

Outi Haimi

PITKÄAIKAISTYÖTTÖMÄN NUOREN HYVINVOINTI

Hyvinvoinnin koostumus ja osatekijät

Opinnäytetyö
Järjestö- ja nuorisotyö YAMK


Marraskuu 2016




MAMK

University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

 <div style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> <h1 style="margin: 0;">MAMK</h1> <p style="margin: 0;">University of Applied Sciences</p> </div>	<p>Opinnäytetyön päivämäärä</p> <p>21.11.2016</p>	
<p>Tekijä(t)</p> <p>Outi Haimi</p>	<p>Koulutusohjelma ja suuntautuminen</p> <p>Järjestö- ja nuorisotyö YAMK</p>	
<p>Nimeke</p> <p>Pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointi. Hyvinvoinnin koostumus ja osatekijät</p>		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyössäni tuon esille pitkäaikaistyöttömien nuorten hyvinvointia. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää hyvinvointia heikentäviä ja vahvistavia tekijöitä sekä millaista on pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointi tässä ajassa. Työ on tehty yhteistyössä Kouvolan Parik -säätiön kanssa.</p> <p>Tutkimus on kvalitatiivinen tutkimus, joka on toteutettu puolistrukturoituna teemahaastatteluna keväällä 2016 kahdeksan Parik -säätiön toiminnassa olevan pitkäaikaistyöttömän nuoren avulla. Haastattelusta saatua materiaalia analysoitiin suhteessa tutkimuskysymyksiin ja tutkimuksen yläkategoriaksi muodostui ns. ilmiö työttömän nuoren elämänlaadusta. Tätä tuodaan esille Allardtin hyvinvointiteorian mukaan.</p> <p>Tutkimuksen mukaan nuoret kokevat oman hyvinvointinsa pääosin hyväksi silloin kun elämän peruselementit ovat kunnossa. On kuitenkin tärkeää huomata, että yhdenkin peruselementin puuttuessa tai ollessa vaillinainen, nuoren kokemus omasta hyvinvoinnista on selvästi heikompaa kuin silloin kun perusasiat ovat kunnossa. Pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvoinnin kulmakivinä ovat ystävyys-suhteet, hyvät perhesuhteet sekä sosiaaliset verkostot, joissa tietokoneilla pelaaminen on isona osana, itsensä toteuttaminen sekä työpajatoiminta. Vahvimmin hyvinvointia heikentäviksi osa-alueiksi nousevat lapsena ja nuorena koetut koulukiusaamiskokemukset, joiden myötä kaikilla on edelleen eriasteisia yksinäisyyden kokemuksia. Toisena hyvinvointia kuluttavana tekijänä nousevat arjenhallinnan ongelmat. Myös terveydentila ja hoitamattomat ristiriidat perheissä haastavat työtöntä nuorta.</p> <p>Verrattuna yleisiin hyvinvointitutkimuksiin, työttömän kohdalla korostuu sosiaalisten suhteiden merkitys, hyvä itsetunto sekä kyky ylläpitää työkykyä, jotta syrjäytymistä ei tapahdu. Riskitekijöiden määrää voidaan kuitenkin pienentää työpajatoiminnan edustamalla sosiaalisen vahvistamisen palveluilla silloin kun nopea työllistyminen ei ole mahdollista.</p>		
<p>Asiasanat (avainsanat)</p> <p>työttömyys, työpajatoiminta, koulukiusaaminen, sosiaalinen vahvistaminen, sosiaaliset suhteet, hyvinvointi, Allardtin hyvinvointiteoria, yksinäisyys</p>		
<p>Sivumäärä</p> <p>73 + liitteet</p>	<p>Kieli</p> <p>suomi</p>	<p>URN</p>
<p>Huomautus (huomautukset liitteistä)</p>		
<p>Ohjaavan opettajan nimi</p> <p>Katja Komonen</p>	<p>Opinnäytetyön toimeksiantaja</p> <p>Parik -säätiö, Kouvola</p>	

