla tutkimukseen osallistuvilla oli harrastuksia. Tämä siis poikkeaa selvästi omasta tutkimustuloksestani.

Palvelut. Hyvinvointiyhteiskunnan tulee huolehtia kaikista ja antaa tarvittavia palveluita kaikille niitä tarvitseville. Haastateltavillani palvelut koostuivat työvoimahallinnon, sosiaalitoimen ja terveyskeskuksen asiakkuuksista. Kaikki olivat asiakkaina joko TE- toimistossa tai Työvoiman Palvelukeskuksessa. He olivat tyytyväisiä saamaansa palveluun, heistä yksi ihmetteli ainoastaan pitkää käyntiväliä. Sosiaalitoimen asiakkaina oli kuusi henkilöä. Toimeentulotuki oli syynä asiakkuuteen. Heistä kaksi haluaisi henkilökohtaisempaa palvelua ja yksi on aikaisemmin kokenut nöyryyttävänä selvitellä asioitaan. Terveyskeskuksen asiakkuus oli viidellä henkilöllä. Yksi haluaa, että olisi oma lääkäri, toinen kiittää mielenterveyskeskuksen palveluita ja kolmas hieman moittii lääkäriaikojen saatavuutta. Pääosin haastateltavani ovat kuitenkin tyytyväisiä terveystalouteen.

11 JOHTOPÄÄTÖKSET

Omassa opinnäytetyössäni etsin vastauksia, miten pitkään työttömänä ollut kokee arkensa, mitä siihen kuuluu ja miten se toimii? Arkeen liittyvistä osa-alueista tarkastelin pitkään työttömänä olleen kotitöistä selviämistä, itsestä huolehtimista, vapaa-aikaa, sosiaalisen ympäristön muodostumista ja käyttämiään palveluita. Tässä omassa tutkimuksessani tuloksellisuutta on mitattu tutkittavien omien kokemusten kautta, miten he kokevat oman arkensa. Tutkimukseen osallistuneet kertoivat itse, miten he arkea elävät ja minkälaisena heidän arkensa näyttäytyy. Yksiselitteisesti voisi todeta, että jokaisen arki hoituu omalla tavallaan ja on oman näköisenä. Tyytymättömyyttä ei suoranaisesti tullut esille. Haastateltavien tarinoista kuitenkin heijastui, että ihmiset vain jotenkin hyväksyvät sen, mitä heidän elämänsä on, tunnistaen kuitenkin asioita, joissa voisi olla muutosmahdollisuus. Heidän elinympäristönsä on kapea ja elämä tiivistyy lähinnä kotona oloon. Jos olisin tavannut haastateltavani heidän omassa kodissaan, olisin nähnyt miten he elävät ja siitä olisi syntynyt oma tarinansa.

Tämän opinnäytetyön avulla toivoakseni ymmärrämme työntekijöinä omassa työpaikassani Seinäjoen kaupungin työllistämisyksikössä ja muualla, missä sosiaalipalveluita tarjotaan, palveluohjauksen merkityksen ja sen, että työttömällä saattaa olla puutteita, niin ihmissuhteissa, päivärytmissä ja muissa arjen asioissa. Mikäli työntekijöinä saamme selville tai näemme asioita, joilla on vaikutusta työttömän elämän sujumiseen, koen, että meillä tulisi olla mahdollisuus ja jopa velvollisuus antaa apua tai ohjata hakemaan palvelua.

Hyvinvoinnin osatekijöiksi luetaan yleensä terveys, elinolot ja toimeentulo, sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen ja onnellisuus (Hyvinvointi 23.9.2011). Hyvinvoinnin osa-alueet tulivat tutkimuksessani esille, ainoastaan onnellisuus on asia, joka ei ollut keskusteluissa mukana. Päätelmänä voi kuitenkin sanoa, että näiden ihmisten elämä ei helposti tuota onnellisuutta, jos perusasioissa on puutteita. Kaikilla haastatelluilla on terveyden kanssa ongelmia. Osa tarvitsee

lisätutkimuksia eläkeselvittelyn mahdollisuuteen liittyen, joka sinänsä on hyvä asia, että sairauksiin liittyviä asioita tutkitaan. Toimeentulo on kaikilla niukka ja osa elää jatkuvasti toimeentulotuen turvin. Sosiaalitoimen asiakkuuden olemassaolo ei häiritse ja kokemukset ovat pääosin hyviä. Vuosien ajan tottuminen toimeentulotukeen saattaa heistä olla ihan normaalia ja vakiokäytäntö, kun toimeentulo on vähissä. Toimeentulotuen tulisi kuitenkin olla viimesijainen turva.

