

”TÄRKEÄ PAIKKA TÄSSÄ VAIHEESSA ELÄMÄÄ”

Albertin Olohuoneen kansainvälisten kävijöiden kokemuksia

Albertin Olohuoneesta ja yksinäisyydestä



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Sosionomikoulutus, Hämeenlinnan korkeakoulukeskus

syksy 2021

Vuokko Tupola

Sosionomitutkinto

Tiivistelmä

Tekijä Vuokko Tupola

Vuosi 2021

Työn nimi Tärkeä paikka tässä vaiheessa elämää – Albertin Olohuoneen kansainvälisten kävijöiden kokemuksia Albertin Olohuoneesta ja yksinäisyydestä

Ohjaaja Liisa Kokkonieni

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia Albertin Olohuoneella käyvien, maahanmuuttajataustaisten vanhempien kokemuksia yksinäisyydestä ja Albertin Olohuoneen toiminnasta. Työn keskeisiä käsitteitä olivat yksinäisyys sekä maahanmuutto ja vanhemmuus siirtymävaiheina. Toimeksiantajana oli HelsinkiMissio, jonka alaisuudessa Albertin Olohuone toimii. Tutkimus oli laadullinen tutkimus, jossa aineisto kerättiin teemahaastattelujen avulla. Aineisto litteroitiin ja sen jälkeen analysoitiin teemoittelemalla.

Tutkimuskysymykset olivat: 1. Miten maahanmuuttajavanhemmat kokevat Albertin Olohuoneen tarjoaman toiminnan? 2. Millä tavalla maahanmuuttajavanhemmat ovat kokeneet yksinäisyyttä? 3. Onko osallistuminen Albertin Olohuoneen toimintaan muuttanut yksinäisyyden kokemusta? Tutkimuksen pääpaino oli toisella ja kolmannella tutkimuskysymyksellä, ja ensimmäinen taustoitti tutkimusta sekä pyrki vastaamaan toimeksiantajan tarpeisiin. Tulosten perusteella etenkin maahanmuuttoon ja vanhemmaksi tulemiseen liittyvät siirtymävaiheet voivat altistaa yksinäisyyden kokemuksille. Vanhemmuuteen liittyvä yksinäisyys linkitettiin uuteen elämäntilanteeseen sopeutumiseen, työelämästä pois jäämiseen, ystävyyssuhteiden muutokseen ja vanhemmuuteen liittyviin stressin tai epämukavuuden kokemuksiin, kuten huonosti nukuttuihin öihin. Maahanmuuttaneelle vanhemmalle yksinäisyyttä voi aiheuttaa myös suvun ja lähiyhteisön kaukana oleminen.

Tutkimuksen perusteella Albertin Olohuoneella on toimiva konsepti, jolla on mahdollista tukea maahanmuuttajataustaisten vanhempien yksinäisyyden ehkäisyä. Albertin Olohuone tarjoaa mahdollisuuden vertaistukeen ja muiden samassa elämäntilanteessa olevien vanhempien tapaamiseen, sekä sosiaalista, kodin ulkopuolella tapahtuvaa toimintaa. Albertin Olohuone nähtiin houkuttelevana, viihtyisänä, turvallisena ja kodinomaisena ympäristönä, jonka luomisessa iso merkitys oli Albertin Olohuoneen kiireettömällä seniorivapaaehtoisilla.

Avainsanat Yksinäisyys, vanhempien yksinäisyys, maahanmuuttajavanhemmat, sosiaalinen tuki

Sivut 55 sivua ja liitteitä 3 sivua

The aim of the thesis was to examine the experiences of loneliness of the immigrant parents visiting Albert's Livingroom. Secondly the aim was to examine their experiences regarding the operation of Albert's Livingroom. The main concepts were loneliness, and immigration and parenthood as transitional phases. The commissioner of the thesis was HelsinkiMissio. The thesis was a qualitative study. The research material was collected through the process of theme interviews. The material was analyzed using thematization.

The research problems were: 1. How do immigrant parents view Albert's Livingroom? 2. What kind of loneliness have immigrant parents experienced? 3. Has taking part in the activities in Albert's Livingroom changed the experience of loneliness? The main focus of the study was on the second and third research problem, with the first one providing background to the study and catering to the needs of the commissioner. The conclusion of the thesis is that the transitional life phases of migrating and becoming a parent can increase the risk of experiencing loneliness. The loneliness regarding parenthood is linked to adapting to the new life situation, temporarily departing the working life, the resulting changes in relationships and the experiences of stress or discomfort that come with parenthood, for example because of the lack of sleep. The absence of support network, like family, friends and relatives, can also result in the feelings of loneliness in immigrant parents.

Second conclusion is that Albert's Livingroom has a functional concept that can become a part of the support system against the loneliness of immigrant parents. Albert's Livingroom offers the possibility for parents to meet other parents in the same situation and get peer support from them, as well as remain active and social. Albert's Livingroom was considered to be attractive, safe and cosy environment, which was partly because of the senior citizen volunteers.

Keywords Loneliness, loneliness of parents, immigrant parents, social support

Pages 55 pages and appendices 3 pages

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Maahanmuuttajat ja perhe	3
2.1	Kotoutuminen ja sosiaaliset verkostot	4
2.2	Kasvatus, perhe ja vanhemmuus kahden kulttuurin keskellä	4
3	Yksinäisyys ja yksinäisyyden kokemus.....	5
3.1	Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja periytyvyys	6
3.2	Yksinäisyys ja vanhemmuus	7
3.3	Maahanmuuttajien yksinäisyys.....	9
4	Tutkimusasetelma	10
4.1	Albertin Olohuone – Albert’s Living Room	11
4.2	Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset	12
4.3	Aikaisemmat tutkimukset aiheesta	12
4.4	Aineistonhankinta	14
4.4.1	Teemahaastattelu	16
4.4.2	Haastatteluprosessi.....	16
4.5	Aineiston analyysi teemoitellen.....	17
4.6	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	19
5	Tutkimuksen tulokset	21
5.1	Kokemukset Albertin Olohuoneesta	22
5.1.1	Ylisukupolvinen konsepti ja vapaaehtoistoiminta	22
5.1.2	Sosiaaliset verkostot	23
5.1.3	Tilat ja tunnelma	24
5.1.4	Ohjattu toiminta.....	25
5.1.5	Kansainvälisenä kävijänä.....	26
5.1.6	Lapsen kokemus	27
5.1.7	Toiminnan kehittäminen	27
5.2	Yksinäisyyden kokemukset	29
5.2.1	Yksinäisyyden kokemusta helpottavat tekijät.....	30
5.2.2	Yksinäisyys vieraassa maassa	30
5.2.3	Yksinäisyys vanhempana.....	33

5.2.4	Yksinäisyys vanhempana vieraassa maassa	34
5.2.5	Kulttuurierojen vaikutukset	36
5.2.6	Kokemuksena lapsiystävällinen Suomi	36
5.3	Albertin Olohuoneen merkitys yksinäisyyden kannalta	37
5.3.1	Vaikutukset yksinäisyyden kokemukseen	38
6	Tutkimuksen johtopäätökset.....	40
6.1	Yksinäisyys vanhempana vieraassa maassa	40
6.2	Albertin olohuone ja yksinäisyys.....	45
6.3	Albertin Olohuoneen vetovoimatekijät ja kehittämiskohteet.....	49
7	Pohdinta	52
	Lähteet.....	56

Liitteet

Liite 1	Teemahaastattelun runko
Liite 2	Saatekirje
Liite 3	Saatekirjeen päivitys

1 Johdanto

Vanhemmaksi tuleminen ja maahanmuutto ovat molemmat siirtymävaiheita, joissa astutaan ikään kuin uuteen maailmaan. Ihminen on toisaalta sama kuin ennenkin, mutta samalla moni asia muuttuu ulkoisesti ja sisäisesti. Vanhemmuus ja maahanmuutto ovat yksinäisyyden lisäksi opinnäytetyöni keskeisiä teemoja. Opinnäytetyöni tutkimuksen tavoitteena on selvittää Albertin Olohuoneen kansainvälisten kävijöiden kokemuksia yksinäisyydestä sekä Albertin Olohuoneen toiminnasta. Albertin Olohuone on ylisukupolvinen, lapsiperheiden ja senioreiden kohtaamispaikka, jonka taustajärjestönä toimii yksinäisyyden vähentämiseen ja ehkäisyyn keskittyvä HelsinkiMissio. Albertin Olohuone viittaa omiin ulkomaalaistaustaisiin asiakkaisiinsa termillä kansainväliset kävijät. HelsinkiMissio toimii pääkaupunkiseudulla, jossa maahanmuutto on ajankohtainen teema. Väestöliiton (n.d.) vuonna 2017 teettämän selvityksen mukaan pääkaupunkiseudulle sijoittuu määrällisesti eniten maahanmuuttoa ja ulkomaalaistaustaista väestöä.

Vanhemmuuden mukanaan tuomat muutokset ovat konkreettisia etenkin ensimmäisen lapsen kohdalla. Muutoksia tapahtuu myös emotionaalisella tasolla. Vanhemmuus tuo onnea ja merkityksellisyyden kokemusta, mutta se saattaa herättää myös ristiriitaisia tunteita, ahdistusta ja yksinäisyyden kokemuksia. Tuoreeseen vanhemmuuteen voi liittyä sosiaalista eristäytyneisyyttä ja aikaisemmasta elämästä ulkopuolelle jäämistä. (Rokach, 2007, ss. 231–232)

Myös maasta toiseen muuttaminen muuttaa elämän olosuhteita, ihmissuhteita ja ehkä jopa elämäntapaa (Alitolppa-Niitamo & Leinonen, 2013, s. 99; Kopylova, 2011, s. 122).

Elämänmuutoksena, jossa ihminen joutuu irrottautumaan aikaisemmasta sosiaalisesta elämästään ja verkostoistaan, maahanmuutto voi altistaa yksinäisyyden kokemiselle. Onkin huomattu, että maahanmuuttajat kokevat enemmän yksinäisyyttä kuin kantaväestö.

Ylipäättään yksinolo on lisääntynyt Suomessa viime vuosikymmenen aikana. Vaikka yksinolo ei suoraan kerro yksinäisyyden kokemuksesta tai heikentyneestä sosiaalisesta pääomasta, yksinolon lisääntyminen saattaa altistaa yksinäisyydelle ja myös sosiaalisen tuen puutteelle.

(Hanifi, 2015) Yksinäisyys on siis ajankohtainen ilmiö. Se on myös yhteiskunnallisesti merkittävä, sillä pitkittyessään se altistaa syrjäytymiselle sekä mielenterveysongelmille ja

näin ehkäisee hyvinvointia. Yksilötasolla lyhytaikaisenkin yksinäisyyden ehkäisy ja vähentäminen edistää hyvinvointia ja parantaa elämänlaatua.

Lähtökohtana opinnäytetyölle on oma kiinnostukseni lapsiperheiden parissa tehtävää työtä kohtaan. Koen yksinäisyyden vastaisen työn tärkeänä osana hyvinvointipolitiikkaa. Halusin opinnäytetyössäni tarkastella jotakin yhteiskunnallista ja kinkkistäkin ilmiötä. Vanhempien kokemaa yksinäisyyttä on tutkittu melko vähän, vaikka aihe on tärkeä ja tutkimusaiheena todellinen. On näyttöä siitä, että yksinäisyys voi periytyä sukupolvelta toiselle, ja siksi varhainen puuttuminen ja ennaltaehkäisy on tärkeää. Myös opinnäytetyön tilaajalla HelsinkiMissiolla ja sen alla toimivalla Albertin Olohuoneella oli omassa toiminnassa ilmenneitä tarpeita tutkimukselle. Tilaaja toivoikin tutkimuksen käsittelevän maahanmuuttajavanhempien näkökulmaa ja kokemuksia toiminnasta. Tutkimusaiheeksi valikoitui siis maahanmuuttajavanhempien kokemukset Albertin Olohuoneen toiminnasta, yksinäisyydestä ja Albertin Olohuoneella käymisen tuomista muutoksista yksinäisyyden kokemukseen. Tutkimuksen aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla. Opinnäytetyön tavoitteena on saavuttaa ymmärrystä maahanmuuttajavanhempien kohtaamasta yksinäisyydestä osana heidän kokemusmaailmaansa sekä tuottaa tutkimuksen avulla tietoa, jolla Albertin Olohuoneen toimintaa on mahdollista suunnitella vastaamaan paremmin ulkomaalaistaustaisten vanhempien tarpeita ja toiveita.

2 Maahanmuuttajat ja perhe

Maahanmuuttoon ja monikulttuurisuuteen liittyy paljon epätarkkaa, leimaavaa tai kiisteltyäkin käsitteistöä. Osaan termeistä liittyy myös voimakkaita arvolutauksia (Martikainen & Tiilikainen, 2007, s. 20). Monikulttuurisuus itsessään on käsitteenä monella tavoin ymmärrettävä ja siinä mielessä aavistuksen epäselvä. Monikulttuurisuudella terminä viitataan yksinkertaisimmillaan väestön kulttuuriseen ja etniseen monimuotoisuuteen (Alitolppa-Niitamo, Söderling & Fågel, 2013, s. 7). Tässä luvussa avaan maahanmuuttajuuteen liittyviä, opinnäytetyöni kannalta olennaisia käsitteitä.

Ulkomaalaistaustaisiin henkilöihin viitataan useimmiten termillä maahanmuuttaja. Yksinkertaistettuna se tarkoittaa henkilöä, joka on syntynyt ulkomailla (Martikainen & Tiilikainen, 2007, s. 18). Maahanmuuttajista puhuttaessa monesti tunnutaan ajattelevan automaattisesti pakolaisia tai turvapaikanhakijoita, mutta niillä on eri merkitys. Turvapaikanhakijalla tarkoitetaan ulkomaalaista henkilöä, joka hakee suojelua ja oleskeluoikeutta toisesta maasta. Pakolainen taas on henkilö, jolle on jo myönnetty turvapaikka. (Sisäministeriö n.d.) Näillä termeillä viitataan siis maahantulon syihin ja lailliseen asemaan kyseisessä maassa, kun taas maahanmuuttaja-termi ei vielä itsessään kerro maahanmuuton syistä mitään (Martikainen & Tiilikainen, s. 18). Albertin Olohuone viittaa omiin ulkomaalaistaustaisiin kävijöihinsä termillä kansainväliset kävijät, jota itsekin myöhemmin käytän raportissani Albertin Olohuoneen toimintoja käsitellessäni. Muutoin käytän tässä opinnäytetyössä termiä maahanmuuttaja tai maahanmuuttajataustainen, sillä nämä ovat mielestäni termeistä neutraaleimmat. Pelkästään yhteiskunnallisen keskustelun kannalta on tärkeää määritellä maahanmuuttoon liityvää termistöä. Tässä opinnäytetyössä se on olennaista tutkimustehtävän kannalta. Maahanmuuttajilla en siis tässä työssä viittaa automaattisesti tiettyyn etniseen ryhmään, taustaan tai maahan muuton syihin. On myös tärkeää tiedostaa, että ulkomaalaistaustainen väestö ei ole mitenkään yhtenäinen ryhmä, vaan ihmisten lähtökohdat, kulttuuriset ja henkilökohtaiset taustat, maahanmuuton syyt, sosioekonominen asema, maailmankatsomus, arvot ja persoona voivat olla hyvinkin erilaisia, kuten muissakin ihmisryhmissä.

2.1 Kotoutuminen ja sosiaaliset verkostot

Kotoutumista määrittää Suomessa kotoutumislaki, ja siksi kotoutumisen voi nähdä myös hallinnolliseksi käsitteeksi (Hiitola ym., 2018, s. 14). Kotoutumislain tavoitteena on edistää tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä myönteistä vuorovaikutusta eri väestöryhmien välillä. Inhimillisemmästä, kokemuksellisesta ja psyykkisestä näkökulmasta katsoen kotoutuminen uuteen maahan on voimavarojakin vaativa prosessi, joka on täynnä uusiin asioihin, toimintatapoihin ja käytäntöihin tutustumista, vanhasta pois opettelua ja kahden kulttuurin välillä tasapainottelua (Schubert, 2013, s. 64). Tässä opinnäytetyössä käsittelem kotoutumiseen liittyviä teemoja pikemminkin psyykkisestä kuin lain tai palvelutarjonnan näkökulmasta.

Onnistuneeseen kotoutumiseen vaikuttaa muun muassa kohdemaan asenneilmasto: se, miten maahanmuuttajat otetaan vastaan ja miten heihin suhtaudutaan (Martikainen & Tiilikainen, 2007, s. 25). Ystävyyssuhteiden solmimisella jo alkuvaiheessa on positiivinen vaikutus. (Schubert, 2013, s. 65) Sosiaaliset verkostot ovat tärkeitä kotoutumisen onnistumiselle. On melko tavallista tuntea yksinäisyyttä etenkin alussa, juuri maahan muuttaneena, kun sosiaalisia verkostoja ei vielä ole.

2.2 Kasvatus, perhe ja vanhemmuus kahden kulttuurin keskellä

Lasten kasvatus ja vanhemmuus kahden kulttuurin välillä voi olla tasapainoilua. Tavot toteuttaa vanhemmuutta vaihtelevat eri kulttuurien välillä, mikä voi näkyä jo siinä tavassa, miten lasten saamiseen suhtaudutaan, puhumattakaan raskaudesta, synnytyksestä, vauvojen hoivasta tai isompien lasten kasvatuksesta. Kulttuuriset erot voivat olla tietoisia valintoja ja suunnitelmallista opettamista, mutta myös sisäänrakennettuja ja tiedostamattomia oletuksia, arvoja ja tapoja. Eri kulttuureissa vallitsevat tavot toteuttaa vanhemmuutta perustuvat useimmiten ns. kulttuurisen vanhemmuuden logiikalle, jonka perusajatuksena on sosiaalista lapsi osaksi yhteisöä ja antaa hänelle valmiuksia pärjätä kyseisessä yhteiskunnassa. Kyse on vanhemmuuden käytänteiden mukautumisesta ympäristöön tarkoituksenmukaisella tavalla. (Kuittinen & Isosävi, 2013, ss. 79–81)

Vanhemmuus vieraassa maassa ja kulttuurissa voi herättää miettimään uudelleen suhdettaan lähtömaahan ja uuteen kotimaahan, ja väistämättä pakottaa valitsemaan, mitä haluaa lapselleen opettaa ja miten tuoda omaa kulttuuriperintöään lapsen elämään (Kuittinen & Isosävi, s. 85). Tähdätäkö tarjoamaan lapselle valmiuksia pärjätä kohdemaan vai lähtömaan kulttuurisessa ympäristössä? Onko mahdollista kasvattaa samanaikaisesti kahteen eri kulttuuriin? Kulttuurisen vanhemmuuden logiikka ei enää päde samassa mittakaavassa.

Omat haasteensa vanhemmuuteen tuo se, jos vanhemmat tai toinen vanhemmista ei puhu maan kieltä, tunne yhteiskuntaa tai jos heillä ei ole maassa tukea ja sosiaalisia verkostoja (Alitolppa-Niitamo & Leinonen, 2013, s. 100). Vanhemmuuden mukana perheen elämään tulee uusia tuki- ja palvelujärjestelmiä, neuvolan, varhaiskasvatuksen, koulun ja lapsiperheiden palveluiden muodossa. Tämä voi tarkoittaa sopeutumista uudenlaiseen palveluviidakkoon ja byrokraatiaan. Kulttuuriset erot voivat tulla hyvin näkyviksi suhteessa henkilökuntaan. Pelkästään palveluiden löytäminen voi olla hankalaa, jos ei ollenkaan tunne palvelujärjestelmää ennestään. (Kuittinen & Isosävi, 2013, s. 85)

3 Yksinäisyys ja yksinäisyyden kokemus

Yksinäisyyttä on tutkittu viime vuosina paljon, ja sen vähentäminen on keskeistä työelämähteyteni HelsinkiMission toiminnassa. Tässä tutkimuksessa yksinäisyyttä käsitellään pääasiassa vanhemmuuden ja maahanmuuttajien näkökulmista. Yksinäisyyden tarkastelu laajemmin on kuitenkin tutkimukseni kannalta tarpeellista, sillä se auttaa syventämään ymmärrystä yksinäisyydestä ilmiönä sekä tarkastelemaan sitä moniulotteisesti.

Yksinäisyyden syiden ja seurausten ymmärtäminen on tärkeää myös sen ehkäisemisessä ja vähentämisessä, mitä HelsinkiMissio tavoittelee. Tässä luvussa käsittelen opinnäytetyön toista keskeistä teemaa, yksinäisyyttä. Ensin avaan yksinäisyyden käsitettä laajempaan ilmiönä, minkä jälkeen käsittelen sitä vanhemmuuden ja maahanmuuttajuuden näkökulmista.