DESCRIPTION

		Date of the master's thesis 21.11.2016
Author(s) Outi Haimi	Degree programme and option NGO and Youth Work, master of Humanities	
Name of the master's thesis A long-term unemployed young person's well-being. Consistency and elements of well-being.		
Abstract In my thesis I examined long-term unemployed young people's well-being. The goal of thesis was to find out the reasons that either strengthen or weaken well-being and what a long-term unemployed young person's well-being is in our time. The thesis was done in co-operation with Kouvola Parik foundation. This thesis was qualitative research which was executed as a semi-structured theme interview in spring 2016 with eight long-term unemployed young person involved with Parik foundation. The interview material was analysed in relation to the research questions and the focus of the thesis became a so called phenomenon of a unemployed young person's quality of life. This is presented according to Allardt's well-being theory. The thesis indicates that people experience their well-being mainly as good when the basic elements are good. However, it is important to notice that if one of those elements is missing or incomplete, the person's experience of well-being is significantly weaker than if all elements are ok. The cornerstones of a long-term unemployed young person's well-being are friendships, good family relationships, social networks, for example computer gaming, self-realization and workshop activities. Also psycho-physical problems and untreated family conflicts pose challenges for unemployed young people. Compared to common well-being studies, the importance of social relations, am good self-esteem and ability to maintain one's working ability is high-lighted, so that exclusion can be avoided. The number of risk factors can be decreased with services of social strengthening such as workshop activities, when there is no change of fast employment.		
Subject headings, (keywords) unemployment, workshop activities, school bullying, social strengthening, social relationships, well-being, Allardt's well-being theory, loneliness		
Pages 73 + attachments	Language Finnish	URN
Remarks, notes on appendices		
Tutor Katja Komonen	Master's thesis assigned by Parik foundation, Kouvola	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	3
2	TEOREETTINEN VIITEKEHYS	4
2.1	Hyvinvoinnin käsite	4
2.2	Allardtin hyvinvointiteoria	8
2.3	Hyvinvointi nuorten yhteisössä	10
2.4	Aikaisemmat tutkimukset hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä.....	11
2.4.1	Fyysinen hyvinvointi.....	11
2.4.2	Sosiaalinen tuki	13
3	TYÖTTÖMYYS	17
3.1.1	Nuorisotyöttömyys ilmiönä.....	17
3.1.2	Aiemmat tutkimukset työttömän hyvinvoinnista	19
3.1.3	Työttömän vapaa-aika.....	21
4	PARIK-SÄÄTIÖ	26
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	27
5.1	Tutkimuksen kohde ja kohdejoukko.....	27
5.2	Tutkimuskysymykset	28
5.3	Tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmät.....	28
5.4	Aineistonkeruuprosessi	29
5.5	Aineisto	31
5.6	Analyysi	32
6	TULOKSET	33
6.1	Having.....	33
6.2	Loving	40
6.3	Being	50
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	58
7.1	Kokemus omasta hyvinvoinnista	58
7.2	Tutkimuksen luotettavuus.....	62
7.3	Tulevaisuuden näkökulmia	63
8	LOPPUPOHDINTA.....	64
	LÄHTEET	
	LIITTEET	

- 1 Aineistoanalyysi
- 2 Teemahaastattelurunko

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössä tutkin 19–29 -vuotiaiden nuorten pitkäaikaistyöttömien hyvinvointia sekä sitä millaisia heikentäviä ja vahvistavia osatekijöitä työttömien nuorten elämässä ylipäättään on.

Hyvinvointia on tutkittu paljon yleisesti, mutta kaipasin lisää tietoa nuorten työttömyysajan hyvinvoinnista. Tämän vuoksi päädyin aiheeseen, joka soveltuu myös hyvin Kouvolan Parik -säätiön työpajatoiminnan vuosien 2016–2017 kehittämissuunnitelman Nuotta-hankeeseen. Tässä hankkeessa uudistetaan sosiaalisen vahvistamisen ja laadullisen vaikuttavuuden mittareita ja käytänteitä työpajanuorten osalta.