Arjen askareitten sanotaan kohdanneen uusavuttomuuden, joka tarkoittaa kyvyttömyyttä selviytyä kodinhoidollisista töistä. Tähän syynä voi olla perheyhteisöjen kiinteyden väheneminen, vanhempien kyvyttömyys opastaa ja siirtää osaamista nuoremmalle sukupolvelle. (Uusavuttomuus 1.6.2011.) Arjen kaaos voi johtua voimattomuudesta tai taidon puutteesta. Ote omasta elämästä liukuu käsistä ja arki ikään kuin kelluu. Tavalliset kotiaskareet saattavat väsyttää kohtuuttoman paljon ja säännölliset ruokailut jäävät väliin, koska päivärytmiä ole. Päivärytmin puute voi heijastua myös unihäiriöinä (Jonsson 15.3.2011.) Taidon ja tahdon puute kotitöissä oli tuloksissa nähtävissä ja monet sanoivat tämän myös ääneen. Miksi tieto-taito on jäänyt puutteelliseksi, sitä on mahdotonta yksiselitteisesti sanoa. Kuitenkin miesten kohdalla on olemassa vaara jäädä oman taitamattomuutensa jalkoihin. Tekemättömyys ruokkii helposti siihen, että pienetkin asiat saattavat tuntua liian isoilta. Ehkä vaatii liikaa saada itseään niskasta kiinni ja on helppo siirtää asioita myöhemmäksi. Päivärytmin epäsäännöllisyys on haastatelluilla enemmän sääntö kuin poikkeus. Vuorokausirytmii saattaa mennä sekaisin, helposti yö ja päivä vaihtavat paikkaa. Kun työssä käyvällä elämä rakentuu ja muotoutuu pääasiassa työaikojen mukaan, on työttömällä suuri riski elää miten huvittaa. On niin helppoa antaa ajan kulua ja vain olla. Jokapäiväinen lämmin ruoka ei ollut myöskään kaikille itsestään selvyys. Päivän erilainen rytmitys vie helposti säännöllisyyden myös ravinnon suhteen. ”Juodessa ei tarvitse paljoa ruokaa”, totesi eräs haastateltavista. Näin saattaa olla, ei muista syödä eikä ehkä tunne tarvetta siihen. Jos on vuosikausia tyytynyt einesruokiin tai on tottunut syömään liian vähän ja ravintoarvoiltaan puutteellista ruokaa, se saattaa jättää jälkensä. Ravinto on kuitenkin yksi tärkeä tekijä, että pysyy terveenä.

Lisääntyvän vapaa-ajan oletetaan kasvattavan hyvinvointia, mutta esimerkiksi työttömän kohdalla runsas vapaa-aika ei välttämättä ole heille myönteinen asia (Raijas (2011, 243). Työttömyyden ruokkiminen tekemättömyyteen on selkeästi nähtävissä tutkimustuloksissa. Kaikilla tutkimukseen osallistuneilla on aikaa paljon ja hämmästyttävää on, että miltei kaikki katsovat televisiota todella paljon ja sillä lailla pääasiassa kuluttavat aikaansa. Harrastuksia heillä ei juuri ole, ainoastaan yhdellä on liikuntaa ja käsitöitä harrastuksina. Itse en ole koskaan kokenut työttömyyttä, mutta omissa ajatuksissani kuvittelisin ajan täyttyvän kaikilla tekemättömillä töillä ja erilaisilla harrastuksilla. Rahan puute voi tietenkin myös olla esteenä harrastamattomuudelle. Toisaalta kansalaisopistot tarjoavat veloituksetta kurssejaan ja liikuntaa pystyy toteuttamaan ihan ilmaiseksikin.