Yksinäisyys on laajatahoinen käsite. Yksinäisyyttä tutkinut Niina Juntila (2015, s. 13) määrittelee yksinäisyyden ”negatiiviseksi psyykkiseksi olotilaksi, jossa ihminen kokee

ahdistusta määrällisesti tai laadullisesti puutteellisista ihmissuhteista”. Yksinäisyyden voi jakaa sosiaaliseen yksinäisyyteen ja emotionaaliseen yksinäisyyteen. Sosiaalinen yksinäisyys viittaa siihen, etteivät sosiaaliset verkostot vastaa omia toiveita. Emotionaalisella yksinäisyydellä taas viitataan enemmän sosiaalisten suhteiden laatuun ja luotettavien, läheisten ihmissuhteiden puutteeseen. (Junttila, 2018, s. 16)

Yksinäisyydestä puhuttaessa ensimmäinen mielikuva ei ehkä ole isä tai äiti, jonka ympärillä kuitenkin on vähintään se perhe. Yksinäisyydellä on erilaisia muotoja, ja yksinäisyys voi olla myös ohimenevä olotila, elämänvaihe tai tunne. On tärkeää tehdä ero yksin olemisen ja yksinäisyyden välille, sillä nämä eivät tarkoita samoja asioita, vaikka eivät toisaalta myöskään sulje toisiaan pois. Yksinäisyyttä kokeva ihminen voi välillä kaivata aikaa yksin ja viihtyä itsekseen. Samoin muiden ihmisten ympäröimänä on mahdollista kokea yksinäisyyttä. Yksin oleminen puolestaan voi olla myös kaivattu ja voimaa antava olotila. Yksin olemisen voi määritellä fyysiseksi olotilaksi, kun taas yksinäisyys on psyykkistä. Molempia on mahdollista kokea myös samaan aikaan. Yksinäisyyden, yksinolemisen ja ihmissuhteissa koetun tyytyväisyyden yhteydet eivät ole suoraviivaisia tai selvärajaisia, vaan variaatiota erilaisten tilanteiden ja yhdistelmien välillä on olemassa. (Junttila, 2015, ss. 19, 39; Junttila, 2018, ss. 40–43) Tärkeää mielestäni onkin havainto, että yksinäisyys ilmiönä on ennen kaikkea kokemuksellinen, eikä ole tarkkoja määreitä, kuinka paljon ja minkä laatuista ihmissuhteita ihmisellä pitää olla, jotta hän ei kokisi oloaan yksinäiseksi.

3.1 Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja periytyvyys

Sille, miksi joku jää yksin tai kokee yksinäisyyttä, ei ole yksinkertaista selittävää tekijää. Taustalla on monien asioiden summa, joihin vaikuttaa myös itsestä riippumattomat tekijät. On kuitenkin huomattu, että mitä pidempään yksinäisyys jatkuu, sitä vaikeampi siitä on päästä irti (Junttila, 2018, s. 105). Jatkuva yksinäisyys voi vaikuttaa siihen, että ihminen itse alkaa tietoisesti jättäytyä pois sosiaalisista tilaisuuksista ja kanssakäymisestä, ja valitsee mieluummin oman kodin ja eristäytymisen. Muita koettuja vaikutuksia voi olla sosiaalisten tilanteiden pelko, tulevaisuuden pelko, aloitekyvyttömyys ja masennus. Yksinäisyyden negatiiviset hyvinvointivaikutukset ovat kohtalaisen yleisiä. Psyykkisen hyvinvoinnin lisäksi yksinäisyyden on koettu vaikuttavan myös taloudelliseen tilanteeseen ja fyysiseen

terveyteen, etenkin jatkuessaan pitkäaikaisesti. Yksinäisyys nostaa riskiä sairastua masennukseen ja ahdistuneisuushäiriöön. (Junttila, 2018, ss. 30–31, 80)

Useimmiten yksinäisyyttä ehkäisevät sosiaaliset verkostot muotoutuvat perheen, suvun, ystävien ja naapureiden ja tuttavien arkisista verkostoista sekä vertaistuen verkostoista. Perhe, suku, ystävät ja naapurit voidaan laskea kuuluvan läheisverkostoihin. Vertaisverkostoilla taas tarkoitetaan niitä sosiaalisia suhteita tai verkostoja, jotka muotoutuvat samankaltaisen elämäntilanteen ja kokemusten kautta. (Harju-Tolppa, 2004, ss. 17–18)

On jonkin verran näyttöä siitä, että äitien ja isien kokema yksinäisyys vaikuttaa negatiivisesti lapsen sosiaalisiin kykyihin, oppimismotivaatioon, akateemisiin taitoihin sekä yksinäisyyteen kouluikäisenä. Perheen sosiaalinen eristäytyminen lisää lapsen riskiä krooniseksi muuttuneeseen yksinäisyyteen, osittain siitä syystä, että lapsella on taipumusta omaksua vanhempiensa käyttäytymismalleja. Vanhempien kokeman yksinäisyyden on todettu vaikuttavan jossain määrin myös lapsen kouluikäisenä kokemaan yksinäisyyteen (Junttila ym. 2013, s. 99). Niina Junttilan (2015, s. 27) mukaan yksinäisyys voikin periytyä vanhemmilta lapsille, erityisesti silloin, kun perheessä on myös huono-osaisuutta tai mielenterveysongelmia. Vanhempien stressi ja taloudelliset vaikeudet vaikuttavat lapseen. Maahanmuuttajilla on korkeampi riski kokea yksinäisyyttä, stressiä ja taloushuolia etenkin kotoutumisen alkuvaiheessa, ja siksi myös maahanmuuttajavanhempien lapsen riski näiden aiheuttamalle psyykkiselle oireilulle on korkeampi. (Schubert, 2013, s. 69) Vanhempien yksinäisyyden ehkäiseminen ja siihen puuttuminen on tärkeää myös lapsen hyvinvoinnin kannalta.

3.2 Yksinäisyys ja vanhemmuus

Vanhemmaksi tuleminen on mullistavaa, tunnerikasta ja herkkää aikaa, ja sitä voikin kutsua yhdeksi aikuiselämän merkittävimmistä muutoksista (Junttila ym. 2013, s. 99). Etenkin tuleva äiti kokee muutoksia jo raskauden aikana, monesti myös emotionaalisella tasolla. Raskausaika voi synnyttää positiivisten tunteiden lisäksi myös ristiriitaisia tunteita raskautta

kohtaan, ahdistusta, tulevaisuuden pelkoa ja yksinäisyyden kokemuksia. (Rokach, 2007, ss. 231–232)

Tuoreen vanhemman elämä usein muuttuu konkreettisesti ja keskittyy aikaisempaa enemmän kotiin, perheeseen ja lapseen. Lapsen kanssa kotiin jäävä vanhempi jää työpaikan sosiaalisten piirien ulkopuolelle ja saattaa kokea eristäytymistä myös ystävistä elämän muuttuessa. Sosiaaliset kontaktit väistämättä vähenevät jonkin verran ainakin joksikin aikaa. Tämä tapahtuu usein vaiheessa, jossa äidillä ei ole energiaa tai aikaa lähteä aktiivisesti etsimään aikuista keskusteluseuraa tai ystäviä. (Rokach, 2007, ss. 232–235) Vanhemman ollessa väsynyt ja työn tai opiskelun muodostamien luonnollisten sosiaalisten kontaktien puuttuessa, uusien sosiaalisten verkostojen luominen voi olla vaikeaa (Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 84). Vanhempien kokema yksinäisyys tuntuukin usein liittyvän etenkin vauvavuoteen ja lapsen kanssa kotiin jäämiseen.

Toisaalta vanhemmuus on usein emotionaalisesti palkitsevaa, mikä taas suojelee yksinäisyyden kokemukselta. Lisäksi vanhemmuus saattaa kasvattaa sosiaalista verkostoa. Yksinäisyyden kokemus ja sosiaaliset pelkotilat voivat kuitenkin kumuloitua niillä vanhemmilla, jotka ovat jo ennen vanhemmuutta tunteneet itsensä yksinäisiksi. Vanhemmuuden näkökulmasta tämä voi aiheuttaa ongelmien kasaantumista, yksinäisyyden pahenemista sekä ongelmia vanhempi-lapsi-suhteessa. (Junttila ym., 2013, s. 102–103) Etenkin pienten lasten vanhempien kokemuksiin yksinäisyydestä ja ihmissuhteiden muutoksista liittyy siis ristiriitaisuutta ja vaihtelevuutta.

Vanhemmuuteen liittyvän yksinäisyyden kokemiseen saattaa vaikuttaa myös ennako-odotukset vanhemmuudesta. Jos vanhempi odottaa, että lapsen myötä hän saa sosiaalista tukea ja myös muut ihmiset osallistuvat lapsen kasvatukseen, hän saattaa kokea yksin jäämisen myötä voimakkaampaa yksinäisyyttä. (Rokach, 2007, s. 233) Myös Rotkirchin ja Saloheimon (2008) tekemän tutkimuksen vastauksissa ilmeni kotiäitien kokemus yksinäisyydestä nimenomaan yksin vastuussa olemisena ja yksin jäämisenä kasvattajana. Anna Rotkirchin ja Anja Saloheimon (2008, s. 84) mukaan äitien ihanteellinen sosiaalinen tuki sisältäisikin läheisten, ammattitahojen ja yhteiskunnan tarjoaman tuen jatkumon sosiaalisten verkostojen muodossa. Tämä ihanneympäristö mahdollistaisi äidin ja lapsen

riittävän hyvän sosiaalisen elämän, mielekkään tekemisen, vertaissuhteita ja tarpeeksi tukea arkeen.

3.3 Maahanmuuttajien yksinäisyys

Yksinäisyys koskettaa maahanmuuttajia samalla tavalla kuin mitä tahansa muutakin väestöryhmää, mutta yksinäisyyden kokemiseen vieraassa maassa liittyy omia erityispiirteitään. Toisaalta maahanmuuttajien yksinäisyyteen liittyy virheellisiä ennakkoletuksia, ja heidät saatetaan herkästi nähdä lähtökohtaisesti yksinäisinä, vailla ihmissuhteita tai tukea (Kopylova, 2011, s. 122). Maahanmuuttajilla kuitenkin esiintyy jonkin verran kohonnutta riskiä yksinäisyyden kokemiseen, sillä muuttaessaan toiseen maahan he väistämättä irtaantuvat aiemmista ihmissuhteistaan ja niiden tuomasta sosiaalisesta tuesta (Lee ym., 2020, s. 99; Schubert, 2013, s. 69). Tilastokeskuksen julkaiseman artikkelin mukaan maahanmuuttajat ja etniset ryhmät kokevat valtaväestöä enemmän yksinäisyyttä (Hanifi, 2015). Maahanmuutto elämänmuutoksena voi siis altistaa ihmisen yksinäisyyden kokemukselle. Sosiaalisten suhteiden fyysisen katkeamisen lisäksi maahanmuutto vaikuttaa laajemminkin elämän olosuhteisiin, kulttuuriseen ja yhteiskunnalliseen ympäristöön ja myös elämäntapaan, ja tämä näkyy muun muassa yksinäisyyden kokemuksessa. (Kopylova, 2011, s. 122) Myös kohdemaan mahdollinen maahanmuuttajia syrjivä tai jopa rasistinen asenneilmapiiri voi vaikuttaa negatiivisesti maahanmuuttajan yksinäisyyden kokemukseen ja voi edesauttaa sosiaalista eristäytymistä (Lee ym., 2020, s. 99).

Maahanmuuttajan kokeman yksinäisyyden laatu ja muoto muuttuvat muuttuvat maassa asutun ajan ja sopeutumisen myötä. Maahanmuuttoprosessin aikana kohdattu yksinäisyys noudattaakin monesti samantyyppistä kaavaa. Tyypillistä maahanmuuttaneen kokemalle yksinäisyydelle on etenkin alkuvaiheeseen sijoittuva kuulumattomuuden tunne, joka saattaa muotoutua ensimmäisten kuukausien aikana yksinäisyydeksi. Toinen tyypillinen maahanmuuttajien kokemaan yksinäisyyteen liittyvä erityispiirre on kielitaidottomuuden aiheuttama yksinäisyyden tunne, joka liittyy ymmärretyksi tulemiseen ja itsensä ilmaisemiseen (Kopylova, 2011, ss. 122–123)

Maahanmuuttajataustaisten vanhempien yksinäisyys voi olla hyvin konkreettista, kun apua arkeen tai lastenhoitoon ei välttämättä ole. Tämä ei tietenkään tarkoita, etteikö kantaväestöön kuuluva vanhempikin voisi tuntea samaa yksinäisyyttä tai lastenhoidon avun puutetta. Muuton myötä fyysisen ja maantieteellisen yhteyden katkeaminen omaan sukuun, perheeseen ja ystäviin kuitenkin voi hyvin todennäköisesti konkretisoida yksinäisyyden kokemuksen lisäksi nimenomaan lastenhoitoavun puutteena (Alitolppa-Niitamo & Leinonen, 2013, s. 100). Osa maahanmuuttajaaideista on myös erityisessä vaarassa jäädä vaille kodin ulkopuolisia sosiaalisia suhteita, jos kotiäitinä oleminen on tarkoittanut työelämän ulkopuolelle jäämistä ja kielitaidottomuutta. (Kopylova, 2011, s. 126).

4 Tutkimusasetelma

Tässä opinnäytetyössä tehty tutkimus oli laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa mielenkiinto kohdistuu tutkittavan asian laatuun ja merkityksiin. Lähtökohtana on todellisen elämän ja sen myötä myös todellisuuden moninaisuuden kuvaaminen. (Hirsjärvi ym., 2007, ss. 156–157) Laadullinen tutkimus pyrkii todellisuuden tulkintaan ja toimijoiden näkökulmien ymmärtämiseen. Se perustuu induktiiviseen prosessiin, eli päättelyn eteneminen tapahtuu yksityisestä yleiseen. Laadullinen tutkimus soveltuukin parhaiten käyttäytymisen merkityksen, kontekstin ja kokemusten tutkimiseen. (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 22–23)

Opinnäytetyöni tilaajana toimi HelsinkiMissio, joka on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton sosiaalialan järjestö. HelsinkiMissio toimii yksinäisyyden vähentämisen parissa, täydentäen julkisen ja yksityisen puolen palveluverkostoa pääkaupunkiseudulla. HelsinkiMissio pyrkii yksinäisyyden vähentämiseen tarjoamalla mahdollisuuksia osallistua toimintaan niin auttajan kuin apua saavankin roolissa. Kohderyhmänä on nuoret, lapsiperheet ja seniorit. (HelsinkiMissio, n.d.)

Sosiaalipalvelujen järjestäminen on lähtökohtaisesti kuntien eli julkisen sektorin vastuulla, vaikka monet kuntien järjestämät palvelut ovat lähteneet liikkeelle järjestötoiminnan kautta. Järjestöt ovat tuottaneet erilaisia sosiaalipalveluita, sosiaalisen tuen ja edunvalvonnan ohella. Yksityiset tuottajat ja järjestöt ovat nykyisin osa suomalaista sosiaalipalvelujen

palvelukenttää (Rissanen & Lammintakanen, 2011, s. 29; Hiitola ym., 2018, s. 12). Erityisesti maahanmuuttajille suunnattuja palveluita tarjotaan erityisesti kolmannella sektorilla, jolla on vahva asema kotouttamistyössä (Hiitola ym., 2018, s. 15) HelsinkiMission ja Lastensuojelun Keskusliiton vuonna 2014 toteuttaman kyselyn mukaan Suomessa on kysyntää vapaaehtoistoiminnan tuottamalle tuelle ja avulle, erityisesti erilaisissa henkisen tuen ja keskustelutuen tarpeissa. Järjestöjen ja vapaaehtoisavun voimin pystytään tuottamaan palveluja, joihin julkisella puolella ei ehkä suoraan ole resursseja. Järjestöjen ja kuntien yhteistyöllä on myös mahdollista saada aikaan vaikuttavaa toimintaa. (Grönlund, 2015, s. 44) Sosiaalipalvelujen käsitettä tarkasteltaessa esimerkiksi Rissanen ja Lammintakanen (2011, s. 25) rajaavat vapaaehtoistyön ulos sosiaalihuollon palvelujärjestelmästä, mutta sisällyttävät yleisesti ottaen järjestöjen antamat palvelut määritelmän sisälle.

4.1 Albertin Olohuone – Albert’s Living Room

Opinnäytetyön toteutusympäristönä toimi HelsinkiMission ylläpitämä Albertin Olohuone - Albert’s Living Room. Jatkossa viitataan toimintaympäristöön Albertin Olohuoneena jättäen englanninkielisen nimen pois. Albertin Olohuone on lapsiperheiden ja senioreiden yhteisöllinen, ylisukupolvinen kohtaamispaikka Kampissa Helsingissä. Albertin Olohuoneella työskentelee henkilökunnan lisäksi myös vapaaehtoisia senioreita. HelsinkiMission toimintamalliin kuuluukin vapaaehtoistuki, jonka kautta vapaaehtoiset voivat toimia esimerkiksi perhementoreina, tukihenkilöinä tai, kuten yllä ilmeni, Albertin Olohuoneen vapaaehtoisina työntekijöinä. (HelsinkiMissio, n.d) Albertin Olohuone toimii pääasiassa yhteisenä, avoimena kohtaamispaikkana, mutta sen toiminta sisältää myös ohjattua toimintaa ja tapahtuma. Tiloissa on imetyshuone, vaipanvaihtopiste ja keittiönurkkaus ruokapöytineen ja ruokailuvälineineen. Lisäksi tarjolla on ilmainen kahvi- ja teetarjoilu.

Albertin Olohuone toimii ikään kuin lapsiperheiden ja senioreiden kaupunkiolohuoneena, jonne voi tulla matalalla kynnyksellä tapaamaan muita vanhempia, lapsiperheitä ja vapaaehtoisia. Yksi toiminnoista on kansainvälisille kävijöille suunnattu, avoin International Monday. (HelsinkiMissio, n.d.) Kävijät ovat useimmiten lapsen kanssa kotona olevia vanhempia, isovanhempia, senioreita ja lastenhoitajia. Tämän tutkimuksen kohteena on

Albertin Olohuoneella käyvät maahanmuuttajavanhemmat, joista Albertin Olohuone käyttää heistä ilmaisia kansainväliset kävijät.

4.2 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tavoitteena on tuottaa tietoa maahanmuuttajataustaisten vanhempien kokemuksista Albertin Olohuoneen toiminnasta sekä heidän mahdollisesti kokemastaan yksinäisyydestä. Tavoitteena oli löytää sellaista tietoa, joka on hyödynnettävissä HelsinkiMission ja Albertin Olohuoneen toiminnan suunnittelussa. Tieto maahanmuuttajataustaisten asiakkaiden omista toiveista ja näkemyksistä mahdollistaa paremmin asiakasryhmän tarpeisiin vastaamisen. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena ei kuitenkaan ollut suoraan kehittää HelsinkiMission tai Albertin Olohuoneen toimintaa, vaan tuottaa tietoa toiminnan kehittämisen tueksi.

Tutkimuskysymykset ovat: 1. Miten maahanmuuttajavanhemmat kokevat Albertin Olohuoneen tarjoaman toiminnan? 2. Millä tavalla maahanmuuttajavanhemmat ovat kokeneet yksinäisyyttä? 3. Onko osallistuminen Albertin Olohuoneen toimintaan muuttanut yksinäisyyden kokemusta? Tutkimuksen pääpaino oli toisella ja kolmannella tutkimuskysymyksellä, kun taas ensimmäinen tutkimuskysymys toimi tilannetta kartoittavana ja taustoittavana. Ensimmäinen tutkimuskysymys pyrki myös vastaamaan tilaajan tarpeisiin.

4.3 Aikaisemmat tutkimukset aiheesta

Opinnäytetyöni keskeisistä teemoista, kuten yksinäisyydestä ja vanhemmuudesta elämänvaiheena, löytyy melko kattavasti aikaisempaa ja ajankohtaista tutkimus- ja lähdekirjallisuusmateriaalia. Yksinäisyyttä koskeva tutkimus painottuu elämänvaiheissa lapsuuteen ja nuoruuteen, keski-ikään ja vanhuuteen (Junttila ym., 2013, s. 99).

Vanhemmuuteen liittyvää yksinäisyyttä on kuitenkin tutkittu jonkin verran.

Suomessa vanhempien kokemaa yksinäisyyttä on tutkinut muun muassa Niina Junttila (2015) työryhmänsä kanssa osana laajempaa STEPS-tutkimusta. Lisäksi Niina Junttila on tutkinut

laajemminkin yksinäisyyttä ilmiönä. Anna Rotkirch ja Anja Saloheimo (2008) ovat myös tutkineet äitien kokemuksia yksinäisyydestä ja esittäneet ajatuksen äitien ihanteellisesta sosiaalisesta ympäristöstä, johon vertaan tutkimukseni tuloksia myöhemmin.