Työ toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena vuoden 2016 aikana ja sen tarkoituksena oli tuoda esille ne asiat, jotka pitävät nuoren mielen virkeänä ja kiinni aktiivisessa arjessa. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys tarkastelee työttömien nuorten hyvinvointia sekä niitä ylläpitäviä asioita hedonistisesta näkökulmasta, jossa korostetaan omaa kokemusmaailmaa. Tätä tuodaan esille Allardtin hyvinvointiteorian: having, loving, being, näkökulmasta. (Allardt 1999, 20–24.) Tutkimustyössä on kaksi pääkysymystä:

1. Millaisia hyvinvointia heikentäviä ja vahvistavia osatekijöitä kohde-ryhmän nuorten elämässä on?
2. Mitä on pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointi?

Tutkimuksen kohdejoukkona ovat pitkäaikaistyöttömät nuoret ja sen aineisto koostuu kahdeksasta Parik-säätiön työpajatoiminnassa mukana olevasta pitkäaikaistyöttömästä nuoresta.

Työ koostuu kaikkiaan kuudesta osasta. Johdannon jälkeen käydään läpi teoreettista viitekehystä; hyvinvoinnin käsitteistöä, Allardtin hyvinvointiteoriaa sekä työttömyyttä ilmiönä. Kolmannessa luvussa avaan työttömyysaikaa ja työttömän vapaa-aikatutkimuksia. Neljännessä luvussa esittelen Parik-säätiön ja sen työpajatoiminnan eri muotoja. Viides luku on tutkimuksen toteutukseen perustuva luku. Siinä avataan tutkimuksen kohdetta ja kohdejoukkoa, tutkimuskysymyksiä, tutkimus- ja aineiston-

keruumenetelmiä, aineistonkeruuprosessia, aineistoa sekä analyysiä. Luku kuusi on tulosluku. Siinä on tuotu esille työttömän nuoren hyvinvoinnin resurssit sekä nykytila. Viimeisessä luvussa esittelen hyvinvointikokemuksia sekä tutkimuksen luotettavuus- ja tulevaisuus näkökulmia.

2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

2.1 Hyvinvoinnin käsite

Vallitsevan ihmiskäsityksen mukaan ihminen on fyysis-psykkis-sosiaalinen kokonaisuus, jossa ihmisen hyvinvointi linkittyy olennaisesti hyvinvointiin (Niemelä 2009, 212–213). Kyse on tällöin hyvinvoinnista, joka syntyy ihmisen toiminnallisuudesta ja osallisuudesta yhteisöön hänen omien kykyjensä mukaisesti. Toiminta voi tällöin tapahtua yksin tai ryhmässä ja toimintaa yleensä motivoi jokin tekijä; tarve, halu, hyöty, kunnia tai velvollisuudentunto. Toiminnallisuuden teorian ja siihen perustuvan hyvinvointiajattelun pohjalla on oletamus ihmisen toiminnan kolmesta ulottuvuudesta: fyysis-aineellinen, sosiaalinen sekä psyykkis-henkinen. (Niemelä 2009, 216–223; 2010, 31–33.)

	fyysis-aineellinen ulottuvuus	sosiaalinen ulottuvuus	inhimillisen kasvun ulottuvuus
1. Being; oleminen/eläminen	Jokapäiväisen elämän perustarpeiden tyydyttäminen. Toimeentulo, vaatetus, asuminen, ravinto, ympäristö	Yhdessä oleminen. perhe, ystävät, sukulaiset. Liityntään tarpeen tyydyttäminen	Itsensä toteuttamisen tarve. Inhimillinen kasvu. Taivoitteena autonomia.
2. Having; omistaminen	Aineellisesti taloudellinen pääoma (raha), Välttämättömien resurssien hankinta, tuo turvallisuutta ja varmuutta	Sosiaalisuuden ja yhteiskunnan toiminnalla syntyvä sosiaalinen pääoma. Luottamus, sosiaalinen asema, turva, valta ja varmuus	Henkinen pääoma. Tieto resurssina lisää varmuutta.
Doing; tekeminen/toiminta	Fyysinen toiminta, työ tai harrastukset. Tekeminen tyydyttää elämisen tarpeita. Liittyy vahvasti osallisuus ja osallistuminen	Sosiaalisten suhteiden luominen, itsensä toteuttaminen.	Tarve tietää ja osata yhä enemmän. Oppimisprosessi. Ajattelu- ja aivotyö