Kuntouttavan työtoiminnan tarkoituksena on parantaa työttömien työllistymismahdollisuuksia ja elämänhallintaa. Kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen perustuu aktivointisuunnitelmaan, jonka työvoimatoimiston ja kunnan sosiaalihuollon viranomaiset, esimerkiksi sosiaalityöntekijä, laativat yhteistyössä asiakkaan kanssa. Kuntouttava työtoiminta on lakisääteistä. (L 2.3.2001/189.) Hyvä esimerkki on eräs haastateltavistani, joka käy kuntouttavassa työtoiminnassa. Hänen kohdallaanhan päivärytmi ja tekeminen ovat antaneet ryhtiä arkeen ja hän itse on tyytyväinen tilanteeseensa. Vaikka palkkaa ei kerrykään, hän saa lämpimän aterian, alkoholin käyttö on vähentynyt ja saa sosiaalisia kontakteja. Kuntouttava työtoiminta on yksi mahdollisuus saada ihmiselle mielekästä tekemistä ja elämänhallintaan eheytyä. Lakisääteisyys tulisi myös taata paikan jokaiselle sitä tarvitsevalle.

Työttömyyden on osoitettu vaikuttavan haitallisesti niin terveyteen kuin hyvinvointiinkin. On myös paljon näyttöä siitä, että huono terveys ja varsinkin mielenterveysongelmat ovat yhteydessä korkeampaan työttömyysriskiin ja pidempään työttömyyden keston. Työttömyydestä ja sen myötä heikkenevästä terveydestä ja työkyvystä näyttäisi helposti tulevan itseään vahvistava kierre. (Vuori 17.6.2010.) Kaikilla haastatelluilla on työttömyyttä ollut jo vuosia. Suurin osa heistä ei muistanut tarkkaan, milloin viimeksi he ovat olleet työssä. He ovat valikoituneet myös mukaan eläkeselvittelyn mahdollisuuteen, jolloin eläke mitä

todennäköisimmin olisi oikea ratkaisu heille. Heidän kohdallaan työvoimahallinto on ottanut heidät mukaan eläkeselvittelyn mahdollisuuteen oikeista syistä, koska näillä ihmisillä on taustalla sairauksia ja osalla alkoholin suurkulutus on lisännyt heikkoutta elämässä selviytymiseen. Toivottavasti eläköitymisen mahdollisuutta ei ajatella pelkästään tilastojen siivoamisena, vaan taustalla olisi aidosti ihmisen etu päästä pois ikuisesti kestävästä kierteestä ja luukulta toiselle kulkemisesta. Jos sairaus estää työnteon, ei työttömänä työnhakijana oleminen vuosikausia ole oikein.

Elämän erilaisissa muutosvaiheissa ihmiset ovat erityisen herkkiä syrjäytymiselle. Pitkittyessään se voi johtaa eristäytymiseen ympäröivästä yhteiskunnasta ja ihmissuhteet voivat katketa. Usein epätoivoisuus voi johtaa päihdeongelmiin tai pahentaa niitä. Itsetunto saattaa murentua ja kiinnostus ympärillä olevasta elämästä vähetä. (Syrjäytyminen [viitattu 11.1.2012].) Ihmissuhteitten vähäisyys, jopa sukulaisten kanssa, tuli selvästi esille. Erityisesti yksin eläjillä, joilla ei ole ketään, saattaa olla erityisen kurjaa. Välittäminen toisista ei esiinny ainoastaan työttömien keskuudessa, vaan maailma on muuttunut kylmempään suuntaan. Ei tunneta vastuuta kanssaihmisistä, sukulaisista, naapureista tai tuttavista. Pyöriikö elämä liikaa oman navan ympärillä ja vai onko aika kortilla? Ihmisen tottuminen elämään ilman ihmissuhteita, ilman minkäänlaisia suunnitelmia, vain päivä kerrallaan, saattaa viedä pohjaa elämän mielekkyydeltä ja vaarana saattaa olla, että elämä kulkee sivuraidetta kohti syrjäytymistä. Alkoholin runsasta käyttöä oli viidellä henkilöllä. Juominen on täyttänyt elämää jo kauan ja on muodostunut ongelmaksi. Näiden ihmisten kohdalla saattaa syrjäytyminen on todellista. Muutos parempaan vaatii työtä ennen kaikkea heiltä itseltään, mutta myös sosiaalipalvelujen tukijärjestelmien mahdollistamisen palveluohjauksen avulla. Ellei ihmiselle synny luotettavia lähiyhteisöjä, syrjäytymisen vaara on suuri. Siksi yksilöön luottavassa yhteiskunnassa pitää turvaverkkojen olla aukottomia ja näistä syistä tarpeita julkisille palveluille on entistä enemmän. (Moisio [viitattu 21.3.2012].)