Kansainvälisistä tutkijoista Ami Rokach (2007) on tutkinut äitien ja raskaana olevien naisten itse kokemaa yksinäisyyttä. Näihin tutkimuksiin viittasinkin jo luvussa 3 Yksinäisyys ja yksinäisyyden kokemus.

Yksinäisyyden teemaa äitien kokemana on tutkittu useissa AMK-opinnäytetyössä ja pro gradu -tutkielmissa. Esittelen tässä muutamia, jotka kulkevat lähellä oman tutkimukseni aihepiiriä ja tavoitteita. Terhi Viljanen on tutkinut vuonna 2010 pro gradu -tutkielmassaan sosiaalisen tuen tarvetta äitiyden ensimmäisen vuoden aikana. ”Eniten mä pelkään että mä jään yksin” -niminen tutkimus on valmistunut Tampereen yliopistolla. Työssä on tutkittu äitien kokemuksia vanhemmuuden mukanaan tuomasta elämänmuutoksesta ja sosiaalisen tuen tarpeesta. Tutkimuksen perusteella äidit kokivat tarvetta tiedolliselle, emotionaaliselle, sosiaaliselle ja konkreettiselle, käytännön tason tuelle. Viljanen nostaa esille myös äitien kokemaa yksinäisyyttä, jonka yhdeksi syyksi ilmeni keskusteluseuran ja automaattisten sosiaalisten kontaktien puuttuminen. (Viljanen, 2010, s. 65–66)

Elina Kerälä ja Hanna Illikainen Lapin yliopistolta ovat pro gradu -tutkielmassaan (2019) tutkineet maahanmuuttajaäitien kokemuksia osallisuudesta pienellä paikkakunnalla. Tutkimustulosten perusteella sosiaaliset suhteet ovat olleet keskeisiä osallisuuden kokemuksen syntymisessä. Useimmilla tutkimukseen osallistuneilla äideillä keskeiset sosiaaliset verkostot muodostuivat toisista maahanmuuttajista, ja monilla sosiaaliseen verkostoon ei kuulunut ollenkaan suomalaisia. Kuitenkin useat äideistä kertoivat toivovansa suomalaisia ystäviä, joiden kanssa harjoitella kielitaitoa. Myös tässä tutkimuksessa kielitaito todettiin tärkeäksi tekijäksi paikalliseen väestöön tutustumisessa. Suomalaisiin tutustumista on koettu vaikeuttavan suomalaisten kiireisyys ja verrattainen verrattainen epäsosiaalisuus sekä kulttuuriset erot etenkin sosiaalisuudessa ja yhteisöllisyydessä. (Kerälä & Illikainen, 2012, ss. 33, 35–38) Koettuun yksinäisyyteen ja paikallisten ystävien määrään vaikutti myös Suomessa vietetty aika ja kotoutumisen vaihe. Tutkimuksessa todettiin, että äitiys saattaa vaikuttaa kotoutumiseen sekä hidastavasti että nopeuttavasti. Toisaalta lasten kanssa kotiin jääminen saattaa hidastaa kotoutumista ja osallistumista yhteiskuntaan, ja toisaalta perhe

saattaa korvata sosiaalisten suhteiden puutetta ja näin lisätä äidin yhteisöön kuulumisen kokemusta. (Kerälä & Illiikainen, 2012, ss. 39, 59)

Hanna Erkintalo on sosiaalityön pro gradu -tutkielmassaan (2012) Tampereen yliopistolla tutkinut Suomeen muuttaneiden äitien kokemuksia maahanmuutosta, äitiydestä ja tuesta. Tutkielma käsitteli myös sosiaalisten verkostojen, yksinäisyyden ja ystäväystymisen teemoja, ja tarkastelenkin tässä kyseistä tutkimusta näiden teemojen valossa. Tutkielman perusteella huono kielitaito vaikuttaa työnsaannin ja asioimisen vaikeuksien lisäksi sosiaalisten suhteiden luomiseen. Esimerkiksi keskustelua suomalaisten äitien kanssa on syntynyt myös englanniksi, mutta lähestyminen ja keskusteluihin mukaan pääseminen olisi helpompaa suomen kielellä. Erkintalon (2012) mukaan kielitaidolla onkin suuri merkitys kotoutumiselle, sosiaalisten kontaktien luomiselle ja yhteiskunnassa toimimiselle. Kielitaidon lisäksi toinen elämää hankaloittava tekijä on ollut sosiaalisten suhteiden ja sukulaisista muodostuvan tukiverkoston puute. Tuen puute on vaikuttanut arjen sujumiseen ja käytännön asioihin, esimerkiksi lasten hoitoavun saamiseen. Lisäksi lähiverkostojen puute vaikutti myös omaan äitiyteen ja siihen liittyvään epävarmuuteen, psyykkiseen hyvinvointiin ja parisuhteen hyvinvointiin. Kuitenkin uudessa maassa luodut sosiaaliset suhteet esimerkiksi toisiin maahanmuuttajiin ovat olleet merkityksellisiä omalle jaksamiselle. (Erkintalo, 2012, ss. 53, 56–57, 70–71)

4.4 Aineistonhankinta

Laadullisessa tutkimusotteessa tavoitteena on selvittää tutkittavien ilmiöille ja tapahtumille itse antamia merkityksiä ja saada heidän oma äänensä kuuluville (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 28). Opinnäytetyöprosessin aikana pohdin useaan otteeseen soveltuvinta tapaa aineistonkeruulle. Tavoitteenani oli saada laadullisesti kattavaa tietoa tutkittavasta aiheesta, mutta myös tehdä tutkimukseen osallistuminen pienten lasten vanhemmille mahdollisimman helpoksi. Haastattelun lisäksi harkitsin aineistonkeruun toteutustavaksi myös kirjoitelmaa tai kyselylomaketta, jotka voisi tehdä oman aikataulun mukaisesti ilman sitoutumista haastattelutilanteeseen. Päädyin kuitenkin haastatteluun, sillä se soveltuu hyvin emotionaalisten ja intiimien aiheiden tutkimiseen sekä tutkimusaiheisiin, jotka todennäköisesti synnyttävät monitahoisia vastauksia (Hirsjärvi & Hurme, 2010, ss. 35–36).

Kyselylomakkeen haittapuolena haastatteluun verrattuna olisi ollut myös vastausvaihtoehtojen suppeus. Niillä ei aina saa tavoitettua vastaajan todellista ajattelumaailmaa. (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 37) Haastattelussa on vuorovaikutuksellisuutta, mitä ei ole mahdollista saavuttaa kyselylomakkeen tai kirjoitelman kautta. Toisaalta tässä on myös riskinsä, sillä aineistonkeruu haastattelulla vaatii haastattelijalta myös taitoa (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 35). Haastattelussa on mahdollista esittää tarkentavia kysymyksiä, puolin ja toisin. Pidin tätä vahvana etuna, sillä haastattelut toteutettiin englanniksi tai suomeksi.

Maahanmuuttajia haastatellessa on tärkeää tiedostaa kulttuurierojen merkitys haastattelujen onnistumisen kannalta. Eri kulttuureista lähtöisin olevat haastateltava ja haastattelija ovat kasvaneet erilaisissa ympäristöissä, mikä on vaikuttanut heidän kokemusmaailmaansa ja tulkintaansa ympäröivästä todellisuudesta. Toisinaan kulttuurierot voivat olla niin suuret, että haastattelijan ja haastateltavan on vaikea ymmärtää toisiaan. Ratkaisuksi tähän on esitetty haastateltavan kulttuurin perehtymistä mahdollisimman hyvin. (Rastas 2005, ss. 80, 84) Kuitenkin, kuten myös Rastas (2005, ss. 85–86) toteaa, haastateltavan kulttuuriin syvästi perehtyminen ei aina ole tarkoituksenmukaista tai mahdollistakaan, jos tutkimuksen otos sisältää esimerkiksi useita eri kansalaisuuksia, kuten minunkin tutkimuksessani. Tutkimukseni informantit tulivat eri lähtömaista ja erilaisista kulttuurisista taustoista. Tällöin tutkijan on erityisen tärkeää tiedostaa näiden kulttuurierojen olemassaolo ja ottaa huomioon oma perehtymättömyytensä kulttuuritaustoihin liittyen, erityisesti tulkintojen tekemisessä (Rastas, 2005, s. 86). Haastatteluja tehdessäni pyrin tiedostamaan, että haastatteluissa oli olemassa kulttuuristen väärinymmärrysten lisäksi mahdollisuus myös kielellisille väärinymmärryksille. Kielellä, sanavalinnoilla ja niiden monitahoisilla merkityksillä on haastattelussa keskeinen asema (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 49). Tämän huomioon ottaminen on myös haasteellista, kun haastattelu suoritetaan haastattelijalle tai haastateltavalle vieraalla kielellä. Haastatteluissani pyrinkin kiinnittämään huomiota selkeään ilmaisuun ja mahdollisuuteen tarkentamiselle.

4.4.1 Teemahaastattelu

Toteutin tutkimuksen haastattelut puolistrukturoituna teemahaastatteluina.

Tutkimuskysymykseen pyrittiin löytämään vastaus keräämällä aineistoa

maahanmuuttajavanhempien omista kokemuksista ja näkemyksistä. Teemahaastattelu sopii käytettäväksi silloin, kun halutaan tutkia vastaajajoukon kokemuksia, ajatuksia ja tunteita.

Haastattelun eteneminen keskeisten teemojen kautta antaa tilaa haastateltavien omalle äänelle (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 48). Teemahaastattelulle ominaista on, että haastattelun aihealueet (teemat) ovat tiedossa, mutta tarkkoja kysymyksiä ei ole valmiina, vaan niiden muoto ja järjestys voivat vaihdella (Hirsjärvi ym., 2007, s. 203). Teemahaastattelun runko syntyi tutkimuskysymysten ohjaamien pääteemojen ympärille (liite 1). Runko eteni kevyemmästä aiheesta henkilökohtaisempaan, ja ohjasi haastattelujen kulkua.

4.4.2 Haastatteluprosessi

Haastateltavia tavoiteltiin saatekirjeellä (liite 2), jossa oli tietoa tutkimuksen aiheesta ja

tarkoituksesta, luottamuksellisuudesta, aikataulusta ja osallistumisohjeista. Saatekirje

toteutettiin englanniksi ja suomeksi, ja se julkaistiin Albertin Olohuoneen sosiaalisessa mediassa. Lisäksi saatekirje oli nähtävillä Albertin Olohuoneen tiloissa molemmilla kielillä.

Saatekirjeessä oli esillä päivämäärät ja kellonajat, jolloin olin paikalla. Varsinaista ennakoilmoittautumista ei ollut, sillä sekä minä että Albertin Olohuoneen edustaja koimme avoimen osallistumismahdollisuuden toimivammaksi kohderyhmää ja Albertin Olohuoneen toiminnan luonnetta ajatellen. Lähtöajatuksena oli tehdä tutkimukseen osallistumisesta mahdollisimman helppoa osallistujien kannalta. Monia ratkaisuja peilattiin tästä osallistumisen helppouden ja saavutettavuuden näkökulmasta.

Alkuperäiseen suunnitelmaani kuului myös tutkimuksen markkinoiminen paikan päällä.

Tämä suunnitelma kuitenkin muuttui maaliskuussa 2020 alkaneiden, COVID19-pandemian aiheuttamien poikkeusolojen vuoksi. Aloittaessani haastatteluprosessia maaliskuun 2020

puolivälissä Albertin Olohuone suljettiin yllättäen väliaikaisesti. Ehdin olla paikan päällä

kahtena päivänä, ja valitsemani alkuperäinen toimintamalli osoittautui niiden aikana

toimivaksi. Ennakoilmoittautumisen puuttuminen sai positiivista palautetta, sillä

aikatauluihin sitoutuminen lapsen kanssa koettiin liian vaikeaksi. Kun Albertin Olohuone sulkeutui poikkeustilan myötä, ennakoilmoittautumisten puuttuminen muodostui kuitenkin haasteeksi. Tästä syystä tein sosiaalisessa mediassa julkaistavaksi uuden saatekirjeen (liite 3), jossa pyydettiin kiinnostuneita ottamaan yhteyttä minuun joko sähköpostiini tai sosiaalisessa mediassa. Tässä saatekirjeessä oli edellisestä poiketen myös viimeinen mahdollinen yhteydenottopäivä. Tätä kautta sain kolme osallistujaa lisää, joiden kanssa haastattelut tehtiin äänipuhelun ja videopuhelun kautta. Haastateltavia oli yhteensä kuusia, ja tavoitteeni vähintään viidestä osallistujasta toteutui.

Haastattelut toteutettiin maalisi- ja huhtikuun 2020 aikana. Puolet haastatteluista toteutettiin kasvotusten paikan päällä ennen Albertin Olohuoneen sulkeutumista, ja puolet toteutettiin etäyhteydellä. Etäyhteydellä toteutetuista haastatteluista yksi tapahtui puhelimen välityksellä ja kaksi tietokoneen videopuheluohjelman välityksellä.

Etäyhteystavan valintaan vaikutti ennen kaikkea haastateltavan mahdollisuudet käyttää etäyhteyksiä. Haastatteluista viisi toteutettiin englanniksi ja yksi suomeksi. Kahdessa paikan päällä tehdyissä haastatteluissa oli myös osallistujan lapsi mukana, kun taas etäyhteyksien välityksellä tehdyt haastattelut pyrittiin järjestämään lapsen tai lasten päiväuniaikaan.

Haastatteluprosessin aikana pidin itselleni kenttäpäiväkirjaa, johon kirjoitin havaintojani ja muistiinpanoja haastattelujen kulusta, järjestelyihin liittyvistä asioista sekä muutosvaiheesta. Kenttäpäiväkirjasta oli suurta hyötyä muuttuvan prosessin keskellä omien ajatusteni jäsentämisen ja erilaisiksi muuttuneiden haastattelumetodien aiheuttamien mahdollisten eroavaisuuksien arvioimisen kanssa. Poikkeusoloista johtuen työskentelyni oli myös rikkonaisempaa kuin se olisi tavallisissa olosuhteissa ollut, ja tässäkin kenttäpäiväkirja toimi ikään kuin punaisena, kannattelevana lankana haastattelujen, litteroinnin ja analyysin välillä.

4.5 Aineiston analyysi teemoitellen

Ennen analyysivaihetta kerätty aineisto oli saatava analyysin mahdollistavaan muotoon. Haastattelussa tämä tarkoitti litterointia, eli haastattelujen puhtaaksi kirjoittamista tallennetta käyttäen. Aineisto voidaan litteroida myös valikoiden, esimerkiksi teemoittain (Hirsjärvi ym., 2007, s. 217). Tämä keino on mahdollinen esimerkiksi silloin, kun aineiston

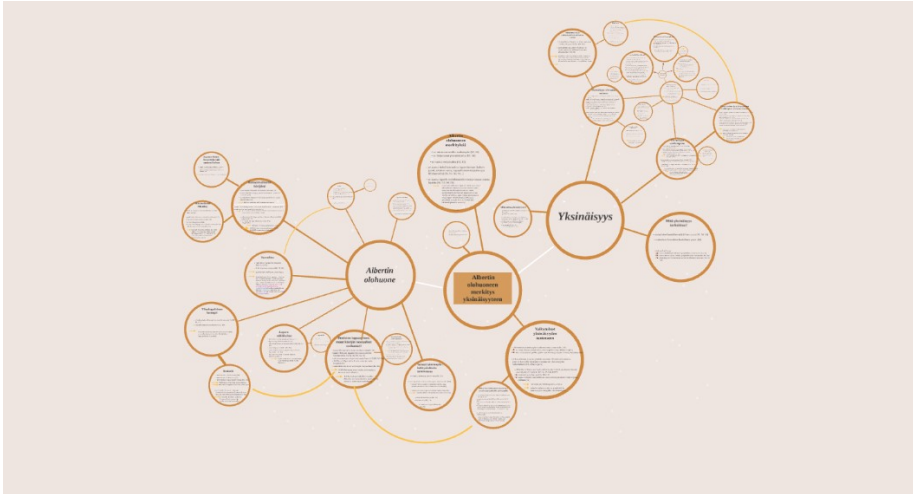
keruuseen on käytetty teemahaastattelua (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 141). Haastattelujen alussa informoin haastateltavia tallentamisesta ja pyysin siihen lupaa. Litteroinnissa tarkoitukseni oli saada haastattelu mahdollisimman tarkasti kirjoitettua puhtaaksi, mutta täysin tutkimuksen aiheeseen liittymättömät sananvaihdot jätin litteroimatta. Sen sijaan viittasin niihin kuvailevilla lauseilla. Tällaisia kohtia olivat esimerkiksi haastateltavana mukana olleen vauvan itkeminen ja siihen liittyvät sananvaihdot tai etäyhteydellä tehdyn haastattelun äänenlaatuun liittyvät keskustelut. Haastattelujen varsinaisen sisällön litteroin kokonaan, vaikka se ei olisi suoraan liittynyt tutkimuskysymyksiin. Kuitenkin tämäntyyppisestäkin sisällöstä on mahdollista löytää tutkimuksen kannalta merkityksellisiä asioita. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 60 sivua.

Aineiston analysoinnissa käytin analyysimenetelmänä teemoittelua. Teemoittelu on yleisimpiä laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmiä, ja luonteva jatke teemahaastattelulle. Teemoittelussa tutkimusaineistosta nostetaan esille keskeisiä aihealueita eli teemoja. Tämä tapahtuu etsimällä ja erottelemalla aineistosta sellaisia yhteisiä piirteitä, jotka ovat tutkimuskysymysten kannalta olennaisia. Teemat muodostuvat usein teemahaastattelun rungon pohjalle, mutta uusia teemoja voi syntyä myös aineiston perusteella. (Puusniikka & Saaranen-Kauppinen, 2006, ss. 105–106; Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 173) Opinnäytetyöni analyysi paikantui teoria- ja aineistolähtöisen analyysin välille. Koska kuitenkin tarkoituksena on saada haastateltavien oma ääni ja kokemukset esille, analyysi kallistuu enemmän aineisto-ohjaavuuden puolelle.

Teemoittelussa jokaisen teeman alle aletaan koota aineistosta kyseiseen teemaan liittyviä kohtia, esimerkiksi tekstinkäsittelyohjelman leikkaa-liimaa-toimintoa hyödyntäen (Puusniikka & Saaranen-Kauppinen, 2006, s. 106). Itse käytin Word-ohjelmaa luoden ensimmäisenä erillisille word-tiedostoille tutkimuskysymysten mukaiset otsikot, jotka toimivat kolmena pääteemana (Albertin Olohuone, Yksinäisyys sekä Albertin Olohuoneen merkitys yksinäisyydelle). Etsin litteroidusta aineistosta teemoja vastaavia sisältöjä, ja lähdin jaottelemaan tekstiä näiden kolmen pääteeman alle. Kävin aineiston useampaan kertaan läpi tällä tapaa. Tämän jälkeen aloin tarkastella näiden kolmen yläteeman alta löytyviä alateemoja, ja ryhmitellä aineistoa niiden alle. Osittain samoja aineiston kohtia saattoi

sijoittua useamman teeman alle, mikä oli helppo toteuttaa tietokoneella tekstinkäsittelyohjelman avulla copy/paste-toimintoa käyttäen.

Kuva 1. Havainnollistava kuvakaappaus Prezi-ohjelmalla tehdystä miellekartasta



Teemojen muotoutumisen ja niiden välisten suhteiden tarkastelun tueksi loin Prezi-sovelluksella miellekartan (kuva 1). Miellekartta on laaja, ja siinä navigoiminen Prezi-ohjelmassa vaatii liikkumista kuvan sisällä. Tässä raportissa kuvan tarkoitus on havainnollistaa tehtyä miellekarttaa. Miellekartta auttoi saamaan aineiston visuaalisesti hahmotettavaan muotoon ja osoittamaan yhtäläisyyksiä ja eri teemojen välisiä suhteita. Näiden teemojen ja niissä esiintyvien olennaisten asioiden pohjalta oli mahdollista alkaa muodostaa tutkimuksen tuloksia ja johtopäätöksiä.

4.6 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusta tehtäessä oli tärkeää ottaa huomioon myös tutkimuksen eettisyys, etenkin ihmisiä ja heidän kokemuksiaan tutkittaessa. Osa tutkimuseetiikkaa ja eettisesti kestävää tutkimusta on hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen. Siihen kuuluu muun muassa yleinen huolellisuus ja tarkkuus niin tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa kuin arvioinnissakin, eettisesti kestävät tiedonhankintamenetelmät ja avoimuus tuloksia julkaistaessa. Eettisesti kestävä tutkimus lähtee ihmisarvon kunnioittamisesta. (Hirsjärvi ym., 2007, ss. 23–25) Tärkeimmät ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen tekemisen eettiset

periaatteet ovat informointiin perustuva suostumus, luottamuksellisuus, seuraukset ja yksityisyys (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 20).