KUVA 1. Inhimillisen toiminnan ulottuvuudet (Niemelä 2009, 216–223; 2010, 25–33)

Olemisen tasolla being, hyvinvointi ilmenee tarpeen tyydytyksen tilana ja sen mukanaan tuomana hyvinvoinnin olona. Fyysis-aineellisella ulottuvuudella hyvinvointi tuottaa elämän perustarpeita kuten toimeentulon ja ravitsemuksen tyydyttymisen. Sosiaalisessa ulottuvuudessa tarve kohdata perhettä ja ystäviä pidetään tärkeänä, samoin kun suvun jatkamista ja perheen perustamista. Inhimillisen kasvun ulottuvuus korostaa ihmisen tarvetta kasvaa kykyjensä mukaisiin mittoihin ja päästä vaikuttamaan itse omaan elämäänsä. (Niemelä 2009, 216–217; 2010, 25–29.)

Having, eli omistamisen tasolla, hyvinvointi on resurssien omistamisen tila, jolloin omistaminen on joko aineellisen omaisuuden, sosiaalisten suhteiden tai henkisen pääoman omistamista. Kyky ja halu liittyä samankaltaisesti ajattelevien ja toimivien kanssa yhteen, synnyttää sosiaalista pääomaa, jonka keskeinen elementti on luottamus. Inhimillisen kasvun ulottuvuus synnyttää henkistä pääomaa, jolloin on keskimääräistä paremmat mahdollisuudet pärjätä elämässä. (Niemelä 2009, 118, 220–223; 2010, 31–33.)

Tekemisen tasolla doing hyvinvointi syntyy itsensä toteuttamisesta, osallisuudesta, toiminnan mukanaan tuomasta menestyksestä, elämässä onnistumisesta ja tavoitteiden saavuttamisesta. Tällöin tärkeintä on saavuttaa tavoitteet välineitä, keinoja ja menetelmiä hyväksi käyttäen. Fyysis-aineellisella ulottuvuudella tekeminen tuo resursseja tyydyttämään elämän tarpeita. Esimerkiksi osallisuus harrastusyhteisössä tuo mielekkyyttä elämään. Sosiaalisella ulottuvuudella yhteisössä tekeminen luo ihmisen tarvitsemia sosiaalisia suhteita. Inhimillisen kasvun ulottuvuudessa toiminta luo henkisiä arvoja, mikä merkitsee muun muassa oppimista ja koulutusta. Ihmisen tarvetta tietää ja osata yhä enemmän. (Niemelä 2009, 218–220; 2010, 29–31.)

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos määrittelee hyvinvoinnin ”Yksilön käsityksenä omasta elämäntilanteestaan suhteessa omiin päämääriin, tavoitteisiin ja odotuksiin oman kulttuurin ja arvomaailman määrittelemässä viitekehyksessä” (THL 2014). Elämänlaatua kaikella muotoa on haasteellista määritellä, sillä se on kokemuksellinen, omaan tunnetilaan perustuva olotila. Yleisesti nykytutkimuksissa on kuitenkin todettu, että samoja elämänlaatumittareita käyttäen työllistetyt ja vakaasti toimeentulevat määrittelevät elämänlaatunsa ja tyytyväisyytensä elämään optimistisemmin kuin vastaavasti työttömät. (Kauppinen ym 2010, 246; Saikku ym. 2014, 128–135; Vaarama ym. 2014, 28–36.)