12 POHDINTA

Olen työskennellyt työttömien kanssa, joten uskallus tarttua aiheeseen oli itselleni jokseenkin luontaista. Opinnäytetyön tekeminen oli haasteellista. Matkan varrella välillä tuntui tie nousevan pystyyn, mutta mutkien kautta pääsin loppuun. Käytin tutkimusmenetelmänä teemahaastattelua, joka sopi ensikertalaiselle mielestäni suhteellisen hyvin. Vaikka teema-alue oli itselleni selvä, vahvistuivat tutkimuskysymykset matkan varrella lopullisesti. Keskityin haastateltavien omakohtaiseen kokemukseen arjesta ja ehkä tutkimusmateriaalin tuloksellisuus saattoi jäädä niukaksi. Oma kokemukseni tutkijana on antanut minulle uuden suhtautumisen tutkimukselliseen työhön. Nyt oman opinnäytetyöni tehtyäni, olen ainakin jollain tasolla päässyt sisälle, miten ja mistä tutkimus muodostuu.

Jälkeenpäin huomaa, että asioita olisi voinut tehdä toisin ja ehdottomasti opinnäytetöitä ja graduja olisi pitänyt lukea useita, että olisi saanut tarpeeksi laaja-alaista näkökulmaa. Itse koin, että haastattelut sujuivat ja pääsin ikään kuin samalle aaltopituudelle haastateltavani kanssa, mutta nauhoittamisen puuttuminen saattoi olla oma ansani. Tarinoita kirjoittaessani tuli tunne, että materiaali ei riitä ja siitä ei saa mitään järkevää aikaiseksi. Loppujen lopuksi olen kuitenkin ihan tyytyväinen tarinoiden sisältöön, ne tehtiin sillä materiaalilla, mitä oli.

Itseäni jäi mietityttämään alta nelikymppisen miehen selviytyminen. Jos ihmiseltä puuttuu liinavaatteet sängystä, niin asiat eivät välttämättä ole silloin kaikkein parhaimmin. Asiaa on kuitenkin vaikea lähteä arvioimaan. Voihan olla, että jo lapsuus on vietetty alkeellisissa olosuhteissa ja tietoa paremmasta ei ole. Niille ihmisille, joille arjesta selviäminen tuottaa ongelmaa ja hänen tarpeensa saada opastusta ja ohjausta on olemassa, täytyisi pystyä antamaan jotain kättä pidempää. Kuntouttavan työtoiminnan paikkojen kehittäminen ja kysyntään vastaaminen, on ensiarvoisen tärkeää. Kun arki on kohdallaan, on myös mahdollista odottaa muissa elämänalueissa eteenpäin menoa. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaan mahdollisuus osallistua esimerkiksi pienryhmätoimintaan, olisi tervetullut lisä. Siellä asiakas voisi totuttautua yhteisöön ja kanssaihmiisiin ja

voisi harjaannuttaa jokapäiväisiä arjen taitoja. Se antaisi pehmeämmän paluun työelämään, jos poissaolo on ollut kovin pitkä ja elämänhallinta ei ole paras mahdollinen.

Yhteiskunnan raha on tänä päivänä tiukassa ja puhutaan, että töitä kaikkien tulisi tehdä. Itse en usko, että töitä kaikille löytyy. Väistämättä väliinputoajia ovat ainakin terveydellisesti heikossa asemassa olevat. Heidän kohdallaan työkyvyttömyyseläke voi olla yksi vaihtoehto. Seinäjoen kaupungin työllistämisyksikkö on tehnyt selvitystä eläkemahdollisuudesta nyt 50:lle pitkään työttömänä olleelle henkilölle. Tarkoituksena on jatkaa selvitystä vielä ainakin 30:llä. Kaikki haastattelemanani olevat henkilöt ovat mukana eläkeselvittelyn mahdollisuudessa. Nyt läpikäytyäni tutkimustulokset, en voi välttyä ajatukselta, jos esimerkiksi kuntouttavassa työtoiminnassa oleva henkilö joutuu jättämään paikan eläköitymisen vuoksi. Kuntouttavalla työtoiminnalla on ollut hänelle arjen selviytymisessä suuri ja merkittävä vaikutus. Miten hänen arkensa sitten sujuu? Alkaako alamäki esimerkiksi alkoholin suhteen?