Haastatteluprosessissa itsessään törmää erilaisiin eettisiin kysymyksiin. Eettisen kestävyuden kannalta on esimerkiksi huomioitava, tuottaako tutkimus haastateltavalle negatiivisia seuraamuksia tai aiheuttaako haastattelutilanne itsessään stressiä tai muita tuntemuksia. Haastatteluaineiston litterointi on pyrittävä tekemään mahdollisimman hyvin vastaamaan haastateltavan ilmaisua. Analyysissa on pohdittava tutkijan tekemän tulkinnan todenmukaisuutta sekä tarkasteltava kriittisesti haastattelujen analysointimahdollisuuksia. (Hirsjärvi & Hurme, 2010, s. 20)

Kerroin osallistujille tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuuden kirjallisesti ja suullisesti. Ennen haastattelujen aloittamista annoin myös tietoa tutkimuksen aiheesta ja tarkoituksesta. Osa tutkimuksen eettisyyttä on osallistujien informoiminen tutkimuksen tarkoituksesta ja aiheesta riittävällä tavalla. Vapaaehtoisen ja informaatioon perustavan suostumuksen antaminen kypsän ja rationaalisen päätöksentekoon perustuen on lähtökohta osallistumiselle tutkimukseen informanttina. Tällä pyritään ehkäisemään osallistujiin kohdistuvan manipuloinnin ja pakottamisen mahdollisuuksia. (Hirsjärvi ym., 2001, s. 25)

Tutkimukseni luottamuksellisuus näkyi aineiston säilyttämisessä ja käsittelyssä. Tutkimukseen osallistujien anonymiteetti turvattiin, eikä aineistoa tai tunnistettavia tietoja luovutettu ulkopuolisille. Anonymiteettia pyrittiin suojelemaan myös julkaistavassa opinnäytetyössä jättämällä tunnistamista helpottavat tiedot, kuten sukupuoli, alkuperämaa ja ikä pois raportista. Tekemässäni saatekirjeessä ilmeni tutkimuksen eettisyyden kannalta olennaiset seikat, kuten haastattelujen anonymiteetti ja luottamuksellisuus. Saatekirjeessä kuvattiin myös tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet sekä julkaiseminen. Teemahaastattelun aihealueiden ja haastattelun tukena olleiden kysymysten laatimisessa otin huomioon tutkimuskysymykset ja niille olennaisen tiedon.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen luotettavuutta on vaikeampi arvioida kuin määrällisessä tutkimuksessa, jossa tutkimuksen arvioinnissa käytetään käsitteitä reliabilisuus ja validius. Nämä eivät kuitenkaan ole välttämättä suoraan sovellettavissa laadulliseen tutkimukseen. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa pääpaino on kuvauksen

ja siihen liitetyn selityksen ja tulkinnan yhteensopivuudessa. Selityksen luotettavuus näkyy siinä, miten hyvin selitys sopii kuvaukseen. Myös tutkijan tarkka kuvaus tutkimuksen toteuttamisesta parantaa tutkimuksen luotettavuutta, esimerkiksi aineiston tuottamisen olosuhteiden, kuten haastattelujen ajan, paikan, häiriötekijöiden ja tutkijan itsearvioinnin kuvaus. Analyysissa on tärkeää kuvata myös luokittelujen syntymisprosessi ja perustelut. Tulosten tulkinnassa on edelleen jatkettava tarkkuutta ja avoimuutta kuvauksessa, ja esitettävä perusteluja tehdyille johtopäätöksille ja päätelmille. Tässä auttavat esimerkiksi otteet haastatteluista. (Hirsjärvi ym., 2007, ss. 226–227). Opinnäytetyössäni olen pyrkinyt kuvaamaan tutkimusprosessia mahdollisimman todenmukaisesti ja avoimesti. Olen esittänyt myös omia huolenaiheitani tutkimuksen luotettavuudelle. Haastatteluprosessin arvioinnin ja kuvailun tukena olen käyttänyt haastattelujen aikana työstämäni kenttäpäiväkirjaa. Haastattelujen olosuhteet muuttuivat työn tekemisen aikana, mikä on ollut tärkeää mainita opinnäytetyössäni.

5 Tutkimuksen tulokset

Opinnäytetyötutkimukseni tulokset on saavutettu Albertin Olohuoneen kansainvälisten kävijöiden haastattelujen perusteella. Tutkimukseen osallistui yhteensä kuusi Albertin Olohuoneella käynyttä Suomeen muualta muuttanutta vanhempaa. Sukupuolijakauma oli viisi naista ja yksi mies. Haastateltavien nuorimmat lapset olivat 3–24 kuukautta vanhoja. Asumisaika Suomessa vaihteli puolesta vuodesta yli vuosikymmeneen. Lähtömaissa ja muuttotaustoissa oli luonnollisesti eroja ja vaihtelevuutta. Kaksi oli kotoisin Keski-Euroopasta, kaksi Itä-Euroopasta, yksi Afrikasta ja yksi Etelä-Amerikasta. Kaikilla haastateltavilla oli puoliso Suomessa, ja myös puolisoitten synnyinmaat vaihtelivat. Osa tutkimukseen osallistuneista oli muuttanut opiskelemaan Suomeen, osa taas puolisonsa takia. Kukaan vastaajista ei ollut muuttanut Suomeen oman työnsä takia, vaikka osa olikin myöhemmin työllistynyt Suomessa, eikä kukaan ollut saapunut Suomeen turvapaikanhakijana. Onpa syy maahanmuuton taustalla mikä tahansa, yhteistä on kuitenkin useimmiten kokemus uuteen maahan ja kulttuuriin muuttamisen stressaavuudesta. Haastateltavista suurin osa oli vanhempainvapaalla tutkimuksen aikaan.

Käsittelen tulokset teemoittain. Teemat ovat muodostuneet analyysissa sekä teemahaastattelun rungon että aineistosta nousseiden asioiden perusteella. Tulokset on jaettu kolmen tutkimuskysymysten ohjaaman pääteeman alle. Nämä ovat kokemukset Albertin Olohuoneesta, kokemukset yksinäisyydestä sekä Albertin olohuoneen merkitys yksinäisyyden kannalta. Olen nostanut aineistosta joitakin suoria lainauksia, jotka on valittu tutkimukselle tärkeiden teemojen ja aineistossa toistuvien aiheiden perusteella. Sitaattien tarkoitus on myös havainnollistaa tuloksia sekä tuoda haastateltavien ääntä esille. Näissä sitaateista käytän haastateltavista lyhennelmiä H1–H6.

5.1 Kokemukset Albertin Olohuoneesta

Tutkimusaineisto tarjosi sekä risteäviä että yhteneviä näkemyksiä Albertin Olohuoneesta. Yhteistä haastateltaville oli positiivinen mielikuva Albertin Olohuoneesta. Aineiston perusteella Albertin Olohuone esiintyi hyvänä paikkana tavata ihmisiä, viettää aikaa aikuisseurassa ja saada lapselle ikätasoista seuraa sekä viihtyisän ympäristön. Haastateltavat olivat kuulleet Albertin Olohuoneesta useimmiten joltain toiselta vanhemmalta tai neuvolassa. Tässä luvussa esittelen Albertin Olohuoneen toimintaan liittyviä tuloksia teemoihin jaettuna.

5.1.1 Ylisukupolvinen konsepti ja vapaaehtoistoiminta

Aineistosta kävi ilmi, että ylisukupolvinen konsepti koettiin hyvin myönteisenä asiana. Kukaan haastateltavista ei kokenut sitä negatiiviseksi. Myös vapaaehtoistyötä mainittiin positiivisena asiana sekä senioreiden että lapsiperheiden kannalta. Senioreiden ja lapsiperheiden vanhempien elämäntilanteissa nähtiin myös yhtäläisyyksiä.

I really like the idea that senior citizens can find something also to do and umm, you know because I know they can also get lonely, when they're retired - - And combining that with moms who are also kind of in the same situation.

(H2)

Aineiston perusteella mielikuvat vapaaehtoisista senioreista olivat myös pääasiassa positiivisia ja vapaaehtoisilta saatua apua, neuvontaa ja tukea arvostettiin. Useimmiten tärkein koettu tuki oli konkreettinen lapsen kanssa avustaminen esimerkiksi sisälle tullessa, lapsen hetkellinen sylissä pitäminen ja lapsen huomiointi sekä leikittäminen käynnin aikana. Myös pelkkä avun tarjoaminen koettiin merkitykselliseksi, vaikka sille ei olisikaan tarvetta. Myös keskustelut vanhemmuudesta vapaaehtoisten kanssa olivat olleet hedelmällisiä. Yksi haastateltavista kertoi myös omasta halustaan toimia mahdollisesti joskus vapaaehtoisena Albertin Olohuoneella.

The first time she (baby) was quite small and it was really nice because the, the grannies here, they helped you know, they were carrying her and you know, talking, so it felt like “okay, at least for five minutes I don’t have to carry her 24/7” so (laughs) it helped. (H2)

Aineistosta ilmeni kuitenkin joitakin vapaaehtoisten kanssa toimimiseen liittyviä esteitä. Osa koki yhteisen kielen puutteen hankaloittavan kommunikaatiota vapaaehtoisten kanssa. Pintapuolinen kommunikaatio englanniksi onnistui kyllä, mutta syvällisen suhteen luominen oli vaikeampaa sekä puutteellisen suomen että englannin kielitaidon vuoksi.

5.1.2 Sosiaaliset verkostot

Sosiaaliset kontaktit Albertin Olohuoneella koettiin tärkeiksi. Mahdollisuus tulla viettämään aikaa ihmisten seurassa, ilman ennakkosopimista tai leikkitreffit järjestämistä koettiin toimivaksi ja elämäntilanteeseen sopivaksi. Aineiston perusteella Albertin Olohuoneelta oli haettu sosiaalisia kontakteja ja vuorovaikutusta muiden aikuisten kanssa. Aikuisten seura koettiin tärkeäksi. Yksi haastateltava kaipasi pelkkää puhumista toisten aikuisten kanssa, kun päivät täyttyivät lapsen hoidosta kotona ilman aikuisseuraa. Vauvan hoito ja siihen liittyvät rutiinit tuntuivat toisen äidin mielestä mielekkäämmiltä ympäristössä, jossa oli muitakin ihmisiä.

And also I got to meet some other moms and I thought “oh that’s nice” you know. I mean you still do what you do at home but at least there are some other people. (H2)

Haastateltavista suurin osa koki tutustuneensa Albertin Olohuoneella uusiin ihmisiin. Joissain tapauksissa tutustuminen oli johtanut myös ystäväystymiseen ja yhteydenpitoon Albertin Olohuoneen ulkopuolella. Syvemmän ystävyysuhteen luominen oli kuitenkin vaikeampaa. Aineistossa näkyivät vahvasti vertaistuen ja samanikäisten lasten vanhempien tapaamisen tärkeys. Suurin osa haastateltavista haki Albertin Olohuoneelta vertaistukea ja ymmärrystä lapsen kasvattamiseen, ikävaiheisiin, vanhemmuuteen tai muuten samankaltaiseen elämäntilanteeseen liittyen.

- - ..and it’s also good because there is a lot of moms that are having the same babies (laughs) and problems with babies. So you don’t need to talk to around with your friend how hard this is for you, you just go to Albertin Olohuone and you know that everyone is struggling with some..some same problems. (H5)

5.1.3 Tilat ja tunnelma

Aineiston perusteella Albertin Olohuoneen tilat ovat mukavat ja toimintaan soveltuvat. Esille tuotuja määreitä tiloihin liittyen olivat siisteys ja puhtaus, turvallisuus, kodinomaisuus ja viihtyisyys. Erityisesti keittiö syöttötuoleineen, mikroineen ja ruokailuvälineineen sai kiitosta, samoin tee- ja kahvitarjoilu. Näihin liitettiin käytännön asioiden lisäksi yhteisöllisyys. Kodinomaisuuteen ja viihtyisyyteen liitettiin tilan olohuonemainen ja kotia muistuttava sisustus. Muutama kuitenkin mainitsi parannusehdotuksia kysyttäessä tilojen ahtauden.

I love that I can have a tea. It’s a small thing but it’s so nice to come somewhere to have a cup of tea. It makes my life really nice. (H1)

Because sometimes when you’re just all the time with your daughter at day, or with a child at day time, it’s sometimes, it’s sometimes just nice to have food and companionship. (H6)

Suurin osa haastateltavista liitti positiivisia mielikuvia Albertin Olohuoneen tunnelmaan ja ilmapiiriin. Se koettiin ystävälliseksi, lämpimäksi, kodinomaiseksi, kutsuvaksi ja mukavaksi. Myös ihmiset, niin kävijät, vapaaehtoiset kuin työntekijätkin, koettiin pääsääntöisesti mukaviksi.

5.1.4 Ohjattu toiminta

Haastatteluotannasta kaikki eivät olleet osallistuneet johonkin Albertin Olohuoneella järjestettyyn ohjattuun toimintaan, esimerkiksi vapaaehtoisen pitämään muskariin tai opiskelijoiden pitämään ohjattuun kokonaisuuteen. Kiinnostusta niihin oli kuitenkin lähes kaikilla.

Kokemukset kielitaidosta ja ohjatuista toiminnoista vaihtelivat aineiston perusteella paljon ja olivat myös ristiriitaisia. Ohjatut toiminnot järjestetään pääasiassa suomeksi, ja ohjauskieli määräytyy pitkälti myös ohjattuja toimintoja pitävien vapaaehtoisten mukaan. Osa oli kokenut suomen kielen taidon puutteen hankaloittavan osallistumista ohjattuun toimintaan, esimerkiksi muskarissa, kun kielitaito ei ole riittänyt ymmärtämään laulujen sanoja.

It was very funny, because I was singing the finnish songs but I didn't have any clue what I was singing (laughs). - - In the beginning, it was easy for me to go there, but then later I knew I didn't know the lyrics or.. And I went there because I signed up, but I didn't enjoy it anymore so much. (H6)

Toisaalta aineistosta löytyi myös kokemusta siitä, kuinka ohjaaja on tarvittaessa vaihtanut toimintakielen englanniksi. Aineistossa esiintyi myös vastakkaista näkemystä.

Suomenkieliseen ohjattuun toimintaan oli osasta kielitaidottomanakin helppo osallistua.

Lisäksi aineistosta ilmeni näkemys, että suomenkielisiä, helppoja lastenlauluja sisältävään muskariin osallistuminen voi auttaa parantamaan suomen kielen taitoa.

5.1.5 Kansainvälisenä kävijänä

Kielitaidon merkitys nousi muissakin yhteyksissä toistuvasti esille. Kieliasia jakoi mielipiteitä. Toisaalta aineistosta ilmeni selkeää kokemusta, että englannin kielellä on helppo osallistua toimintaan ja ihmiset puhuvat mielellään englantia. Aineiston perusteella Albertin olohuoneella on tervetullut olo myös ulkomaalaisena. Ilmapiiri on hyvä eikä syrjintää koeta.

People start speaking English and.. yeah. You feel quite at home, you don't feel like "oh this is a finnish speaking place and I don't want to talk", like it's quite like welcoming I think. (H2)

Toisaalta aineistosta käy myös ilmi, että kielitaidon puute vaikuttaa negatiivisestikin osallistumisen mahdollisuuksiin sekä muihin tutustumiseen. Tähän liittyi kommunikoinnin hankaluutta, ulkopuolelle jäämisen kokemusta ja ohjattuun toimintaan osallistumisen vaikeutta. Toisaalta aineistosta ilmeni kolmaskin näkökulma kielitaitoon: se karttuu luonnollisessa ja turvalliseksi koetussa ympäristössä.

Kansainvälisen kävijän näkökulmasta aineistosta ilmeni tärkeänä tekijänä jälleen uusien ihmisten tapaaminen ja heihin tutustuminen ulkomailta muuttaneena. Yleisesti ottaen Albertin Olohuone koettiin tärkeäksi paikaksi ulkomailta muuttaneille vanhemmille, joilla ei ole sosiaalisia verkostoja Suomessa.

I think it is helpful, especially if there are someone who is coming from some other country, like me, when you meet someone who is also from the same country, you can find maybe someone who is having similar opinions, opinions about world, about raising babies, or something. (H5)

Albertin Olohuoneella on maanantaisin kansainvälisille kävijöille suunnattu International Monday. Aineistosta on löydettävissä viitteitä siitä, kuinka omien aikataulujen mukaan kulkeminen koettiin kuitenkin tärkeämmäksi kuin englanninkielinen, ulkomailta muuttaneille suunniteltu toiminta. Haastateltavista vähemmistö pyrki tietoisesti käymään maanantaisin International Mondayn aikaan. Suurin osa ei ollut käynyt International Mondayn aikana Albertin Olohuoneella, ja aineistosta ilmeni, joskin vähemmistössä, tietoista halua käydä

nimenomaan muina päivinä. Oman aikataulun mukaan käyminen ja suunnitelmien vapaus koettiin tärkeäksi. Kukaan International Mondayn aikaan käyneistä haastateltavista ei kokenut maanantain eroavan radikaalisti muista päivistä.

There (on International Monday) were some internationals, but there were finnish people as well. And then I went there with a finnish friend on another weekday, and then I found out that “okay, it is pretty much the same mixture now”. - - But for me, I’m going there just when it fits. (H6)

Haastatteluotannon vähäiseen osallistumiseen maanantaisin saattoi vaikuttaa se, että haastatteluja ei tehty maanantaipäivinä, jolloin otantaan olisi saatu ehkä enemmän sellaisia kävijöitä, jotka pyrkivät käymään nimenomaan maanantaisin. Alun perin haastatteluajoja oli sovittu myös maanantaipäiville. On siis mahdollista, että tulokset olisivat erilaisia, jos olisin päässyt vierailemaan Albertin olohuoneella myös international Mondayn aikana.

5.1.6 Lapsen kokemus

Vaikka tutkimus oli rajattu koskemaan vanhempien kokemuksia Albertin Olohuoneesta eikä tavoitteena ollut kartoittaa lasten kokemuksia, haastatteluissa ilmeni vahvasti myös lapsen hyvän käyntikokemuksen tärkeys. Aineiston perusteella kävijöille on tärkeää, että lapsikin viihtyy. Lapsen viihtymiseen vaikuttivat uusi, mielenkiintoinen ympäristö, mielekäs toiminta ja sen tuomat uudet kokemukset, erilaiset lelut, vaihtelevat virikkeet, ikätasoinen seura ja muiden lasten pariin sosialisoituminen, joka nähtiin harjoituksena päiväkotia ajatellen. Lapsen näkökulmasta myös tilojen siisteys ja turvallisuus koettiin tärkeäksi, jotta lapsen voi antaa leikkiä myös lattiatasolla ja tutkia ympäristöään. Myös vapaaehtoisten koettiin vaikuttavan positiivisesti lasten käyntikokemukseen. Tässä yhteydessä keuhuttiin erityisesti muskaria.

5.1.7 Toiminnan kehittäminen

Vaikka jotkin osa-alueet saivat haastatteluissa kritiikkiäkin, tutkimusaineistossa ilmeni melko vähän suoria tai konkreettisia kehitysehdotuksia. Mielestäni onkin huomionarvoista, että

kysyttäessä puolet haastateltavista eivät keksineet mitään parannettavaa. Yleisesti kaikki olivat tyytyväisiä Albertin Olohuoneen toimintaan. Kysyttäessä haastatteluissa nousi kuitenkin esille neljä kehitystoivetta: pidemmät aukioloajat, isommat tilat, pienille vauvoille suunnattu toiminta ja kansainvälisille vanhemmille suunnattu ryhmätoiminta.

Aineistosta on havaittavissa myös kokemus siitä, että Albertin Olohuone ei sovellu kaikkein pienimmille, alle puolen vuoden ikäisille vauvoille. Tähän vaikuttivat isompien lasten juoksentelu ja vauhdikas leikkiminen pienissä tiloissa, jolloin pienimmille vauvoille ei jää turvallista makoilutilaa. Aineiston perusteella vaikuttaa siltä, että Albertin Olohuoneella ei myöskään pääse kohtaamaan muita pienten vauvojen vanhempia, joilta saada vertaistukea. Joissakin haastatteluissa esitettiin toive, että Albertin Olohuoneella olisi myös pienille vauvoille ja heidän vanhemmilleen suunnattua toimintaa, sillä varhaisessa vanhemmuudessa tuen ja kokemusten jakamisen tarve voi olla voimakas. Myös tukiryhmää pienten vauvojen vanhemmille ehdotettiin.