Hyvinvoinnin käsitteistö kuvataan usein laajasti, ja kokemus hyvinvoinnista on useimmissa hyvin subjektiivista, kokemuksellista. Tällöin hyvät elinolosuhteet eivät takaa yksilön kokemusta hyvinvoinnista. Tyypillisin hyvinvoinnin tarkastelumuoto on nähdä se objektiivisena ja subjektiivisena hyvinvointina. Objektiivinen hyvinvointi nähdään tarpeiden tyydyttymisen ulkoisesti mitattavana asteena tai käytettävissä olevana resurssina, jossa ihminen itse tietää kuinka käyttää omat resurssinsa parhaiten. Hyvinvointi koostuu näin ollen kärjitetysti kolmesta eri kokonaisuudesta: *terveys*,

materiaalinen hyvinvointi sekä *koettu hyvinvointi*. Terveystestä puhuttaessa tarkoitetaan sosioekonomisia eroja, joissa suurimmat erot liittyvät elämäntapaan ja terveyspalvelullisiin eroihin. Materiaalisella hyvinvoinnilla nähdään elinolot sekä toimeentulo, joita tarkastellaan usein tuloeroina ja köyhyystutkimuksina, vaikka toimeentuloon vaikuttavat tulojen lisäksi myös menot, eli tarpeet joita sen kuuluu kattaa. Koettu hyvinvointi eroaa monella tapaa materiaalisesta hyvinvoinnista, sillä hyvinvoinnin määrittelee ihmisen oma kokemus siitä, millainen hänen terveystensä tai materiaalinen pääomansa on. Resurssiteorian mukaan ihmisen hyvinvointi perustuu käytettävissä olevista resursseista, minkä mukaan subjektiivista hyvinvointia usein tarkastellaan. (Kallunki & Lehtonen 2012, 359–360; Raijas 2008, 2-13; Vaarama ym. 2010, 11–13.)

Tähän ajatukseen yhdistyy näkemys siitä, että subjektiivinen hyvinvointi nähdään onnellisuutena ja elämänlaatuna (Hjerppe 2011, 222; Kuru 2014, 14; Niiranen-Linkama 2014). Veenhovenin (1991, 3-7) mukaan subjektiivisen hyvinvoinnin (*subjective well-being*) synonyyminä on tyytyväisyys elämään (*life satisfaction*) sekä onnellisuus (*happiness*). Tällöin voidaan puhua hedonistisesta hyvinvoinnista, jolloin hyvinvointi määritellään kokemuksellisenä hyvinvointina suhteessa epämiellyttävään kokemukseen. Jotta koetaan onnellisuutta, tarvitaan enemmän miellyttävää kuin epämiellyttävää kokemusmaailmaa. (Haybron 2008, 62.)

Pyykkösen (2012, 47) mukaan subjektiivisen hyvinvoinnin tutkimuksen alle sijoitetaan tavanomaisesti tyytyväisyys ja onnellisuus ja sen synonyyminä on usein onnellisuus, koettu hyvinvointi, tyytyväisyys sekä elämänlaatu. Ojanen (2011, 381–385) taas määrittelee hyvinvoinnin tietyn henkilön hyväksi elämäksi. Hyvinvointi riippuu tällöin henkilön aiemmista elämänvaiheista ja se on vaihtelevaa. Tällöin onnellisuus ja hyvinvointi ovat usein yhteydessä toisiinsa, mutta ne eivät kulje käsi kädessä ja ole riippuvaisia toisistaan.

Hjerppen (2011, 222–223) ja Ojasen (2014, 380–381) mukaan psykologit ovat kehittäneet onnellisuuden mittaamiseksi kolme eri tasoa. Ensimmäinen taso on vaihteleva onni ja siinä ovat sen hetkiset mielihyvän tunteet ja vallitseva ilo. Se muuttuu nopeasti tilanteiden ja tarpeiden tyydyttymisen mukaan. Toisen tason onnellisuudesta puhutaan termillä tyytyväisyyttä kuvastava onni. Sitä selvitetään kysymyksellä ”kuinka tyytyväinen olet elämääsi” ja se on ensimmäistä tasoa pysyvämpi olotila.

Tämä voi kestää päiviä, viikkoja ja jopa kuukausia. Tällöin ihminen muodostaa oman käsityksensä onnellisuudesta arvioiden oman elämänsä ilot, tuskat, elämäntapahtumat ja olosuhteet. Se perustuu henkilön taipumukseen reagoida myönteisesti elämään. Ojanen puhuu Daniel Haybornin (2003) ajatuksesta, jonka mukaan onnellisuutta kuvastaa kolme osatekijää: mielenrauha, sitoutuminen ja myönteisyys. Kolmannella tasolla onnellisuutta ajatellaan jo laajemmalla tasolla pohtien kaikenkattavaa hyvää elämää, laaja-alaista elämänlaatua. Se on varsin vakaata ja siinä on aina vallitseva perustaso.