Tätä opinnäytetyötä tehdessäni itselleni korostui palveluohjauksen merkitys. Ymmärrän kuitenkin hyvin, jos ihmisen henkilökohtaisiin asioihin puuttuminen voi tuntua alan työntekijöistä hankalalta. Ihmissuhdetaidot ovat koetuksella ja rajaitoja joutuu ylittämään. Hyvän palvelun toteuttamisesta on kuitenkin vastuussa jokainen työntekijä ja kaikille palveluja tarvitseville ihmisille tulisi taata yhdenvertaiset mahdollisuudet saada niitä.

LÄHTEET

- Aaltonen, J. 3.1.2011. Pitkäaikaistyöttömyys uhkaa maakunnan työmarkkinoita [Verkkosivu]. Pohjanmaan Uutiset. [Viitattu 15.10.2011]. Saatavana: http://yle.fi/alueet/pohjanmaa/2011/01/pitkaaikaistyottomyys_uhkaa_maakunnan_tyomarkkinoita_2256477.html
- Ahvenniemi, T. 2010. Työllistämisyksiköllä pyritään pienentämään Seinäjoen kaupungin maksamia työttömyyssakkoja. Sanomalehti Ilkka 27.11.2010, 6.
- Andersson, L. C., Hetemäki, I., Mustonen, R. & Sihvola, A. 2011. Kaikki irti arjesta. Tallinna: Gaudeamus.
- Elämönhallinta. 26.11.2011. [Verkkajulkaisu]. Wikipedia. [Viitattu 21.3.2012]. Saatavana: <http://fi.wikipedia.org/wiki/El%C3%A4m%C3%A4nhallinta>
- Elämönhallinta-henkinen voimavara. 25.1.2012. [Verkkajulkaisu]. Nyyti ry. [Viitattu 7.3.2012]. Saatavana: <http://www.nyyti.fi/tietoa/elamanhallinta/>
- Elävä arkisto. Meriläinen, A., Tuokkola, J., Kulmala, H., Toivanen, M. & Flemming, T. (toim.) 2.11.2010. Ohjelmasta Vielä yksi asia: Ihmisen työ. [TV-ohjelma]. TV 2, 28.11.2000. [Viitattu 7.2.2011]. Saatavana: <http://www.yle.fi/elavaarkisto/?s=s&q=1&ag=86&t=&a=9602>
- Etelä-Pohjanmaan työllisyyskatsaus. 24.1.2012. Työllisyyskatsaus 12 2011. [Verkkosivut]. Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus. [Viitattu 18.2.2012]. Saatavana: http://www.ely-keskus.fi/fi/ELYkeskukset/EtelaPohjanmaanELY/Ajankohtaista/Julkaisut/Katsaukset_ja_tilastot/Tyollisyyskatsaukset/Ty%C3%B6llisyyskatsaus%2012_2011.pdf
- Hallitusohjelma 2011. 22.6.2011. Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelma. [Verkkajulkaisu]. [Viitattu 9.9.2011]. Valtioneuvoston kanslia. Saatavana: <http://www.vn.fi/hallitus/hallitusohjelma/pdf332889/fi.pdf>
- Haila, Y. 2011. Arkiset valinnat ja ympäristö. Teoksessa: L.C. Andersson, I. Hetemäki, R. Mustonen, & A. Sihvola, (toim.) Kaikki irti arjesta. Tallinna: Gaudeamus, 5 – 7.
- Heikkilä, M., & Karjalainen, J. 2000. Köyhyys ja hyvinvointivaltion murros. Tampere: Tammer-Paino Oy.