But I think when you're in the first few months the help would be more appreciated, for sure. To have some kind of support or something. Even the things like someone taking care of the baby when you have a cup of coffee, I think. (H3)

Neljäs esille noussut kehitystoive oli erityisesti kansainvälisille kävijöille suunnattu ryhmätoiminta. Esimerkeiksi nousivat englanninkielinen muskari tai kansainvälisille äideille suunnattu ryhmä, jossa voisi tutustua uusiin, samassa tilanteessa oleviin ihmisiin, saada vertaistukea ja kasvattaa omaa tuki- tai sosiaalista verkostoaan ulkomailta muuttaneena äitinä. Tämä oli hieman yllättävää verrattuna siihen, että International Monday ei ollut suuressa suosiossa. Tarve vaikutti olevan englanninkieliselle, jäsenneytymälle ja ohjatulle toiminnalle. Yksi haastateltavista kiteytti tarvetta tukiverkoston rakentamiselle ja vertaistuelle, ja nosti pohdinnassaan esille myös persoonaerojen vaikutuksen tarpeiden takana.

And I think also for international moms it's hard to find that place when they are coming there . And then they have to find the role of the new mother, but

as well the role in the country! And they don't have this support group they would have in their home country. - - It depends on your personality, but I think its naturally that you build your own support group, with friends.. - - But if you're new in the city, you don't have that. - - And such a group would maybe help. (H6)

Lisäksi aineistosta oli löydettävistä viitteitä tarpeesta markkinoinnin ja mainostamisen kehittämisesen. Kolmessa haastattelussa ilmaistiin syvästi yksinäisten vanhempien tavoittaminen, joka koettiin haastavaksi, mutta tärkeäksi tavoitteeksi.

5.2 Yksinäisyyden kokemukset

Toinen tutkimuskysymys käsitteli sitä, miten haastateltavat ovat kokeneet yksinäisyyttä. Tutkimusaineistossa kävi ilmi paljon näkökulmia yksinäisyyteen, maahanmuuttoon ja vanhemmuuteen.

Kysyttäessä, mitä yksinäisyys tarkoittaa, haastateltavista kolme kuvasi sosiaalisten kontaktien määrällistä puutetta ja yksi taas pikemminkin sosiaalisten kontaktien laadullista puutetta. Lähes kaikki haastateltavat määrittelivät yksinäisyyden kuitenkin jollain tapaa kokemukselliseksi ilmiöksi, yksinäisyyden tunteeksi, joka saattaa vaihdella tilanteen mukaan. Yksi haastateltava tiivistä yksinäisyyden määritelmän mielestäni hyvin tavalla, joka kokosi yhteen muidenkin haastateltavien esittämiä ajatuksia yksinäisyydestä ja ilmensi myös maahanmuuttajien yksinäisyyden näkökulman.

I think on one hand it's a feeling, you can feel lonely. Being in a lot of, in a group of people and still feeling lonely (.) like mental lonely? But there's also the physical loneliness, when you're for example in another country and don't know anyone. - - and I also would add that it's umm.. It's different from time to time, that sometimes you can feel better with it and sometimes it's hard to deal with. (H6)

5.2.1 Yksinäisyyden kokemusta helpottavat tekijät

Haastateltavilta kysyttiin, mikä auttaa yksinäisyyden tunteeseen omalla kohdalla. Kolme kertoi puolison läsnäolon ja tämän kanssa keskustelemisen auttavan. Myös ystävien kanssa puhuminen koettiin toimivaksi. Neljä haastateltavaa kertoi, että hakeutuminen ihmisten pariin auttaa. Lisäksi yksinäisyyteen mainittiin auttavan yleinen aktiivisuus, toiminta ja harrastaminen.

I think like being active, even if you're not social, just the feeling that you did something and you weren't like at home, just looking at the four walls and taking care of your baby - - even if you're not like talking with people, but like staying active. I think that's important. (H2)

Yksinäisyyden kokemusta lisääviksi tekijöiksi kerrottiin fyysinen väsymys, stressi, lapsen haastavat kehitysvaiheet, aikuisen keskusteluseuran puute ja yksin kotona oleminen.

Sometimes like if I stay at home with the baby, and just tend to the routines of taking care of the baby all day – then I feel a bit lonely. (H2)

I think it's always when there's sometimes stressful situations or something like - when you're just not in the mood for any kind reason. Baby is sick and I'm closed at home or the baby is teething or I am tired. Like any kind of discomfort. (H1)

5.2.2 Yksinäisyys vieraassa maassa

Keskusteltaessa yksinäisyydestä vieraassa maassa kävi ilmi, että osa haastateltavista oli asunut useammassakin eri maassa ja kokenut maahanmuuttoprosessin jo ennen Suomeen muuttoa. He vastasivat kysymyksiin yksinäisyydestä vieraassa maassa peilaten myös näihin aiempiin kokemuksiinsa. Aineiston perusteella yksinäisyyden kokemus on ollut yleistä. Kaikki haastatteluihin osallistuneet olivat kokeneet yksinäisyyttä vieraassa maassa asuessaan. Tähän yksinäisyyden kokemukseen on vaikuttanut myös muut kuin maahan muuttoon tai vieraassa maassa asumiseen liittyvät asiat, kuten erityislapsen vanhemmuus, nuori ikä tai

ero puolisosta. Tutkimusaineistosta on nähtävissä, että yksinäisyyden tunne on ollut vahvimmillaan maahanmuuton alkuaikoina. Toisaalta alkuvaiheeseen on liittynyt myös muita erityisiä haasteita, jotka ovat saattaneet vahvistaa yksinäisyyden kokemusta.

So those, like especially those early days I was by myself, or I felt like, alone?
Not necessarily lonely, because I still have my friends, like my childhood friends and I was chatting to them all the time, and with my phone texting and so on.
(H3)

Aineiston perusteella yksinäisyyden kokemisessa herkkä ikävaihe on nuoruus, jolloin ihmisellä on rajatummin keinoja sen käsittelyyn. Aikuisena toiseen maahan muuttaminen on yksinäisyyden näkökulmasta helpompaa, sillä silloin ihmisellä usein on jo kokemusta yksinäisyyden tunteesta ja sen käsittelystä. Yksinäisyyden kokemus vieraassa maassa liitettiin siihen, että uuteen ympäristöön muuttaessa kestää hetki, ennen kuin uudet tuttavuudet mieltää ystäviksi. Yksinäisyyden kokemus ja vanhojen ystävien ikävöinti on ylipäättään alussa vahvempaa.

And I would say now, that I'm over a year here, I don't feel so lonely anymore that as I felt six months ago. Because I know that the persons that I met are already friends? You know, when you're meeting a new person and you're starting to meet, but you're not sure what direction it goes. - - And I'm sure if you would have asked me these questions a year ago my answering would be a little bit different. (H6)

Yksi haastateltava ilmaisi, että hänen oma suhtautumisensa yksinäisyyteen oli erilaista kotimaassa ja Suomessa, sillä Suomeen muuttaessaan hän oli valmistautunut tuntemaan itsensä yksinäisemmäksi, koska oli jättänyt sosiaaliset verkostonsa taakse. Kuitenkin Suomessa hän oli löytänyt tuttavvia ja kavereita ja vaikka hän tunsikin välillä yksinäisyyttä, se ikään kuin kuului asiaan, eikä tuntunut samalta kuin kotimaassa.

Maahanmuuttoon liittyvässä yksinäisyyspuheessa perhe ja ystävät kotimaassa mainittiinkin usein. Suurin osa kuvaili perheensä ja ystäviensä ikävöimistä. Toisaalta aineistossa esiintyi myös kokemusta, että yhteys vanhojen ystävien tai sukulaisten kanssa on suojele

yksinäisyyden tunteelta myös uudessa kotimaassa. Yksi ikävöinnin kohde oli myös oman äidinkielen puhuminen.

I think it also makes it a lot easier for me, that I have like these friends from childhood that are very good friends and we've been in touch for all of our lives. So even if we're not in the same country, we still always talk and chat. So I'm very lucky like that. (H3)

Haastatteluissa ilmeni suomalaisen sosiaalisen kulttuurin ja oman kotimaan sosiaalisen kulttuurin erot. Toistuva kokemus oli, että suomalaisten tapa tutustua muihin ihmisiin ja olla sosiaalinen on varautuneempi ja kokonaisuudessaan erilainen kuin omassa kotimaassa. Aineistossa on viitteitä siihen, että suomalaisiin on vaikea tutustua. Suomalaiset koettiin monen mielestä ainakin ensivaikutelmaltaan jossain määrin varautuneina, ja yksi haastateltava kuvasi tätä kulttuurishokkina.

I think that was a culture shock for me, I think it's not a very easy country to meet people and make friends. You can meet people, but it's hard to make friends. (H2)

Kuten aiemminkin luvussa *5.1.5 Kansainvälisenä kävijänä* havaittiin, kielitaito oli toistuvasti esiintyvä tekijä aineistossa. Se nousi esille myös ihmissuhteisiin, ihmisiin tutustumiseen ja vieraassa maassa koettuun yksinäisyyteen. Suurin osa haastateltavista koki, että suomen kielen taidon puute vaikuttaa vuorovaikutuksen tasoon, virallisten asioiden hoitamiseen ja arjen kommunikaatioon, esimerkiksi kaupassa asioidessa tai naapureiden kanssa keskusteltaessa. Tämän koettiin vaikuttavan elämään negatiivisesti.

And when there's like only Finnish people, then it's really hard for me. Because I would be- I speak Finnish but I somehow I'm a bit more like shy when I'm speaking Finnish because I don't feel like I'm in my comfort zone. - - I feel like if I can speak English it's fine, because I'm more extroverted, but when I'm speaking Finnish I'm more of an introvert so with Finns who are usually introverts then it's like.. we're so shy. (H2)

5.2.3 Yksinäisyys vanhempana

Myös yksinäisyys vanhempana nousi aineistossa yleisenä kokemuksena esille. Kuitenkin yksinäisyyden kokemukset ovat aineistossa vaihtelevia. Ne liittyvät myös lapsen kehitysvaiheisiin, erityisiin haasteisiin ja ystävyyssuhteissa vanhemmuuden myötä tapahtuneisiin muutoksiin.

Erityisesti ensimmäiset kuukaudet vauvan kanssa ovat tuntuneet epävarmoilta ja yksinäisiltäkin. Aineistosta ilmeni, että vauvan tai lapsen kanssa yksin kotona oleminen sai kaipaamaan aikuista seuraa, tai olon tuntumaan yksinäiseltä. Yksinäisyyden tunne saattoi liittyä myös vauvan kehitysvaiheisiin, ja huonosti nukutut yöt, hampaiden puhkeaminen tai muu ylimääräinen epämukavuus ja stressi sai olon tuntumaan yksinäiseltäkin.

Myös erityiset haasteet voivat vaikuttaa yksinäisyyden kokemukseen vanhempana, etenkin jos niihin ei saa vertaistukea. Yksi haastateltava kertoi, kuinka yksinhuoltajuus on saanut olon toisinaan tuntumaan ulkopuoliseksi. Myös erityisvanhemmuus on saanut olon tuntumaan yksinäiseksi, kun ei ole saanut vertaistukea muilta erityislapsiperheiltä, ja on kokenut, että muut vanhemmat eivät ymmärrä tilannetta.

Ja siis ennen kun mä tiesin että sellainen (yhdistys erityislapsiperheille) on olemassa, sitten mä oon tuntenut välillä yksinäisyyttä kun se on tuntunut siltä että ei ole helppoa löytää muita erityislapsiperheitä, ei ole helppoa löytää sellaisia tahoja joista saisi apua ja ymmärrystä, ja mä voisin myös kuvitella että jos on niinkun maahanmuuttajataustainen, eikä ole kielitaitoa niin on vieläkin vaikeampi löytää. (H4)

Kaksi haastateltavaa kertoi, että vanhemmaksi tuleminen on muuttanut myös vanhoja ystävyyssuhteita ja sosiaalista elämää. Ystävyyssuhteet muuttuivat etenkin silloin, jos muilla ei ole lapsia.

Yeah, so I mean as a parent, like everything changed, obviously. Most of my friends don't have kids. So it's just -it's just really different. I mean I've been friends with these people since I arrived, and you can arrange time to meet,

but most of the time your lives are going through very different experiences.

(H3)

Toisaalta yksinäisyyden vastapuolena aineiston perusteella lapsen kautta on helppo tutustua uusiin ihmisiin, toisiin vanhempiin. Lapsi on toiminut yhdistävänä tekijänä muiden vanhempien kanssa, vaikka muita yhteisiä asioita ei heti löytyisikään, ja tuonut esille helppoja tilaisuuksia aloittaa keskustelu. Valtaosa haastateltavista koki, että erityisesti muihin muualta muuttaneisiin vanhempiin oli helppo tutustua.

5.2.4 Yksinäisyys vanhempana vieraassa maassa

Kolmen haastateltavan elämässä muutto uuteen maahan ja lapsen syntymä tapahtuivat samoihin aikoihin. Heistä kaksi kertoi alun olleen hyvin haastava. Haastateltavista kolme oli asunut Suomessa jo pidemmän aikaa Suomessa syntyneen lapsen syntymän aikoihin, ja oli jo ehtinyt luoda itselleen sosiaalista verkostoa sekä tutustua Suomeen yhteiskuntana ja kulttuurina.

It's hard to say as well because I got a baby (at the time of the moving), so my life changed a lot with the baby as well, it's not just the moving. So I think the social contacts would be different even at home anyway, because of the baby. Because speaking with childless friends is different. -- So here, all my friends here are moms, and my friends at home are not moms. So it's very different that way as well. (H1)

Aineiston perusteella yksi keskeinen, vanhemman yksinäisyyden kokemukseen vaikuttava tekijä tukiverkoston, suvun ja vanhojen ystävien kaukana olemisessä liittyi lastenhoitoon. Suurin osa toivoi isovanhempien olevan lähempänä tai voivan auttaa lastenhoidossa enemmän. Haastateltavista suurin osa ei kaivannut isovanhemmilta kuitenkaan neuvoja tai kasvatusohjeita lasten kanssa, vaan kaivattu tuki olisi pikemminkin lastenhoitoa ja konkreettista apua arjessa.

Like here I sometimes miss having my parents around and the family members, especially when we get sick or something because we just don't have any kind of help then. (H1)

Osalla suomalaisen puolison vanhemmat tarjosivat apua arkeen. Aineistosta ilmeni kuitenkin ristiriitaisia kokemuksia liittyen suomalaisten isovanhempien läsnäoloon ja tarjoamaan apuun. Aineiston perusteella koettiin, että Suomessa vanhemmat jäävät enemmän yksin vanhemmuudessaan, vaille yhteisön tai suvun tarjoamaa tukea. Tällöin vanhemmaksi tullessaan saattaa odottaa vahvempaa tukea ja yhteisöllisyyttä, ja pettyy, jos se ei olekaan mahdollista.

In (country of origin) my nephew was raised with all of us. - - it was a lot like the village thing. Like, raised by a village, like it was really like that. - - It's so, so different. Like they're so much more involved. They want to be involved, they genuinely care to be involved. And here, they are not that interested. Like they're happy and they're a bit curious, but they're not that interested. In general. (H2)

Yksi haastateltava arvioi, että jos hän olisi tullut vanhemmaksi heti muuttaessaan Suomeen vuosia sitten, hän olisi silloin ollut yksinäinen, koska koki tuolloin vahvaa kulttuurishokkia. Sosiaalisen median kehittyminen on kuitenkin helpottanut tutustumista ihmisiin, ja hän arvioi, että nykyisin Suomeen muuttavien tuoreiden vanhempien on ehkä helpompi löytää uusia ihmisiä juuri sosiaalisen median ansiosta. Sosiaalinen media mainittiinkin aineistossa luontevaksi tavaksi tutustua muihin samassa elämäntilanteessa oleviin ihmisiin. Yli puolet haastateltavista kuului Suomessa asuvien kansainvälisten äitien sosiaalisen median ryhmiin, jotka koettiin aktiivisiksi ja toimiviksi.

And we heard there of a whatsapp group of international moms which, which we joined and since then we have been meeting these moms, because it's a big international group. - - And we have weekly meetings so it's working out. (H1)

5.2.5 Kulttuurierojen vaikutukset

Keskusteltaessa yksinäisyydestä vanhemmuuden ja maahanmuuton teemojen yhteydessä, nousi haastatteluissa usein esiin kulttuurierot kotimaan ja Suomen välillä. Eroavaisuudet liittyivät niin sosiaalisuuteen, vanhemmuuteen kuin yhteiskuntaankin. Etenkin sosiaalisuuteen ja vanhemmuuteen liittyvät kulttuurierot voivat odotusten ja olettamusten takia vaikuttaa yksinäisyyden kokemukseen. Erot kasvatuksessa ja lapsenhoidossa kotimaan ja Suomen välillä koettiin pieniksi. Yksi haasteltava koki kasvatuksen kotimaassaan huomattavasti vanhanaikaisemmaksi kuin Suomessa..

Vanhempien sosiaalisessa elämässä haastateltavat näkivät kulttuurisia eroja kotimaansa ja Suomen välillä. Kolme haastateltavaa kertoi, että kotimaassaan äitien elämä keskittyy enemmän kotiin kuin Suomessa, eikä äitien elämä ole sosiaalisesti kovin aktiivista. Ihmissuhteet vanhempana muodostuvat olemassa olevista ystävistä ja suvusta, ja sosiaalinen elämä tapahtuu kodeissa. Yksi haastateltava arveli, että olisi kotimaassaan todennäköisesti yksinäisempi vanhempana, koska hänen ystävillään siellä ei ollut lapsia eikä muihin vanhempiin ollut yhtä helppo tutustua kuin Suomessa.

Sometimes I think I would be lonelier at home because I would still only have those old friends and I wouldn't see them that often. Because here I have a group of international moms who really want to be in contact so we talk all the time. And I think I wouldn't have something like that at home, because moms don't socialize that much. (H1)

5.2.6 Kokemuksena lapsiystävällinen Suomi

Lähes kaikki haastateltavat kokivat Suomen paremmaksi paikaksi kasvattaa lapsia ja olla vanhempi kuin oman kotimaansa. Alkuperämaasta riippumatta lähes kaikki haastateltavat kokivat Suomen myös lapsiystävällisemmäksi maaksi kuin oman kotimaansa. Merkittäväksi osoittautui se, että Suomessa on enemmän leikkipaikkoja, aktiviteettejä ja mahdollisuuksia toimia lasten kanssa kuin omassa kotimaassa. Viisi haastateltavaa mainitsi Albertin Olohuoneen tai Albertin Olohuoneen kaltaiset sisäleikkipaikat, joissa on ohjattua toimintaa.

Mä sanoisin kuitenkin että on Suomessa helpompi kun onhan Suomessa juuri niitä paikkoja, jotka on avoimia juuri lapsiperheille, niin kuin juuri se Albertin olohuone ja sitten niitä leikkipuistoja, sellaisia leikkipuistoja niinkun Suomessa ei ole (alkuperämaassa) ollenkaan. Että on sisätilat jossa on ohjattu toiminta ja ilmaisia muskareita ja lapsiperhetapaamisia ja sellaisia. (H4)

Myös edellä mainittu suomalaisten vanhempien sosiaalisempi kulttuuri vahvasti kokemusta Suomesta lapsi- ja perheystävällisenä maana ja hyvänä paikkana kasvattaa lapsia. Suurin osa haastateltavista koki, että heidän lähtömaissaan äideillä ei ole tapana kulkea kaupungilla tapaamassa muita ihmisiä lapsen kanssa, vaan perheen elämä rajoittuu kotiin. Kotona voi olla tapana tavata jo tuttuja vanhempia lapsineen, mutta kulttuuri ei kannusta äitejä aktiivisuuteen, harrastamiseen ja uusiin ihmisiin tutustumiseen.

Because moms don't socialize that much. Yeah, or they socialize only with the moms that they know from their previous lives. There are not many places like Alberts where you can just go and say hi, and somebody will start talking to you. That wouldn't happen. (H1)

I think it would be harder (to raise a child in homeland). Umm. I think there's not as many things for babies there. It's more family-life. Like, family interaction and social family stuff, and that's great. But here I feel like there's more things for babies, like muskari, or like yoga, or like swimming and all these like other... (H2)

5.3 Albertin Olohuoneen merkitys yksinäisyyden kannalta

Kokemukset Albertin Olohuoneesta yksinäisyyden kannalta olivat aineiston perusteella jossain määrin vaihtelevia. Aineistosta löytyi selkeitä viitteitä siihen, että Albertin Olohuoneella käyminen on vähentänyt yksinäisyyden kokemusta. Toisaalta osa haastateltavista koki, ettei yksinäisyys ole Albertin Olohuoneella käymisen aikana ollut ajankohtainen tai merkittävä tekijä omassa elämässä.