Sund (2004, 57–58) ja Raijas (2008, 1) puhuvat hyvinvoinnista populaation ominaisuutena, jolle ei voi esittää yhtä pätevää yhtäläistä nimikettä. Hyvinvointi koostuu tällöin vertailuista henkilöiden ja ryhmien välillä. Tämän vuoksi hyvinvoinnista puhuttaessa ja sitä tutkittaessa käytetään mielellään alueellisia tai yhteisöllisiä eroja ja yhtäläisyyksiä. Hyvinvointi kuvataan usein yleisellä ja rajatulla tasolla, jossa oletetaan hyvinvointiin vaikuttavat tekijät määrättyjen mittareiden avulla, jotka eivät laskeudu ihmisen arjen tasolle.

Pohjoismaisessa hyvinvointitutkimuksen perinteessä on todettu, että ihmisen itsensä kokemalla hyvinvoinnilla ei ole yhteiskuntapoliittista merkitystä. Hyvinvoinnin mittarina on käytetty usein varallisuutta, ja tutkimukset ovat perustuneet taloustieteelliseen näkökulmaan. (Kainulainen, Saari 2013, 24). Hoffrén ym. (2010, 16–18) sekä Torvi ja Kiljunen (2005, 59) tuovat esille nykyisen näkemyksen siitä, että hyvinvointi nähdään aiempaa moniulotteisempana ja eri asioista koostuvana ilmiönä, jotka koostuvat subjektiivisista; kokemuspohjaisista, tekijöistä, joiden olemassaoloa tulee tavalla tai toisella yhdistellä. Hyvinvointi koostuu heidän mukaansa sosiaalisista suhteista sekä emotionaalisista tunteista. Näistä tärkeimpinä heidän mukaansa ovat suhteet perheeseen, ystäviin, yleisesti muihin ihmisiin sekä rakkaus.

2.2 Allardtin hyvinvointiteoria

Tarkastelen työssäni hyvinvointia suomalaisen sosiologin Erik Allardtin (1976, 88–94) sosiologisen hyvinvointiteorian mukaan, jossa yksilön tarpeiden tyydyttäminen on vähintäänkin yhtä tärkeää kuin yhteiskunnalta saadut resurssit. Hyvinvoinnin käsitettä korostetaan siten, että siihen kuluvat yhtäläisenä osana myös sosiaaliset suhteet ja ihmisen mahdollisuus toteuttaa itseään tilanteesta riippumatta. Allardtin luo-

massa hyvinvoinnin ajattelumallissa on kolme ulottuvuutta; varallisuus/elinolot (*having*), myönteinen vuorovaikutus/sosiaaliset suhteet (*loving*) sekä itsensä toteuttaminen (*being*). Näiden perustarpeiden täytyessä syntyy kokemus hyvinvoinnista. Tämä kokemus on hänen mukaansa sidoksissa historiaan sekä ympäröivään yhteiskuntaan ja se on määriteltävä uudelleen elinolojen muuttuessa.

Tutkimukseni tulokset tuodaan esille Allardtin sosiaalisen teorian mukaan, jolloin tarkastelun kohteena ovat työttömien nuorten kokemukset näillä hyvinvoinnin osa-alueilla. Työssäni tuodaan esille mitä pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointi on sekä sen heikentävät ja vahvistavat osatekijät; kuinka varallisuus ja elinolot vaikuttavat hyvinvointiin, miten sosiaaliset suhteet näyttäytyvät hyvinvoinnissa ja kuinka itsensä toteuttaminen auttaa ylläpitämään hyvää elämää.