- Helsingin Sanomat. 15.11.2010. Pitkäaikaistyöttömistä valtaosa työkyvyttömiä. [Verkkosivut]. [Viitattu 6.10.2011]. Saatavana: <http://www.hs.fi/paakirjoitus/artikkeli/Pitk%C3%A4aikaisty%C3%B6tt%C3%B6mist%C3%A4+valtaosa+ty%C3%B6kyvytt%C3%B6mi%C3%A4/1135261641714>
- Heponiemi, T. Työttömyydestä työhön osallistumiseen - seminaari. Tiedote 26/2010. 7.6.2010. Työterveyslaitos. [Viitattu 6.10.2011]. Saatavana: http://www.ttl.fi/fi/tiedotteet/Sivut/Tiedote26_2010.aspx
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara P. 2010. Tutki ja kirjoita. 15. – 16. painos. Helsinki: Tammi.
- Holm, P., Jalava, J. & Ylöstalo, P. 2006. Työttömien työkyky vuonna 2005. Työpoliittinen tutkimus. Helsinki: Työministeriö. Pellervon taloudellisen tutkimuslaitoksen raportteja n:o 195.
- Hyvinvointi. 23.9.2011. [Verkkosivut]. Wikipedia. [Viitattu 5.10.2011]. Saatavana: <http://fi.wikipedia.org/wiki/Hyvinvointi>
- Hänninen, S. 2007. Johdanto. Teoksessa: S. Hänninen, J. Karjalainen & K-M. Lehtelä (toim.) Pääsy kielletty! Poiskäännyttämisen politiikka ja sosiaaliturva. Vaajakoski: Gummerus, 9 – 10.
- Isola, A-M., Larivaara, M. & Mikkonen, J. (toim.) 2007. Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Jonsson, M. 15.3.2011. Arki haltuun – aikaa perheelle. Uusi menetelmä auttaa perheitä hallitsemaan arkeaan ja ajankäyttöään. Lehdistötiedote. [Verkkajulkaisu]. Väestöliitto. [Viitattu 13.1.2012]. Saatavana: <http://www.vaestoliitto.fi/?x27375=970184>
- Jokinen, A. 2005. Aikuisten arki. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Jurvanen, A. 2009. Seinäjokelaisen työttömän kokemuksellinen hyvinvointi. "Aamusta iltaan aina vapaata". Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan yksikkö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Sosionomi AMK. Opinnäytetyö.
- Kaleva. 23.12.2011. Huono-osaisuus ei poistu itsestään. [Verkkolehti]. [Viitattu 12.2.2012.]. Saatavana: <http://www.kaleva.fi/uutiset/huono-osaisuus-ei-poistu-itsestaan/923234>
- Karjalainen, J. [Ei päiväystä]. Osallisuus. [Verkkajulkaisu]. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin tutkimuslaitos. [Viitattu 12.1.2012]. Saatavana: http://www.thl.fi/fi_FI/web/kaventaja-fi/eri-arvoisuus/hyvinvointi/osallisuus

- Karppi, S-L, 14.12.2009. Toimintakyky on selviytymistä elämän haasteista. [Verkkojulkaisu]. Kela.[Viitattu 6.10.2011]. Saatavana: <http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/261006153959HJ?OpenDocument>
- Karvonen, S. 11.3.2010. Huono-osaisuus voi siirtyä perintönä lapsille. [Verkkolehti]. Helsingin Sanomat. [Viitattu 21.3.2012]. Saatavana: <http://www.hs.fi/paakirjoitus/artikkeli/Huonoosaisuus+voi+siirty%C3%A4+perint%C3%B6n%C3%A4+lapsille/1135253582591>
- Kasvio, T. 2011. Työ kestäväksi. Teoksessa: L. C. Andersson, I. Hetemäki, R. Mustonen, & A. Sihvola, 2011. Kaikki irti arjesta. Tallinna: Gaudeamus, 216 – 217.
- Kestilä, L. 2012. Hyvinvointi- ja terveyserojen kaventaminen. Mitä on eriarvoisuus elämäkulussa? [Verkkosivut]. Helsinki. Terveystieteiden tutkimuskeskus. [Viitattu 22.3.2012]. Saatavana: http://www.thl.fi/fi_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus/elamankulussa
- Kettunen, R., Kähäri - Wiik, K., Vuori - Kemilä, A., & Ihalainen, J. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.
- Kiviniemi, K. 2010. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 3. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS - kustannus, 78.
- Koukkunen, M. & Tondi, H. 2008. Työpajatoimintaa työttömille aikuisille, Amipajaan osallistuneiden voimaantumisen kokemuksia. [Verkkojulkaisu]. Helsingin Ammattikorkeakoulu Stadia. Sosiaalialan koulutusohjelma, Sosionom AMK. Opinnäytetyö. [Viitattu 17.3.2012]. Saatavana: <http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/37472/stadia-1208780501-4.pdf?sequence=1>
- Kuosmanen, P. 2010. Työttömyyden kasvot. Haastattelututkimus lahtelaisten työttömien arjesta. Helsingin yliopisto [Verkkojulkaisu]. Päijät-Hämeen ja Itä-Uudenmaan sosiaalialan osaamiskeskus Verso. Saatavana: <http://www.helsinki.fi/palmenia/lahti/2010/27052010.htm>
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Gummerus.
- Laitinen, M. & Uusitalo, T. 2008. Narratiivinen lähestymistapa traumaattisten elämäkokemusten tutkimisessa. Teoksessa: R. Kasila, R. Rajala & K. E. Nurmi (toim.) Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Tampere: Lapin yliopistokustannus, 110.
- L. 2.3.2001/189. Laki kuntouttavasta työtoiminnasta. [WWW-dokumentti]. [Viitattu 14.10.2011]. Saatavana: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010189>