Aineistosta on löydettävissä viitteitä, jotka toistuvat läpi aineiston ja kertovat Albertin Olohuoneen merkityksestä kävijöille. Merkitykset liittyvät lapsen viihtymiseen, vanhemman hyvinvointia parantaviin tekijöihin ja yksinäisyyttä vähentäviin tekijöihin. Albertin Olohuoneen ja sen vapaaehtoisten mahdollistama, hetkellisen oman ajan saaminen ja hengähdystauko olivat merkityksellisiä. Vaikka Albertin Olohuone ei tarjoa lastenvahtipalvelua ja vanhemmat ovat siellä vastuussa omista lapsistaan, aineistossa ilmeni kuinka merkittävää oli, että välillä joku muu piti vauvaa sylissä tai leikkitti lasta hetken, jolloin vanhempi sai istua alas ja juoda rauhassa kupin kahvia. Myös aikuinen seura toimii hengähdystaukona pelkkänä vanhempana olemisesta. Albertin Olohuoneella oli mahdollista antaa lapsen maata tai ryömiä lattialla, leikkiä leluilla ja muiden lasten kanssa ja välillä myös vapaaehtoisten kanssa, mikä antoi vanhemmalle mahdollisuuden hengähtää. Aineistossa nousi esille kokemusta siitä, kuinka lapsi tylsistyy kotona ja uusi, virikkeellinen ympäristö vaikutti positiivisesti myös lapsen mielialaan.

Albertin Olohuoneen nähtiin aineistossa vaikuttavan positiivisesti sosiaaliseen tukeen, vertaistukeen ja sosiaalisten verkostojen rakentamiseen. Albertin Olohuoneeseen liitettiin henkilökohtaisempia adjektiivejä kuin muihin vastaaviin sisäleikkitaloihin, jotka mainittiin haastatteluissa. Albertin Olohuonetta kuvattiin läheiseksi, henkilökohtaiseksi, kodinomaiseksi, viihtyisäksi ja mukavaksi (cosy), kun taas muita sisäleikkitaloja kuvattiin ruuhkaisiksi, vähemmän siisteiksi ja tunneyhteydeltään kaukaisemmiksi.

5.3.1 Vaikutukset yksinäisyyden kokemukseen

Aineiston perusteella Albertin Olohuoneella käymisen vaikutukset yksinäisyyden kokemukseen olivat erilaisia, sillä lähtökohdat ja syyt Albertin Olohuoneelle hakeutumiseen olivat erilaisia. Haastateltavista kaksi kertoi käymisen suoraan vähentäneen heidän omaa yksinäisyyden kokemustaan. Toinen kuvasi yksinäisyyden tunteen puuttuvan kokonaan niiltä päiviltä, kun käy Albertin Olohuoneella. Toinen kuvasi yksinäisyyden tunnetta merkittävästi vähentävän se, että on paikka, jonne voi mennä, jos tuntee yksinäisyyttä tai kaipaa tekemistä.

Yeah, because I know there's always a place where I could go, if I'm bored or lonely. Even if I can't meet any specific person or -or sometimes you don't want to meet any specific person - - . So for me knowing that Alberts living room is a place where I could go, without planning, umm.. yeah. Its's like a.. mmm. Yeah. A good thing to know. It relaxes me. (H6)

Osa ei kokenut olleensa erityisen yksinäinen ennen käymistään Albertin Olohuoneella, eikä siksi kokenut sen varsinaisesti vaikuttaneen yksinäisyyden kokemukseen. Kuitenkin aineiston perusteella näyttäytyy, että Albertin Olohuonetta pidetään hyvänä paikkana tavata uusia ihmisiä ja tutustua heihin. Albertin Olohuone nähtiin paikkana, johon yksinäisen vanhemman olisi helppo tulla. Syitä tähän ovat tervetulleeksi toivottava ja lämmin ilmapiiri sekä erilaiset kulttuuritaustat hyväksyvä ympäristö. Paikkaan on aineiston mukaan ulkopuolisen helppo tulla ja tavata samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä.

Kun yksinäisyshän voi tarkoittaa että esimerkiksi kun on muuttanut uuteen maahan, että ei tunne vielä ketään, ja että, että olisi hyvä, tai on se hyvä että sellaiset paikat ovat olemassa, kuin se Albertin olohuone, että on juuri se idea että voi helposti tutustua ihmisiin ja samassa tilanteessa oleviin. (H4)

Aineiston perusteella Albertin Olohuoneen matalalla kynnyksellä tapahtuva ja avoin toiminta mahdollistaa tutustumisen ja verkostoitumisen eri tavalla kuin esimerkiksi lapsiperheille suunnattu harrastustoiminta. Toiminnassa on helppo aloittaa keskustelu ja tutustua muihin, sillä siinä on tilaa vapaalle olemiselle ja keskustelulle sekä verkostoitumiselle. Se mahdollistaa tutustumisen paremmin kuin ohjatut harrastusryhmät, joissa toki myös on mahdollista tavata uusia ihmisiä, mutta jotka usein keskittyvät tietyn tekemisen ympärille eikä keskustelulle jää tilaa.

Aineiston perusteella Albertin Olohuone on toimiva ympäristö maahanmuuttajataustaisille vanhemmille, joilla ei vielä ole sosiaalisia verkostoja Suomessa ja jotka haluaisivat tutustua muihin ihmisiin ja suomalaiseen yhteiskuntaan. Yksi haastateltavista kiteytti vanhemmuutta tukevat, aineistossa toistuvat ajatukset:

It's important place for international parents, as well as Finnish parents. It's an important thing that we need in this period. Being young parents. (H6)

6 Tutkimuksen johtopäätökset

Tutkimuksella saavutettiin tietoa maahanmuuttajavanhempien yksinäisyyden kokemuksista ja Albertin Olohuoneesta. Tutkimuksen tulokset ovat yhteneviä aiemman tutkimustiedon sekä opinnäytetyön tietopohjassa esitetyn kanssa. Tässä luvussa teen johtopäätöksiä ja vertaan niitä tietoperustaan sekä aiempiin tutkimuksiin tarkemmin. Johtopäätösten painotus on yksinäisyyden kokemuksissa ja Albertin Olohuoneella käymisen vaikutuksessa niihin. Lisäksi esittelen tutkimuksen tulosten perusteella kootut Albertin Olohuoneen vetovoimatekijät ja kehittämisen kohteet. Tutkimusotanta on melko pieni, kuusi vastaajaa, ja tässä tutkimuksessa on pyritty tuomaan nimenomaan heidän ääntään esille.

6.1 Yksinäisyys vanhempana vieraassa maassa

Aineistossa ilmeni Suomessa koettu yksinäisyys, joka liitettiin etenkin Suomeen muuton alkuvaiheeseen. Tämä tulos myötäilee aiempaa tutkimustietoa. Onkin tyypillistä, että maahanmuuton alkuvaiheessa ihminen saattaa tuntea kuulumattomuutta ja yksinäisyyttä. Kuten tuloksissakin on havaittavissa, yksinäisyyden kokemus kuitenkin usein lievenee, kun maassa on viettänyt kauemmin aikaa. Alkuvaiheen kuulumattomuuden tunne voi kehittyä yksinäisyydeksi. (Kopylova, 2011, ss. 122–123) Maahanmuuton alkuvaiheessa orastavat suhteet ovat vielä pinnallisia ja epävarmoja, ja elämänmuutos on tuore, mikä näkyi myös tämän tutkimuksen tuloksissa.

Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että muuttaminen uuteen maahan aiheuttaa usein stressiä, oli maahanmuuton syy mikä tahansa. Siihen voi liittyä masentuneisuutta ja unettomuutta sekä muita oireita. Yksi syy stressin taustalla on muuton aiheuttamat muutokset ihmissuhteissa ja oman lähipiirin jääminen entiseen kotimaahan. Myös vieraassa maassa ja kulttuurissa eläminen voi itsessään aiheuttaa stressiä, vaikkakaan tämän tutkimuksen aineistossa kulttuurinen yksinäisyys ei noussut erityisesti esille. Hyvinvoinnin ja kotoutumisen kannalta tärkeää onkin löytää tasapaino kahden kulttuurin välillä elämiseen

sekä ystävyysuhteiden löytäminen uudessa kotimaassa. (Schubert, 2013, ss. 63–65; Roos, 2009, s. 132)

Aineistosta ilmeni, että suomalaisiin ei ole helppo tutustua kadulla, naapureina, kaupassa tai välttämättä edes opiskelu- tai työkavereina. Suomalainen tapa olla sosiaalinen ja solmia ystävyysuhteista koettiin rajatummmaksi ja niukemmaksi kuin osallistujien lähtökulttuureissa. Tämä havainto on yhdensuuntainen vuoden 2012 Perhebarometrin (2012, s. 104) kanssa. Koska kohdemaassa solmituilla sosiaalisilla verkostoilla on todettu vaikuttavan myönteisesti kotoutumisprosessin ja maahanmuuttajan hyvinvointiin, myös ammattilaisten on tärkeää pyrkiä tukemaan sosiaalista kanssakäymistä ja ehkäisemään yksinäisyyden kokemuksia. (Martikainen & Tiilikainen, 2007, s. 25; Schubert, 2013, s. 66) Maahanmuuton alkuvaiheessa voi olla merkityksellistä löytää palveluntarjoajia tai ajanviettopaikkoja, jotka auttavat sosiaalisten verkostojen rakentamisessa ja tuovat samassa elämäntilanteessa olevia yhteen. Albertin Olohuone koettiin hyväksi ympäristöksi tähän.

Myös vanhemmuuden ensivaiheisiin liitettiin yksinäisyyden ja epävarmuuden kokemuksia. Tulokset myötäilevät tässäkin aiempaa tutkimustietoa, esimerkiksi Junttilan ym. (2013) ja Rokachin (2007) tutkimustuloksia. Vanhemmaksi tulemiseen liittyy monesti psyykkistä kasvua sekä emotionaalisia ja sosiaalisia muutoksia (Rokach, 2007, s. 240; Säävälä, 2013, s. 85) Kotona oleva vanhempi jää usein alkuvaiheen onnittelukäyntien jälkeen konkreettisesti hyvin yksin lapsen kanssa kodin sisälle, ilman aikuiselämään ja työhön liittyviä luontevia kontakteja. Rokach (2007, ss. 234–235) on todennut, että tässä vaiheessa vanhemmalla ei välttämättä ole resursseja lähteä aktiivisesti etsimään ystäviä tai aikuista juttuseuraa. Tämä ei kuitenkaan ollut erityisesti havaittavissa omassa tutkimuksessani. Tutkimuksen aineiston perusteella tutkimukseen osallistuneet olivat aktiivisia etsimään ystäviä ja aikuista juttuseuraa. Tämä saattaa kertoa myös siitä, että Albertin Olohuoneen kävijöiksi päätyvät ehkä ne vanhemmat, joilla on voimavaroja ja motivaatiota liikkua kodin ulkopuolelle aktiivisesti hakemaan seuraa. Tulosten perusteella yksinäisyyden tunteminen kotona lapsen kanssa ollessa ei tarkoita, että vanhempi muuten kokisi itsensä erityisen yksinäiseksi.

Sekä maahanmuutto että vanhemmaksi tuleminen ovat elämänkulussa siirtymävaiheita, jolloin ihminen orientoituu muuttuneeseen elämäntilanteeseen. Kotoutumisprosessi ja

uuden maan arvojen ja käytäntöjen omaksuminen voi vaikuttaa myös maahan muuttaneen käsityksiin vanhemmuudesta, samoin kuin vallitseva elämäntilanne, jossa vanhemmuus toteutuu. Lisäksi kotoutumisen prosessin keskellä voimavarat vanhemmuuteen voivat olla vähissä. Maahanmuuton tuomat muutokset sosiaalisiin verkostoihin voivat vaikuttaa yleiseen hyvinvointiin ja yksinäisyyden kokemiseen, mutta lisäksi myös siihen, miten kokee vanhemmuuden ja sen toteuttamisen. (Schubert, 2013, ss. 64–65; Alitolppa-Niitamo & Leinonen, 2013, ss. 99–101; Roos, 2009, s. 132; Säävälä, 2013, ss. 85–86) Tuloksien perusteella juuri varhaisen kotoutumisvaiheen tai maahanmuuton ja vanhemmaksi tuleminen ajoittuminen samaan aikaan olikin erityisen haastavaa. Pidempi asumisaika ja asettautuminen Suomeen, yhteiskunnan ja kulttuurin tunteminen sekä sosiaaliset verkostot Suomessa suojasivat aineiston perusteella yksinäisyyden kokemukselta lapsen syntymän aikoihin. Maahanmuutto ja vanhemmuus näyttävätkin olevan elämänvaiheita, joissa ihminen tarvitsee sopeutuakseen tukea lähipiiriltä ja ympäröivältä yhteiskunnalta. Myös Viljanen (2010, s. 61) havaitsi pro gradu -tutkielmassaan, että ympäristön tuki, uusien ihmissuhteiden solmiminen ja elämäntilanteeseen sopeutuminen helpottivat arjen sujumista lapsen kanssa. Oman tutkimukseni tulosten perusteella nämä kaksi elämänmuutosta samanaikaisesti lisäävät riskiä yksinäisyyden, stressin ja epävarmuuden kokemuksille. Maassa vietetyllä ajalla on merkitystä sen kannalta, miten vanhemmuus koetaan.

Siirtymävaiheissa on mahdollista omaksua myös uusia rooleja ja toimintatapoja. Niihin liittyy toisaalta haavoittuvuutta ja haasteita sopeutumisen ja uuden roolin löytämisen kannalta. (Alitolppa-Niitamo & Leinonen, 2013, s. 99) Opinnäytetyöni tulokset ovat samansuuntaisia tämän havainnon kanssa. Aineiston perusteella maahanmuuton ja vanhemmuuden tapahtuminen samanaikaisesti saattaa tehdä alttiimmaksi omaksua näitä uusia rooleja, kun elämän rakenteet menevät uusiksi. Samalla aika voi sisältää epävarmuutta. Aineistosta ilmeni, että muihin maahan muuttaneisiin vanhempiin tutustuminen tuntui helpommalta ja turvallisemmalta kuin kantasuomalaisiin vanhempiin, sillä maahanmuuttaneilla on samanlainen halu rakentaa sosiaalista verkostoa uudessa maassa. Tämä alttius uuden roolin löytymiseen ja sopeutumiseen koettiin yhdeksi yhdistäväksi tekijäksi. Myös Kerälä ja Illikainen (2019, s. 33) ovat pro gradu -tutkielmassaan havainneet maahanmuuttajavanhempien sosiaalisten verkostojen koostuvan usein muista maahanmuuttajista. Suomeen muuttaneiden äitien kokemuksia tutkinut Erkintalokin (2012,

s. 71) mainitsee uudessa maassa luodut suhteet toisiin maahanmuuttajiin merkittäviksi hyvinvoinnille.

Tulosten perusteella maahan muuttaneen vanhemman yksinäisyyteen sisältyy ikävä isovanhempia, perhettä ja juuria kohtaan sekä tarve heiltä saatavaan konkreettiseen arjen apuun. Tuloksena tämä ei ollut yllättävä tieto, sillä usein perheille tärkein sosiaalisen tuen ja lastenhoidon avun lähde on lapsen isovanhemmat ja muut lähisukulaiset (ks. Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 81). Myös muun muassa Säävälä (2013, s. 86) tunnistaa isovanhempien, perheen ja suvun merkityksen. Erkintalon (2012, s. 77) pro gradu -tutkielman tulosten perusteella maahanmuuttajavanhempien tukiverkoston puute hankaloitti elämää, etenkin lastenhoitoavun kannalta. Erkintalon (2012, ss. 56–57) mukaan tukiverkoston puute näkyi myös psyykkisessä hyvinvoinnissa ja äitiyden kokemuksessa. Tutkimukseni vastauksissa kuitenkin korostettiin sitä, että haastateltavat eivät kaivanneet neuvoja tai ohjeita lasten kasvatukseen vanhemmiltaan. Myös tämä on linjassa Rotkirchin ja Saloheimon (2008, s. 81) tutkimuksen kanssa, jonka mukaan etenkin ensimmäisen lapsensa saaneet äidit ovat kokeneet omien vanhempiansa neuvot kontrolloivina eivätkä ole kaivanneet heiltä kommentointia vanhemmuuteen liittyen, vaikka ottaisivat vastaan lastenhoitoapua.

Aineistosta ilmeni, että suomalaisen puolison vanhemmat eivät välttämättä auttaneet lastenhoidossa. Tämän koettiin johtuvan kulttuurista. Tässä on nähtävissä yhdensuuntaisuutta vuoden 2012 Perhebarometrin kanssa, jonka perusteella isovanhemmat eivät tue Suomessa asuvia kaksikulttuurisia perheitä yhtä paljon arjessa kuin kantasuomalaisia perheitä. Tähän vaikuttaa tietenkin se, että vähintään toisen puolison vanhemmat asuvat yleensä ulkomailla, jolloin isovanhempien tarjoamaa apua on jo lähtökohtaisesti vähemmän tarjolla. Suomalaiset isovanhemmat kuitenkin auttavat todennäköisemmin tyttärensä lasten hoitamisessa kuin poikansa. (Lainiala & Säävälä, 2012, s. 101–102). Maahanmuuttajataustaisilla perheillä on siis lähipiirissä heikommin tarjolla apua arkeen.

Aineiston perusteella osa vastaajista oli kokenut suomalaisten isovanhempien ja suomalaisen kasvatuskulttuurin olevan vähemmän yhteisöllistä kuin oman kotimaansa. Suomi kuuluu teollistuneisiin länsimaihin, joiden kulttuuripiirissä yleisesti ottaen korostetaan

vahvemmin individualistisia arvoja, yksilön itsenäisyyttä ja omaa vastuuta. Valtaosa maailman väestöstä kuitenkin elää kulttuurissa, jossa korostetaan yhteisöllisiä arvoja ja yhteenkuuluvuutta. Vaikka kulttuurien niputtaminen yhtenäisiksi onkin ongelmallista, voi kulttuurinen tausta vaikuttaa myös yksilön maailmankuvaan, kokemuksiin ja arvoihin. Yhteisöllisten ja individualististen kulttuurien vaikutus voi näkyä myös kasvatus- ja lapsenhoitotavoissa (Säävälä, 2013, s. 81–83) Aineistossa ilmenevät kulttuurierot näkyivät etenkin suvun ja perheen tavassa olla mukana lapsen ja tuoreiden vanhempien elämässä sekä yleisesti siinä, miten suku- ja yhteisöorientoitunutta perhe-elämä on. Maahanmuuton myötä omat sukulaiset ja ystävät jäävät entiseen kotimaahan, eikä tätä kollektiivista kasvatusta ja laajennettua äitiyttä ole mahdollista toteuttaa toivotulla tavalla. (Säävälä, 2011, s. 53) Tällöin yksin jääminen vanhemmuuden ja lastenhoidon kanssa voi tuntua yksinäisemmältä kuin suomalaisesta äidistä, joka on ehkä tottunut ajatukseen siitä, että vanhemmat hoitavat lapsensa itse. Toisaalta, myös suomalaiset äidit voivat kokea itsenäisen kasvatusvastuun yksinäiseksi ja raskaaksi. Kuitenkin ihmiselle, joka on kulttuurisesti kasvanut yhteisölliseen kasvattamiseen ja sukulaisten tukeen, lapsen kasvattaminen yksin voi olla kokemuksena yksinäisempää. (Harju-Tolppa, 2004, s. 17)

Tästä huolimatta Suomi koettiin aineistossa lapsiystävällisenä ja omaan lähtömaahan verrattuna parempana paikkana kasvattaa lapsia. Onkin melko yllättävää, että suomalainen kulttuuri, jossa lähipiirin tuki kasvatuksessa ei ole yhtä itsestäänselvää kuin yhteisöllisissä kulttuureissa, koettiin kuitenkin mieluisammaksi kasvattaa lapsia. Lisäksi Suomessa haastateltavilla ei ollut lastenhoitoapua tarjolla samalla tavalla kuin lähtömaassa olisi ollut. Keskeinen syy vaikutti aineiston perusteella olevan juuri Albertin Olohuoneen kaltaiset tapaamispaikat ja erilaiset perheille suunnatut aktiviteetit. Tämä mainittiin aineistossa useasti. Haastateltujen kokemusten mukaan heidän lähtömaissaan äideillä ei ole kodin ulkopuolella aktiivista sosiaalista elämää eikä tapana ole tutustua uusiin vanhempiin. Myöskään itseillä ei aina ole mahdollisuutta perhevapaisiin samalla tavalla kuin Suomessa.