Having eli elintasoulottuvuus korostaa materiaalisia, aineellisia olosuhteita sekä elinoloja. Tällöin Allardt tuo esille objektiivisen ja subjektiivisen hyvinvoinnin indikaattorit, joissa mitataan toimeentuloa, terveyttä, koulutusta sekä asumista. Tärkeänä on myös tyytyväisyys yksilön objektiiviseen elintasoon. (Allardt 1999, 20.) Nämä osatekijät korostuvat tulokappaleessa puhuttaessa työpajatoiminnasta, varallisuudesta sekä terveydentilasta osana hyvinvointia.

Loving tuodaan esille tarpeina ja resursseina olla yhteyksissä muihin ihmisiin; ihmis-suhteet. Näiden suhteiden avulla rakennetaan sosiaalista identiteettiä. Tämä yhteisyys on hänen mukaansa symmetristä ja vuorovaikutteista ja se auttaa parhaimmillaan yksilöä toteuttamaan muita arvoja. Yksilö, joka saa osakseen rakkautta ja huolenpitoa, osaa vastavuoroisesti rakastaa ja huolehtia muista. Tätä mitataan muun muassa ystävien lukumääränä sekä yksilön sosiaalisina kontakteina. Subjektiiviset yhteisyysindikaattorit käsittävät yksilön kokemat onnellisuuden ja onnettomuuden elämykset; perheen ja ystävien merkityksestä hyvinvoinnin kokemuksissa ja ylläpitämisessä. (Allardt 1999, 20.) Näitä sosiaalisten suhteiden osa-alueita avataan syvemmin tulosluvussa osana hyvinvointia.

Being on itsensä toteuttamista ja omaa elämää koskevien päätöksien tekemistä, joka syvimmillään esiintyy tarpeena integroitua yhteiskuntaan poliittisesti, osallistumalla ja saada merkityksellinen työ. Se nähdään ihmisen identiteetin muodostamisena ja sen säilyttämisenä; yksilön tarpeena muodostaa selkeä kuva itsestään, kyvyistään ja

taustastaan. Ilman vahvoja yhteisyyssuhteita yksilö ei kykene muovaamaan omaa identiteettiään riittävän vahvaksi, mikä vaikuttaa yhteiskuntaan sitoutumisen haasteena. Tämä taas nostaa pahimmillaan syrjäytymisen riskiin. (Allardt 1999, 22–24.) Tulosluvussa tässä kohtaa on kerrottu itsensä toteuttamisen ja harrastustoiminnan merkityksestä hyvinvoinnin ylläpitäjänä.

2.3 Hyvinvointi nuorten yhteisössä

Opinnäytetyön ilmiönä toimii hyvinvoinnin käsitteistö, joka on haastanut tutkijat jo vuosikymmeniä. Tunnetuimmat hyvinvoinnin mallit ovat varmasti Veenhovenin hedonistinen hyvinvointi (1991, 3–7) sekä Erik Allardtin hyvinvointiteoria *having – being – loving* (1976, 88–94), jota myös itse käytän opinnäytetyöni perustana. Nuorten hyvinvoinnin tutkimiseen on erilaisia lähestymistapoja riippuen tutkimuksen painopistealueista. Nuorten hyvinvointia voidaan myös tutkia jostakin määrätystä kontekstista, jolloin kontekstin merkitys on olla tutkimusta määrittelevä kriteeri, varsinkin tutkimuskohde tai väljä raja-aita. Tässä työssä lähdän tutkimaan nuorten hyvinvointia nimenomaan työttömyysajan näkökulmasta ja siitä koostuvia tekijöitä hedonistisen teoreettisesta näkökulmasta. Tällöin tuon esille haastateltavien oman kokemusmaailman. Tutkimustehtäväni on selvittää näkökulmia, jotka ylläpitävät ja edistävät hyvinvointia työttömyysaikana sekä niitä asioita, joita koetaan subjektiivisina sekä objektiivisina hyvinvoinnin tuottajina. Tuon hyvinvoinnin esille ns. *well-being* ajatteluna, jolloin yksilöt ottavat itse kantaa omiin elinoloihinsa ja kertovat omia kokemuksiaan.