- L 30.12.2002/1295. Laki julkisesta työvoimapalvelusta 30.12.2002/1295.
Ensimmäinen luku. 8§. [WWW-dokumentti]. [Viitattu 4.10.2011]. Saatavana:
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20021295>
- Laurinkari, J., 2010. Hyvinvointipolitiikan talous. Teoksessa: P. Niemelä (toim.)
Hyvinvointipolitiikka. Helsinki: WSOYpro Oy, 69 – 70.
- Luomanen, J. 1999. Työttömyys - Ongelmia ja mahdollisuuksia. Sosiologista
keskustelua Turun yliopisto, sosiologian laitos. Turku: Unipaps.
Mitä toimintakyvyllä tarkoitetaan? Vammaispalvelujen käsikirja. [Verkojulkaisu].
Sosiaaliportti. [Viitattu 12.2.2012]. Saatavana: <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/tyovalineitat/arviointimenetelmia/toimintakyvyn-arviointi/#ots1>
- Moisio, E. 2004. Työn ja elämän uusi henki. Katsauksia ja keskusteluja.
[Verkojulkaisu]. Työpoliittinen Aikakauskirja 4/2004. [Viitattu 21.3.2012].
Saatavana:
http://www.mol.fi/mol/fi/99_pdf/fi/06_tyoministerio/06_julkaisut/aikakausi/tak/T_P4_04-Moisio.pdf
- Mäkelä, P., Kauppinen, T. & Huhtanen, P. 2009. Alkoholiongelmat vaivaavat
huono-osaisia – niin pääkaupunkiseudulla kuin muuallakin Suomessa.
[Verkojulkaisu]. Helsinki. Stakes. [Viitattu 18.2.2012]. Saatavana:
<http://www.stakes.fi/yp/2009/2/m%C3%A4kel%C3%A4p.pdf>
- Niemelä, P. 2009. Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen
ymmärryksen perustana. Teoksessa: Mäntysaari, Pohjola & Pösö (toim.)
Sosiaalityö ja teoria 2009. PS-kustannus, 227 – 229.
- Nivala, E. 2010. Kansalaistoiminta ja hyvinvointi. Teoksessa: P. Niemelä, (toim.)
Hyvinvointipolitiikka. Helsinki: WSOYpro Oy, 199 – 208.
- Nyström, E. 2011. Työttömille nyt oma terkkari. Sanomalehti Ilkka.105.
24.10.2011, 7.
- Parpo, A. 2007. Työllistymisen esteet. [Verkojulkaisu]. Helsinki. Stakes. [Viitattu
6.10.2011]. Saatavana: <http://www.stakes.fi/verkojulkaisut/raportit/R11-2007-VERKKO.pdf>
- Peltonen, H. Köyhyys ja työ. Tukitoimet vahvistavat työttömän elämänhallintaa.
[Verkojulkaisu]. Tesso. Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti. (6) 2010.
[Viitattu 10.2.2012]. Saatavana:
<http://dialogi.stakes.fi/FI/tesson+arkisto/2010/tesso+610/sivu/32.htm>
- Raijas, A. 2011. Arjen hyvinvointi. Teoksessa: J. Saari. Hyvinvointi, Suomalaisen
yhteiskunnan perusta. Helsinki: Oy Yliopistokustannus, HYY Yhtymä, 243 –
260.