Aineiston perusteella vanhemmaksi tuleminen oli vaikuttanut vanhempien vanhoihin ystävyssuhteisiin, etenkin lapsettomien ystävien kanssa. Tähän oli johtanut kokemusmaailmojen ja elämänpiirien poikkeaminen toisistaan. Tämä vastaa aiempien tutkimusten tuloksia. Jo raskausaikana etenkin äiti kokee muutoksia aiemmissa

ystävyyssuhteissaan ajankäyttömahdollisuuksien ja aktiviteettien muuttuessa (Rokach, 2007, s. 232). Myös Rotkirch ja Saloheimo (2008, s. 83) ovat tutkimuksessaan havainneet, että äitiys usein vaikuttaa ihmissuhteisiin. Perheellistyneiden ja lapsettomien välillä voi tapahtua etääntymistä. Tämä voi näkyä esimerkiksi emotionaalisen yksinäisyyden kokemuksena, kun yhteinen kokemuspiiri katoaa ja tilalle tulee kokemus, että toinen ei ymmärrä omaa elämää. Myös Viljasen (2010, s. 52; s. 64) pro gradu -tutkielmassa oli havaittu vanhemmaksi tulemiseen ja sen tuomaan elämänmuutokseen liittyvää aiempien ihmissuhteiden väljentyä, jonka syinä saattoivat olla esimerkiksi elämänpiirien eroavaisuus, yhteisen puhuttavan tai yhdistävien tekijöiden väheneminen sekä ymmärryksen ja tuen puute.

Vanhemmuuteen nykypäivänä liittyy vahvoja odotuksia ja vanhemmilta vaaditaan myös paljon: täydellistä kasvatustapaa, läsnäoloa, luomuruokaa ja ikuista mielenrauhaa. Joskus vaatimukset ja odotukset voivat aiheuttaa turhaa stressiä, riittämättömyden tunnetta ja ahdistusta. Vauva-ajan vanhempien huonosti nukutuilla öillä, hormoneilla ja stressistasolla voi aineiston perusteella olla yhteys koettuun yksinäisyyteen. Tutkimukseni vastauksista ilmeni, että ylimääräinen stressi, itkuinen vauva ja huonosti nukutut yöt lisäsivät yksinäisyyden kokemusta. Tämä yhteys voi mahdollisesti toimia myös toisinpäin, sillä tutkitusti yksinäisyys lisää stressin kokemusta sekä riskiä sairastua esimerkiksi masennukseen tai ahdistuneisuushäiriöön (Junttila, 2018, s. 80). Tällöin ikävä yksinäisyyden ja stressin oravanpyörä voi syntyä ja kroonistua, jos epämukavuus, unettomuus tai lapseen liittyvät haasteet jatkuvat pitkään.

6.2 Albertin olohuone ja yksinäisyys

Tulosten perusteella Albertin Olohuone on toimiva ympäristö yksinäisyyden ehkäisyyn ja vähentämiseen. Aineistosta ilmeni omakohtaisia kokemuksia yksinäisyyden vähenemisestä tukemaan tulosta. Kuten edellisessä luvussakin jo todettiin, Albertin Olohuone koettiin yksimielisesti hyväksi ja soveltuvaksi paikaksi tutustua uusiin ihmisiin. Yksi syy tähän vaikutti olevan nimenomaan verkostoitumiselle otollinen ympäristö. Albertin Olohuoneen toiminta on matalan kynnyksen toimintaa ja luonteeltaan vapaamuotoista, mikä mahdollistaa luonnollisia tilaisuuksia aloittaa keskustelu myös vieraiden ihmisten kanssa. Tällaisessä ympäristössä on aineiston perusteella todennäköisempää luoda verkostoja ja tutustua

ihmisiin, verrattuna strukturoituun ja ohjattuun toimintaan. Kuten tiedämme, kotoutumisen ja hyvinvoinnin kannalta sosiaalisilla suhteilla ja verkostoilla on iso merkitys (Schubert, 2013, ss. 64–65).

Myös vanhemmuudessa sosiaalisilla verkostoilla ja tuella on merkitystä. Etenkin vanhemmuuden ensimmäisenä vuotena on tärkeää saada riittävää sosiaalista tukea. Kuten aiemmin on jo todettu, kotiin jäävä vanhempi jää usein aiempien sosiaalisten piiriensä, työnsä ja ehkä harrastuksiansakin ulkopuolelle, mikä itsessään voi aiheuttaa yksinäisyyttä. (Viljanen, 2010, s. 65; Rokach, 2007, s. 234) Tästä näkökulmasta vanhempien sosiaalisten verkostojen syntyminen edistäminen ja tukeminen on tärkeää. Erityisen tärkeää se on, jos vanhemman omat tukiverkot ovat kaukana tai elämä on muutosvaiheessa. Aineistossa ilmeni selvästi sosiaalisuuden ja muiden ihmisten tapaamisen tärkeys Albertin Olohuoneella. Albertin Olohuone koettiin tunnelmaltaan ja ilmapiiriltään kutsuvaksi ja helpoksi tulla mukaan, ja sen sisäisen kulttuurin koettiin edistävän sosiaalisuutta. Syrjintään tai ulkopuolisuuteen viittaava puhe oli vähäistä ja liittyi aiemmin mainittuun kielitaitoon.

Albertin Olohuoneelta toivottiin pelkän sosiaalisen toiminnan lisäksi vertaistukea toisista, samankaltaisessa elämäntilanteessa olevista vanhemmista. Aineistossa mainittiin vertaistuen muotoina lapseen, hänen kehitykseensä ja kasvatukseen liittyvistä ongelmista puhuminen vertaisten kanssa, neuvojen jakaminen ja elämäntilanteen ymmärtäminen. Myös äitien sosiaalista tukea tutkinut Viljanen (2010, ss. 64–65) havaitsi pro gradu -tutkielmassaan, että muilla samassa elämäntilanteessa olevilla äideillä on keskeinen rooli äitien sosiaalisen tuen muodostumisessa. Puolison tai vanhempien tuki ei vastaa toisen, samanlaisia elämänmuutoksia läpikäyvän äidin antamaa tukea ja ymmärrystä.

Vertaistuen löytäminen ei kuitenkaan aina ole helppoa. Se vaatii omaa aktiivisuutta sekä paikkoja tai ryhmiä, jotka mahdollistavat toisiin vanhempiin tutustumisen, ihmissuhteiden solmimisen ja vertaistuen saamisen. Lisäksi on oltava tietoa näistä paikoista ja ryhmistä. Vanhemmuuden vertaistukea mahdollistavia paikkoja voi olla esimerkiksi kaupungin tai kansalaisjärjestöjen tarjoamat kerhot ja muu toiminta, ja tukiyhteisöjä haetaan myös verkon kautta (Rotkirch & Saloheimo, 2008, s. 83). Äitien sosiaalista tukea tutkinut Viljanen (2010, s. 65) huomasi, että erilaiset äitien ryhmät ja muut, uusien äitituttavien tapaamisen

mahdollistavat tilanteet ovat tärkeitä verkostoitumisen ja vertaistuen saamisen kannalta uuden elämäntilanteen ja sen tuomien tarpeiden sekä uuden identiteetin rakentamisen keskellä. Vertaistuki ei kuitenkaan automaattisesti synny, vaikka paikalla olisi muita vanhempia. Aineistoni perusteella Albertin Olohuone erottui positiivisesti muista vanhempien tapaamispaikoista, kuten muskariryhmistä tai julkisista leikkipaikoista, sillä sen kevyesti ohjattu toiminta ja lämmin ilmapiiri mahdollistivat luonnollisen keskusteluyhteyden, joka parhaimmillaan johti tutustumiseen, vertaistuen jakamiseen ja jopa ystävyyteen.

Albertin Olohuoneella käyminen on tulosten perusteella vähentänyt yksinäisyyden kokemusta niillä vanhemmilla, joilla yksinäisyys on ollut käymisen aikana ajankohtainen asia. Sosiaalisen toiminnan, aikuisseruan, mielihyvää tuottavien asioiden tekemisen ja aktiivisuuden koettiin vähentävän yksinäisyyttä. Sosiaalinen toiminta vähensi yksinäisyyden tunnetta myös silloin, kun ihmiset eivät olleet tuttuja. Tämä tulos on yhdenmukaisen Viljasen (2010, s. 65) tutkimustulosten kanssa. Mahdollisuus tulla Albertin Olohuoneelle silloinkin, kun ei ole sosiaalisella tuulella, koettiin positiivisena. Erityisesti väsyneenä ja huonosti nukuttujen öiden jälkeen tämä nähtiin tärkeäksi. Aineiston perusteella ja aiempaan tutkimustietoon pohjaten Albertin Olohuone vastaa tuoreiden vanhempien hyvinvointia tukeviin, yksinäisyyttä vähentäviin ja sosiaalisen tuen tarpeisiin.

Tutkimukseen osallistuneilla vanhemmilla oli tarve ja halu poistua kotoa lapsen kanssa. Syitä kotoa poistumiseen tarpeeseen olivat esimerkiksi lapsen tai oma tylsistyminen kotiloissa, lapsen ikätasoinen seura, oma yksinäinen olo, tarve keskustella muiden aikuisten kanssa ja tarve saada muiden aikuisten ihmisten seuraa. Etenkin, jos kotona oleva vanhempi oli tottunut sosiaalisesti aktiiviseen elämään, aktiivisena pysyminen vaikutti olevan tärkeää hyvinvoinnin kannalta. Lapsen hoidon rutiinit tuntuivat yksitoikkoisemmilta ja päivät yksinäisemmiltä, jos ne vietti vain kotona vauvan tai lapsen kanssa ilman aikuista seuraa. Myös Viljasen äitien sosiaalista tukea käsittelevässä pro gradu -tutkielmassa (2010, ss. 41, 63) oli huomattu samansuuntainen ilmiö kotoa pois lähtemisestä. Äidit kaipasivat syitä poistua kotoa, vuorovaikutteista keskustelua muiden aikuisten kanssa ja aikuisten seuraa päiviinsä. Pelkkä kotona oleminen lisäsi yksinäisyyden tunnetta. Monesti kotoa poistuminen vaatii kuitenkin erityistä aktiivisuutta elämänpiirin kaventuessa. Elämäntilanne, oma sosiaalinen piiri ja oma aktiivisuus vaikuttavat vanhempainvapaalla syntyvään sosiaaliseen

ympäristöön. Tähän tarpeeseen Albertin Olohuone pystyy vastaamaan tarjoamalla mahdollisuuden ja syyn hakeutua kodin ulkopuolelle lapsen kanssa.

Pienten lasten vanhemmat eivät ole yhtenäinen joukko, ja kaikilla ei välttämättä ole samantlaisia mahdollisuuksia tai toisaalta myöskään tarpeita kotoa poistumiseen ja sosiaalisten kontaktien etsimiseen. On mahdollista, että aktiiviset, sosiaaliset ja voimavaraiset vanhemmat hakeutuvat Albertin Olohuoneelle, mutta ne, jotka tarvitsisivat enemmän tukea, kokevat vahvempaa yksinäisyyttä tai sosiaalista jännitystä, jäävät kotiin. Esimerkiksi Junttilan (2018, s. 105) mukaan yksinäisyys voi synnyttää sosiaalisen eristäytymisen halua, sosiaalisten tilanteiden pelkoa ja välttelyä, ja alkaa ikään kuin ruokkia itse itseään. Kroonista tai syvää yksinäisyyttä tuntevien vanhempien tavoittaminen onkin haasteellista. Sosiaalinen media ja siellä olevat erilaiset vanhemmuuteen liittyvät ryhmät ihmisiin tutustumisen välineenä mainittiin aineistossa usein, ja verkossa tapahtuva työ voisikin olla yksi ratkaisu kotiin jäävien vanhempien tavoittamiseen.

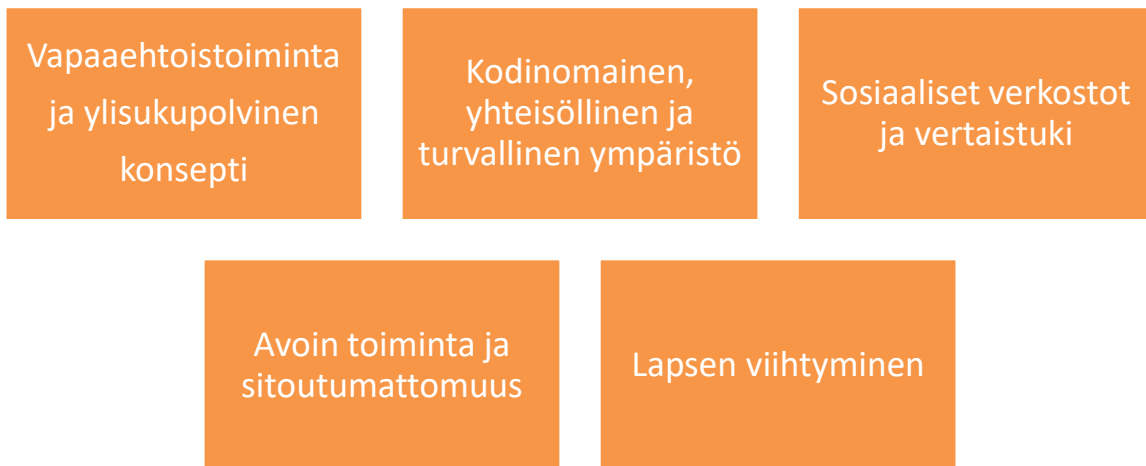
Rotkirch ja Saloheimo (2008, ss. 84–85) ovat määritelleet äitiyden ihanteellista sosiaalista ympäristöä sellaiseksi, jossa äiti saa tarpeeksi tukea ja lepoa läheisten, ammattitahojen ja yhteiskunnan toimesta, ja jossa mahdollistuu myös äidin ja lapsen sosiaalinen, mielekäs elämä. Tärkeää olisi se, että sekä äiti että lapsi saavat seuraa vertaisistaan. Kuvatun mallinen äitien ihanteellinen ympäristö on mahdollista toteuttaa Albertin Olohuoneella. Albertin Olohuoneen toiminta tukee ajatusta ammattitahojen ja yhteiskunnan tuottamasta äitien ihanteellista sosiaalisesta ympäristöstä. Toiminta mahdollistaa Rotkirchin ja Saloheimon korostamat asiat: lasten vapaa leikkiminen toisten lasten kanssa sekä äitien (tai vanhempien) kokemusten jakaminen ja vertaistuki. Kuitenkaan Albertin Olohuone ei pysty täyttämään kaikkia äitien ihanteellisen ympäristön osia, sillä tavoiteltava ympäristö sisältäisi myös läheisten ja laajemman yhteiskunnallisen näkökulman, johon kuuluvat myös asenteet. Läheisten kanssa työskentely ei ole osa Albertin Olohuoneen toimintaa, vaikka tila onkin avoin kaikille. Yhteiskunta ja asenteet taas ovat huomattavasti laajempi kokonaisuus. Sosiaalisen, mielekkään elämän tukeminen kuuluu yksinäisyyttä vähentävän työn lähtökohtiin. Voidaankin olettaa, että Albertin olohuoneen toiminnalla on edellytykset merkittävästi vähentää maahanmuuttajavanhempien yksinäisyyttä. Kuten yksi

haastateltavista asian muotoili, Albertin Olohuone on tärkeä kaikille siellä käyville nuorille vanhemmille – paikka, jota he tässä vaiheessa elämää tarvitsevat.

6.3 Albertin Olohuoneen vetovoimatekijät ja kehittämiskohteet

Tutkimuksen tulosten perusteella Albertin Olohuoneen toiminta on kohtalaisen onnistunutta maahanmuuttajataustaisten kävijöiden näkökulmasta katsoen. Tuloksissa nousi selkeästi esille syitä, joiden vuoksi Albertin Olohuoneella käytiin. Kuva 2 esittää tulosten perusteella koottuja vetovoimatekijöitä, jotka näkyvät Albertilla Olohuoneella käymisen taustalla.

Kuva 2. Albertin Olohuoneen vetovoimatekijät



Albertin Olohuone erottuu vastaavista avoimen perhetoiminnan palveluista erityisesti viihtyisän, lämminhenkisen, kodinomaisen ja turvallisen ympäristön sekä ylisukupolvisen konseptin vuoksi. Aineiston perusteella oletan, että vapaaehtoistoiminnassa piileekin yksi Albertin Olohuoneen vetovoimatekijöistä, sillä vapaaehtoiset ja heidän tarjoamansa konkreettinen apu houkuttelevat tulemaan paikalle vauvan tai pienen lapsen kanssa. Vapaaehtoiset työntekijät mahdollistivat kohtaamisen toisen ihmisen kanssa, vaikka Albertin Olohuoneella olisi hiljaisempi päivä tai työntekijät eivät olisi paikalla. Myös ylisukupolvisen toiminnan konsepti ja ideologia saivat kiitosta osakseen, ja senioreiden omatoimisuutta ja aktiivisuutta tukeva vapaaehtoistoiminta näyttäytyi positiivisena. Aineiston perusteella on

mahdollista, että ylisukupolvinen toiminta lisää yhteisöllisyyden ja kohdatuksi tulemisen kokemusta ja haastateltavien lämminhenkiseksi mieltämää tunnelmaa. Myös kahvi- ja teetarjoilu sekä yhdessä syömisen mahdollisuus osoittautui merkityksellisiksi, ja ne saattavat niin ikään toimia yhteisöllisyyden vahvistajana.

Seuraava keskeinen tekijä oli sosiaalisten verkostojen rakentaminen, muiden vanhempien tapaaminen ja vertaistuki. Vertaisverkostot ovatkin yksi sosiaalisten verkostojen ja sosiaalisen tuen tärkeä muoto (Harju-Tolppa, 2004, s. 17–18). Sosiaalisen tuen puute ja yksinäisyys voivat altistaa erityisesti äitejä synnytyksen jälkeisen masennuksen kehittymiselle. Erityisesti maahan vastikään muuttaneet perheet ovat tässä riskiasemassa, jos sosiaalisia verkostoja ei uudessa maassa vielä ole (Säävälä 2013, s. 86). Sosiaalisten verkostojen luominen tyhjästä voi olla hankalaa ja se vaatii paikkoja, joissa tavata muita ihmisiä. Myös vertaistuki ja siihen liittyvä tiedonvaihto ja uusien näkökulmien saaminen sekä samankaltainen kokemusmaailma vaikuttivat olevan osa vertaisverkoston olemassaolon tärkeyttä.

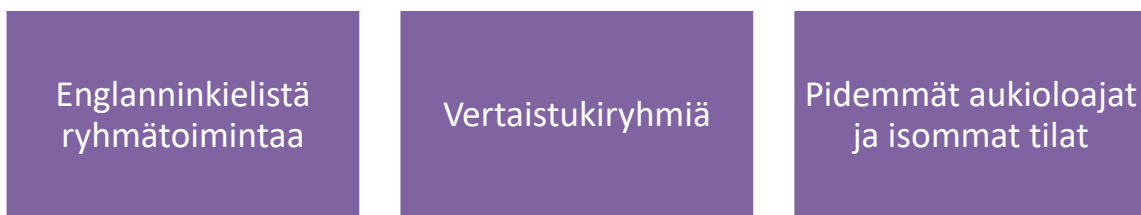
Toiminnan avoimuus ja oman aikataulun mukaisesti käyminen ilmenivät vetovoimatekijäksi. Pienen lapsen kanssa liikkeessä sitoutumattomuus koettiin vahvuutena. Pienen lapsen vanhemmuuteen liittyy usein myös fyysistä väsymystä ja huonosti nukuttuja öitä, joiden jälkeen ei välttämättä jaksaa olla erityisen sosiaalinen tai aktiivinen, mutta kaipaa silti aikuista seuraa tai lapselle virikkeitä. Tämä havainto vastaa Viljasen (2010, s. 65) pro gradu -tutkielman tuloksia. Myös lapsen kokemukset ja viihtyminen nousi tuloksissa vetovoimatekijäksi, ja sen huomioiminen onkin keskeinen elementti perheille suunnatusta toiminnasta puhuttaessa. On luonnollista, että tämä on vanhemmille tärkeää.

Hieman yllättäen Albertin Olohuoneella pidettävä, erityisesti kansainvälisille kävijöille suunnattu International Monday ei noussut erityiseksi vetovoimatekijäksi tulosten perusteella. Tärkeämmäksi ilmeni omien aikataulujen noudattaminen ja sitoutumattomuus. Tuloksiin saattoi vaikuttaa se, että haastatteluja ei päästy toteuttamaan maanantaipäivinä, jolloin haastateltaviksi olisi todennäköisesti päätynyt myös niitä kävijöitä, jotka käyvät International Mondayssa. Siinä säännöllisesti käyvien kokemukset olisivat saattaneet tuottaa tutkimukselle erilaisia tuloksia. Aineistosta oli tulkittavissa, että maanantaisin käy

säännöllisesti jonkin verran eri kävijöitä kuin muina päivinä, vaikka vahvimmin esille nousi kokemus siitä, että kaikkina päivinä käy sekä maahanmuuttajataustaisia että kantasuomalaisia perheitä. Tästä on mahdollista päätellä, että International Mondayssa on jonkun verran eroa muihin päiviin, ei välttämättä kansainvälisten kävijöiden määrässä vaan siinä, keitä paikalla on. Satunnaisesti käyvälle kävijäkunta voi näyttää samanlaiselta kuin muina päivinä, mutta säännöllisesti käyvä ehkä tuntee toiset säännöllisesti käyvät paremmin ja suosii siksi International Mondayta. Tätä ei kuitenkaan suoraan pysty osoittamaan saadun aineiston perusteella.