- Ranta, R. 2010. Kansliapäällikkö. Seinäjoen kaupunki. Taustatietoa vuodelta 2010. Työllisyysuunnitelma vuodelle 2011.
- Raunio, K. 2000. Sosiaalityö murroksessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Raunio, K. 2006. Syrjäytyminen, sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Vaajakoski: Gummerus.
- Raunio, K. 2009. Olennainen sosiaalityössä. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.
- Saari, J. 2005. Köyhyyspolitiikka. Teoksessa: J. Saari (toim.) Köyhyyspolitiikka, johdatus sosiaalipolitiikan ytimeen 2005. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Vantaa : Dark Oy, 7.
- Saikkumäki, P. 1.7.2011. Pitkäaikaistyöttömien kuntoutuksen tutkimus. [Verkojulkaisu]. Kuntoutusportti. [Viitattu 5.10.2011]. Saatavana: <http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/tutkimus/tutkimuskohteita/pitkaaikaistyottomat/>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Tiedote 110/2010. 31.03.2010. Suomalaisten hyvinvointi on lisääntynyt, mutta terveyserojen kaventaminen vaatii edelleen työtä. [Verkkosivut]. [Viitattu 10.10.2011]. Saatavana: <http://www.stm.fi/tiedotteet/tiedote/view/1489799>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 13.1.2011. Pitkäaikaistyöttömien ehkäiseviä terveystalvuuksia kannattaa kehittää. [Verkkosivut]. [Viitattu 5.10.2011]. Saatavana: <http://www.stm.fi/tiedotteet/verkkouutinen/view/1550043>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 18.2.2011. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. [Verkkosivut]. [Viitattu 6.10.2011]. Saatavana: <http://www.stm.fi/hyvinvointi>
- Syrjäytyminen. 19.12.2011. [Verkkosivut]. Wikipedia. [Viitattu 11.1.2012]. Saatavana: <http://fi.wikipedia.org/wiki/Syrj%C3%A4ytyminen>
- Taipale, I. 2001. Sosiaalilääketieteellinen Eläke-edellytysten selvittelyopas. Helsinki: Psykiatrian Yhteistyö ry, Itämerikeskussäätiö.
- Tilastokeskus. Ei päiväystä. Pitkäaikaistyöttömyys. [Verkojulkaisu]. [Viitattu 6.10.2011]. Saatavana: <http://www.stat.fi/tup/verkkokoulu/data/tvt/05/01/index.html>
- Tuet työttömälle työnhakijalle. 10.11.2011. Tuet työttömälle työnhakijalle. [Verkojulkaisu]. Kela. [Viitattu 12.1.2012]. Saatavana: <http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/190701134121EH>
- Työterveyslaitos. Työttömyydestä työhön osallistumiseen - seminaari. Tiedote 26/2010. 7.6.2010. Työterveyslaitos. [Viitattu 6.10.2011]. Saatavana: http://www.ttl.fi/fi/tiedotteet/Sivut/Tiedote26_2010.aspx

- Työterveyslaitos. 2.1.2012. Mitä työkyky on?[Verkkajulkaisu]. [Viitattu 7.3.2012].
Saatavana:
http://www.ttl.fi/fi/terveys_ ja_tyokyky/tykytoiminta/mita_on_tyokyky/sivut/default.aspx
- Työttömyys. 24.7.2011. [Verkkosivut]. Wikipedia. [Viitattu 5.10.2011]. Saatavana:
<http://fi.wikipedia.org/wiki/Ty%C3%B6tt%C3%B6myys>
- Uusavuttomuus. 1.6.2011. Uusavuttomuus. [Verkkosivut]. Wikipedia. [Viitattu 13.1.2012.]. Saatavana: <http://fi.wikipedia.org/wiki/Uusavuttomuus>
- Uusitalo, S. 9.3.2012. Selvitys kaikkein huono-osaisimmista: Järkevä tekeminen ja asunto auttavat. [Verkkouutiset]. Kotimaa. [Viitattu 20.3.2012]. Saatavana:
http://www.verkkouutiset.fi/index.php?option=com_content&view=article&id=74470:selvitys-kaikein-huono-osaisimmista-jaerkevae-tekeminen-ja-asunto-auttavat&catid=8:kotimaa-paeeuutinen-&Itemid=31
- Vilka,H. 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Hanna Vilka ja Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vuokila - Oikonen, P., Janhanen, S. & Nikkonen, M. 2001. Kertomukset hoitotieteellisen tiedon tuottamisessa: Narratiivinen lähestymistapa. Teoksessa: S. Janhonen & M. Nikkonen (toim.) 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY, 91.
- Vuori, J. 17.6.2010. Työttömyys on epäterveellistä, työllistyminen parantaa. [Verkkajulkaisu]. Työterveyslaitos. [Viitattu 23.2.2011]. Saatavana:
http://tyopiste.ttl.fi/Uutiset/Sivut/Tyottomyys_on_epaterveelista_tyollistyminen_parantaa.aspx