Tuloksissa kävi ilmi myös kehittämisen tarpeita ja toiveita Albertin Olohuoneen toiminnalle. Kuvassa 3 esitellään tulosten perusteella syntyneet kehittämiskohteet.

Kuva 3. Albertin Olohuoneen kehittämiskohteet



Vaikka International Monday ei tulosten perusteella ole vetovoimatekijä, englanninkielistä ryhmätoimintaa toivottiin enemmän. Englanninkielinen vertaistukiryhmä vanhemmuuteen, erityisesti pienten vauvojen vanhemmille, ja englanninkielinen muskari mainittiin. Tämän taustalla saattoi olla tuloksissa havaittavat viitteet ulkopuolisuuden kokemuksesta ja osallistumisen esteistä kielitaidon takia, vaikka kokemukset kielitaidon vaikutuksista olivat moninaisia. Tämä havainto vastaa aiemmin tunnettua tietoa. Kielitaidon puute voi aiheuttaa kielellistä yksinäisyyttä, stressiä ja kokemusta ulkopuolisuudesta. On myös melko tavallista, että etenkin maahanmuuton alkuvaiheessa paikallisen kielen osaaminen on heikkoa. (Kopylova, 2011, ss. 123–124; Schubert, 2013, s. 64) Kielitaidottomuuden oli havaittu vaikeuttavan syväisten ihmissuhteiden luomista myös Albertin Olohuoneen ulkopuolella. Toisaalta koettiin myös, että suomalaisilla on hyvä englannin kielen taito ja Suomessa pärjää myös englannin kielellä. Kuitenkin sekä maahanmuuttajalle että paikalliselle voi olla

stressaava ja haastavakin kokemus käyttää vuorovaikutuksessa muuta kuin äidinkieltä (Schubert, 2013, s. 64). Tämä voi vaikuttaa keskusteluhalukkuuteen ja keskustelun syvällisyyteen. Albertin Olohuoneella voisi olla perusteltua selvittää laajemmin englanninkieliseen toimintaan ja toisaalta myös suomen kielen harjoittelun tukemiseen liittyviä kokemuksia ja tarpeita.

Kehittämistoiveena mainittiin vanhempien vertaistukiryhmät, jossa voisi tehostaa vertaistuen saamista, tutustua uusiin ihmisiin, saada tukea vanhemmuuteen ja jakaa kokemuksiaan. Kuten mainittu, vertaistuen löytäminen ei aina ole helppoa, ja tähän tarkoitukseen suunnattu ryhmä voi helpottaa sitä. Koska tulosten perusteella Albertin Olohuoneen ei koettu olevan suunnattu aivan pienille vauvoille, toive pienten vauvojen vertaistukiryhmästä oli ymmärrettävä. Kolmas kehitystoive liittyi ympäristöön. Tilojen ahtaus ja aukioloaikojen lyhyys mainittiin. Etenkin ilta-aikaan järjestettävää toimintaa kaivattiin. Tilojen ahtautta taas pidettiin ymmärrettävänä ja vaikeasti muutettavana asiana. Kuitenkin kokonaisuutena toiminta nähtiin positiivisessa valossa.

7 Pohdinta

Opinnäytetyötäni tehdessäni törmäsin jo varhaisessa vaiheessa siihen, kuinka vähän vanhempien kokemaa yksinäisyyttä on tutkittu. Yksinäisyyden tutkimuksen keskittyessä muihin elämänvaiheisiin vanhempien kokema yksinäisyys ja vanhemmuuden vaikutukset yksilön sosiaaliselle elämälle, sosiaalisille suhteille ja koetulle yksinäisyydelle on jäänyt vähemmälle huomiolle. Vanhempien kokeman yksinäisyyden vaikutukset ovat kuitenkin mielestäni niin merkittävät perheiden hyvinvoinnin ja turvallisen kasvuympäristön kannalta, että aiheen tutkimusta ylipäätään olisi syytä lisätä.

Eräs aiheeseen liittyvä ajankohtainen jatkotutkimusidea olisi korona-ajan vaikutus vanhempien kokemaan yksinäisyyteen ja perheiden hyvinvointiin. Uskon, että tätä aihetta tullaan myös tutkimaan. Myös perhekerhotoimintaa ja lapsiperheiden avoimia tapaamispaikkoja koskeva laajempi tutkimus olisi kiinnostava nimenomaan yksinäisyyden näkökulmasta. Millaisia vaikutuksia tällaisella toiminnalla on vanhempien kokemaan yksinäisyyteen?

Tutkimusta tehdessäni esille nousi kaikkein yksinäisimpien ja heikoimmassa asemassa olevien perheiden tavoittamiseen liittyvät haasteet. Tätä teemaa olisi tarpeellista tutkia enemmänkin esimerkiksi Albertin Olohuoneen näkökulmasta. Miten tavoittaa ja innostaa syrjäytymisuhassa olevia, yksinäisyyttä kokevia vanhempia osallistumaan Albertin Olohuoneen toimintoihin? Tätä tutkimusta voisi tarkentaa koskemaan erityisesti maahanmuuttajataustaisia vanhempia.

Opinnäytetyöprosessini on ollut varsin pitkä. Aloitin työn suunnittelun syksyllä 2019. Opinnäytetyötä tehdessäni olen päässyt pohtimaan työni keskeisiä ilmiöitä eri kanteilta. Prosessin aikana Suomessa elettiin COVID-19 pandemian aiheuttamien, vaihtelevien rajoitusten keskellä. Nämä poikkeusolot antoivat uudenlaista perspektiiviä yksinäisyyttä ja vanhemmuutta käsittelevälle työlle. Ne herättivät myös laajempaa huolta eristäytymisen ja yksinäisyyden aiheuttamista vaikutuksista ihmisten hyvinvointiin. Aihe tuntui entistä ajankohtaisemmalta. Yksinäisyyden parissa tehtävä työ saa varmasti myös uusia mittasuhteita ja uudenlaisia tapoja toteuttaa sitä pandemian aikana ja sen jälkeen.

Kokonaisuutena opinnäytetyöni on mielestäni onnistunut. Työssä on laajahko tietoperusta, joka on sen vahvuus, mutta toisaalta myös haaste. Laajan tietoperustan kerääminen vahvisti omaa ymmärrystäni aiheesta, ja auttoi aineiston hankinnassa, kuten haastattelukysymysten asettelussa ja itse haastatteluissa, sekä analysoinnissa ja päättelyssä. Samalla kuitenkin tiedostan rajaamisen olleen haastavaa, sillä yksinäisyys ilmiönä on monitahoinen, ja siihen olisi mahdollista ja myös kiinnostavaa perehtyä huomattavasti syvemmin. Sisällytin työhöni vanhempien yksinäisyyden lisäksi myös maahanmuuttajien yksinäisyyteen liittyvää tietoa. Tämä toimi perustana, jonka päälle oli mahdollista rakentaa käsitystä maahanmuuttajavanhempien yksinäisyyteen liittyvistä erityispiirteistä. Tietoperusta ja pohdinta on laaja, mutta se tuki opinnäytetyön tavoitteita ja pysyi rajatussa aiheessa.

Etukäteen pohtimani riskit opinnäytetyön onnistumiselle olivat englannin, toisin sanoen kaikille osapuolille vieraan kielen, käyttäminen haastatteluissa, haastateltavien tavoittaminen ja henkilökohtaisen aiheen käsittelyyn liittyvät kysymykset. Vieraalla kielellä kommunikoidessa on enemmän mahdollisuuksia väärinymmärryksille, ja ilmaisuun on kiinnitettävä tavallista enemmän huomiota. Tätä väärinymmärrysten mahdollisuutta pyrin

minimoimaan pitämällä haastattelutilanteet kiirettöminä ja turvallisina, jolloin osallistujilla oli mahdollisuus hakea oikeita sanoja, tarkentaa ja kysyä. Vuorovaikutuksellisuus haastatteluissa mahdollisti myös minulle lisäkysymysten tekemisen, peilaamisen ja varmistamisen sekä oman syntyneen käsityksen korjaamisen. Silti tiedostan, että haastattelukieli on saattanut vaikuttaa aineistoon. Väärinymmärryksiä tai tulkintavirheitä on voinut tapahtua, ja tietoa jäädä kielellisten ilmaisuvaikeuksien taakse. Olen myös saattanut tulkita haastateltavien kertomaa väärin, sillä tulkintavirheiden riski on suurempi vieraalla kielellä kuin äidinkielellä.

Haastatteluissa käsiteltiin intiimejä, henkilökohtaisia ja herkkiäkin asioita, ja pohdin etukäteen, uskaltavatko haastateltavat avautua näistä. Tämä osoittautui kuitenkin turhaksi. Arvostin sitä, että haastateltavat avautuivat minulle yksinäisyyteen liittyvistä kokemuksista. Haastattelut olivatkin palkitseva kokemus. Olisin kuitenkin voinut tehdä testihaastattelun ennen varsinaisten haastattelujen aloittamista, jotta olisin saanut kokemusta tutkimuksellisen haastattelun kulusta etukäteen.

Haastateltavien tavoittamisen haasteet muodostuivat juuri aineiston hankinnan aloittamiseen ajoittuneista, tiukoista koronarajoituksista keväällä 2020. Koronarajoitukset toivat myös muita haasteita prosessiin, ja etätyöskentelyn siirtyminen vaati teknisten sovellusten nopeaa käyttöönottoa ja eräänlaista digiloikkaa etenkin aineistonkeruussa ja tietoperustan kartuttamisessa. Kirjastojen sulkeutuminen kriittisellä hetkellä ja työskentelyn siirtyminen kotiin vaikuttivat opinnäytetyöprosessiin. Oletan, että työni olisi jossain määrin erilainen ilman pandemiaa. Koska aineisto kuitenkin kerättiin pandempian alkuvaiheessa, aineiston varsinaiseen sisältöön koronakriisi tuskin kuitenkaan ehti vaikuttaa.

Tutkimukseni tavoitteena oli saada tietoa Albertin Olohuoneen kansainvälisten kävijöiden kokemuksista paikan toiminnasta, yksinäisyyden kokemuksista sekä Albertin Olohuoneen vaikutuksesta yksinäisyyden kokemukseen. Asettamani tutkimuskysymykset olivat toteuttamiskelpoisia ja palvelivat tavoitteen saavuttamista. Valitsemani tutkimusmenetelmät olivat niin ikään tarkoituksenmukaisia ja tukivat tutkimuskysymyksiin vastaamista. Esitellyissä tuloksissa on pyritty vastaamaan asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Tärkein tavoite oli työn tilaajan tarpeisiin vastaaminen. Albertin Olohuoneelta toivottiin

tutkimusta, jossa pyrittäisiin löytämään tietoa siitä, miten heidän kansainväliset kävijänsä kokevat toiminnan. Yksinäisyyden teema valikoitui mukaan HelsinkiMission toiminnan fokuksen mukaisesti, ja syventää saavutettua tietoa kansainvälisten kävijöiden kokemuksista ja tarpeista. Tutkimuksen tuloksista saatua tietoa on mahdollista hyödyntää Albertin Olohuoneen toiminnan kehittämisessä, vaikka tieto ei ole laajasti yleistettävissä. Opinnäytetyön tekeminen on ollut pitkä prosessi, josta olen oppinut väkisinkin uutta, niin tutkimuksen teosta kuin opinnäytetyöni käsittelemistä ilmiöistä. Yksinäisyyttä ennaltaehkäisevä työ edistää perheiden hyvinvointia, ja opinnäytetyöni hyödyttää tämän tavoitteen saavuttamista.

Lähteet

- Alitolppa-Niitamo, A. & Leinonen, E. (2013). Perhe, nuoret ja maahanmuutto. Teoksessa A. Alitolppa-Niitamo, S. Fågel & M. Säävälä (toim.) *Olemme muuttaneet – ja kotoudumme*. (ss. 96–116) Väestöliitto.
- Erkintalo, H. (2012). *Suomeen muuttaneiden äitien kokemuksia maahanmuutosta, äitiydestä ja tuesta* [pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto].
<http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-22532>
- Grönlund, H. (2015). Johdanto. Teoksessa H. Grönlund (toim.) *Vapaaehtoistoiminta lapsiperheiden tukena. Perheiden, ammattilaisten ja vapaaehtoisten kokemukset* (ss. 8–9) HelsinkiMissio.
https://www.helsinkimissio.fi/sites/default/files/attachments/HM_PeSu_Raport_v4_DIGI_0.pdf
- HelsinkiMissio. (n.d.). *Yhdessä yksinäisyys voitetaan*. <https://www.helsinkimissio.fi/>
- Hanifi, R. (2016). Sosiaaliset suhteet järjestäytyvät uudelleen. *Tieto & Trendit*. Tilastokeskus.
<http://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2015/sosiaaliset-suhteet-jarjestaytyvat-uudelleen/>
- Harju-Tolppa, M. (2004). *Monikulttuuristen naisryhmien voimaantuminen ja sosiaaliset verkostot*. Helsinki: Suomen settlementiliitto ry.
- Hiitola, J., Anis, M. & Turtiainen, K. (2018). Johdanto. Teoksessa J. Hiitola, M. Anis & K. Turtiainen (toim.) *Maahanmuutto, palvelut ja hyvinvointi – kohtaamisissa kehittyviä käytäntöjä*. (ss. 6–29) Vastapaino.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2010). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2007). *Tutki ja kirjoita*. Tammi.
- Illikainen, H. & Kerälä, E. (2019). *Maahanmuuttajaäitien kokemukset osallisuudesta pienellä paikkakunnalla* [pro gradu -tutkielma, Lapin yliopisto].
https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63843/Gradu_keralaillikainen.pdf;jsessionid=75781D21018DFB03CFFF166D544098E9?sequence=1
- Junttila, N. (2015). *Kavereita nolla – lasten ja nuorten yksinäisyydestä*. Tammi.
- Junttila, N. (2018). *Kaiken keskellä yksin – aikuisten yksinäisyydestä*. Tammi.

- Junttila, N., Ahlqvist-Björkroth, S., Aromaa, M., Rautava, P., Piha, J., Vauras, M., Lagström, H. & Räihä, H. (2013). Mothers' and fathers' loneliness during pregnancy, infancy, and toddlerhood. *Scandinavian Journal of Psychology*, 56, 482–488.
[https://www.researchgate.net/publication/258206884 Mothers%27 and Fathers%27 Loneliness During Pregnancy Infancy and Toddlerhood](https://www.researchgate.net/publication/258206884_Mothers%27_and_Fathers%27_Loneliness_During_Pregnancy_Infancy_and_Toddlerhood)
- Kuittinen, S. & Isosävi, S. (2013). Vanhemmuus ja pienten lasten hoiva eri kulttuureissa. Teoksessa A. Alitolppa-Niitamo, S. Fågel & M. Säävälä (toim.) *Olemme muuttaneet – ja kotoudumme*. (ss. 78–95) Väestöliitto.
- Kopylova, P. (2011). Yksinäisyys vieraassa maassa. Teoksessa T. Heiskanen & L. Saaristo (toim.) *Kaiken keskellä yksin – yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot*. (ss. 121–129) PS-kustannus.
- Lee, J., Hong, J., Zhou, Y. & Robles, G. (2020). Relationships Between Loneliness, Social Support, and Resilience Among Latinx Immigrants in the United States. *Clinical Social Work Journal*, 48, 99–109. <https://doi.org/10.1007/s10615-019-00728-w>
- Metsämuuronen, J. (2008). *Laadullisen tutkimuksen perusteet*. International Methelp.
- Martikainen, T. & Tiilikainen, M. (toim.) (2007). *Maahanmuuttajanaiset: kotoutuminen, perhe ja työ*. Väestöliitto.
- Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. (2006). *KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto.
https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaope-tus/kvali/L7_3_4.html
- Rastas, A. (2005). Kulttuurit ja erot haastattelutilanteessa. Teoksessa J. Ruusuvuori ja L. Tiittula (toim.) *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. (ss. 78–102) Vastapaino.
- Rissanen, S. & Lammintakanen, J. (toim.) (2011) *Sosiaali- ja terveysjohtaminen*. WSOYpro Oy.
- Rokach, A. (2007). Self-perception of the antecedents of loneliness among new mothers and pregnant women. *Psychological Reports*. 100. ss. 231–243
- Roos, J. (2009). Monikulttuuriset perheet Suomessa. Teoksessa P. Oksi-Walter, J. Roos & R. Viertola-Cavallari. *Monikulttuurinen perhe*. (ss.128–156) Arkki.
- Rotkirch, A. & Saloheimo, A. (2008). Yksin kotona? Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.) *Äidin kielletyt tunteet*. (ss. 72–85) Väestöliitto.

Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (2005). *Haastattelu – tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*.

Vastapaino.

Schubert, C. (2013). Kotoutumisen psykologiaa. Teoksessa A. Alitolppa-Niitamo, S. Fågel &

M. Säävälä (toim.) *Olemme muuttaneet – ja kotoudumme*. (ss. 63–77) Väestöliitto.

Säävälä, M. (2013). Maahanmuuttajakoti ja koulu yhteistyössä. Teoksessa A. Alitolppa-

Niitamo, S. Fågel & M. Säävälä (toim.) *Olemme muuttaneet – ja kotoudumme*. (ss. 117–133) Väestöliitto.

Sisäministeriö. (n.d.). *Turvapaikanhakijat ja pakolaiset*.

<https://intermin.fi/maahanmuutto/turvapaikanhakijat-ja-pakolaiset>

Viljanen, T. (2011). ”Eniten mä pelkäsin että mä jään yksin ” – Tutkimus sosiaalisen tuen tarpeesta äitiyden ensimmäisen vuoden aikana [pro gradu -tutkielma, Tampereen Yliopisto].

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/81874/gradu04516.pdf?sequence=1>

Väestöliitto. (n.d.). *Maahanmuuttajien määrä*.

http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/manmuuttajat/maahanmuuttajien-maara/

Liite 1: Teemahaastattelun runko

Albert's Living Room
Vuokko Tupola 2020

Theme interview outline

1. Background

Age, homeland, family, work status, the amount of time in Finland etc.

2. Albert's Living Room

The reasons to visit
The senior citizens
The activities
The space & atmosphere
International Monday & as an international visitor
Things to improve

3. Being a parent in a foreign country

Parenting in a foreign country/Finland
Social networks and relations
Cultural differences

4. Loneliness

Loneliness in general
Loneliness in Finland
Loneliness as a parent (+ as a parent in foreign country)
Loneliness in country of origin -> differences
Reasons for loneliness
Things that reduce the feeling of loneliness

5. Loneliness & Albert's Living Room

Has going to ALR changed the experience of loneliness & how?

Liite 2: Saatekirje



Hi there!

I am a student of social services in HAMK University of Applied Sciences. I am doing my thesis in collaboration with Albert's Living Room. I'm looking for you, international visitor, and 45 minutes of your time! Come chat with me in Albert's Living Room, confidentially of course.

The purpose of my thesis is to gather information about the experiences of immigrant parents regarding Alberts' Living Room and observations of loneliness in general, especially here in Finland.

I will gather the information through interviews. I will conduct the interviews either in English or Finnish, regarding your wishes. The interviews are private, and the length is max. 45min. The gym hall is booked for this purpose, and it is possible to take your children with you to the gym.

If you are interested to participate to the study, please come and chat with me to Albert's Living Room on the following dates:

Thursday 12.3.2020 at 10-11 am & at 1-2 pm

Monday 16.3.2020 at 10-11 am & at 1-2 pm

Monday 23.3.2020 at 10-11 am & at 1-2 pm

Participation to the study is completely voluntary. The information will be processed confidentially, and the answers and participants will remain anonymous. You won't be recognized, though the thesis and the results will be published.

As a thank you, Albert's Living Room gives out coffee vouchers to a café Johan & Nyström Kanavanranta to the participants of the study. In addition, one Finnkino movie ticket will be given to a randomly picked participant.

If you have any questions, please feel free to contact vuokko.tupola@student.hamk.fi! Your view, opinion and experiences matter, and I'd be grateful for your contribution!

xx

Vuokko Tupola


Vuokko Tupola
student of social services
HAMK University of Applied Sciences
vuokko.tupola@student.hamk.fi

Liite 3: Saatekirjeen päivitys

Because of the Corona virus outbreak the means of this study have changed.

The rest of the interviews will be held via remote access. Finding a new place to meet, as Albert's Living Room is closed, doesn't seem like a good option with the current developments and regulations. Safety and health are important factors in conducting the study.

If you are still interested in participating in the study, **please contact me at vuokko.tupola@student.hamk.fi or at my Facebook profile by March 22nd** and we can arrange a time for an interview. There is room for two more participants. You can give the interview at your home, through either a computer access or phone.

Thank you  Stay safe and well!

Vuokko Tupola
student of social services
HAMK University of Applied Sciences
vuokko.tupola@student.hamk.fi