Nuorten kohdalla puhutaan muuta väestöä enemmän holistisesta, kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista, jolloin siinä nousevat korkeammaksi emotionaaliseen, olemassaoloon sekä sosiaaliseen hyvinvointiin liittyvät tunteet. Nuoret haluavat selvittää omaa paikkaansa sekä tarvetta muihin ihmisiin nähden ja näiden tunteiden kautta peilaavat itseään enemmän kuin aikuisväestö. Näin ollen nuorten hyvinvointitutkimuksessa tulee korostaa subjektiivisen hyvinvoinnin merkitystä. (Gjerstad 2014, 88; 100.)

Penttinen (2007, 256) puhuu nuorten elämämaailmasta Schützlin (1972) mukaan, jolloin nuori tulkitsee itseään ympäröivän yhteiskunnan ja oman kulttuurisen kontekstinsa kautta. Tällöin arkielämän toimintojen pohjalla on oma näkemys elämänti-

lanteesta sekä subjektiivisesta näkemyksestä, jolloin nuoren elämismaailma luokitellaan kahteen osaan: yksilölliseen ja sosiaaliseen. Yksilöllisessä osassa Schützin mukaan todellisuutta tulkitaan itsenäisesti, kun taas sosiaalisessa osassa tulkinnasta osa jaetaan. Nuorten elämä koostuu arkielämän yksilöllisistä kohtaamisista, joiden sisältöä ulkopuolisen on haasteellista ymmärtää ja tulkita.

2.4 Aikaisemmat tutkimukset hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä

2.4.1 Fyysinen hyvinvointi

Nuoruus on keskeistä aikaa terveyden, elintapojen ja mielenterveyden häiriöiden näkökulmasta, sillä silloin muodostetaan tottumukset liikunnan, elintapojen ja ruokailun suhteen. Tällöin myös ilmaantuvat usein ensimmäiset mielenterveyden häiriöt ja niitä todetaan jopa kaksi kertaa enemmän kuin lapsilla. Häiriöiden päällekkäisyys on yleistä, ja sen vuoksi jokaisen oireen tunnistaminen on hoidon kannalta tärkeää. Suurin osa nuorista kehittyy toimintakyvyltään tavanomaisesti, mutta eri tutkimusten mukaan jopa 20–25 % nuorista kärsii jostakin mielenterveydenhäiriöistä. Näihin mielenterveyden häiriöihin lukeutuvat esimerkiksi aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt sekä nuorten masennusoireilu ja masennushäiriöt. (Marttunen & Karlsson 2013a, 10–11.) Lisäksi satunnaisia paniikkikohtauksia esiintyy noin kolmesta neljään prosentilla koko väestössä, ja jopa joka kolmas ihminen voi saada jossain elämänsä vaiheessa yksittäisen paniikkikohtauksen. Yksittäisiä kohtauksia esiintyy jopa kuu-della prosentilla. (Masennus 2016.)

ADHD eli aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö jaetaan kolmeen tyyppiin: tarkkamattomuuspainotteiseen, impulsiivisuus- ja ylivilkkauspainotteiseen sekä niiden yhdistelmään. Näistä oireista kärsii noin 5 % 6-18 -vuotiasta ja osalla oireet jatkuvat aikuisikään saakka niiden hankalan tunnistamisen vuoksi. (Karlsson 2013, 79–80.) Linnea Karlssonin (2013, 84) sekä Kirsi-Maria Haapasalo-Pesun (2016) mukaan Attention Deficit Disorder eli ADD on tarkkaavaisuushäiriö, jossa ongelmia ilmenee keskittymisen ja tarkkaavaisuuden säätelyssä. ADD henkilön ongelmat kasautuvat toiminnan ohjaukseen, tekemisen aloittamiseen sekä sen loppuunsaattamiseen. On vaikeaa muodostaa rutiineja. Toiminnan poukkoillessa muodostuu haasteita opiskelu- ja työelämässä selviytymisessä. Oireiden merkitys korostuu nuoruusiässä, jolloin nuorelta odotetaan itsenäisyyttä ja lisääntyneitä vastuunottoa. Impulsiivisessa aktiivi-

suuden ja tarkkaavaisuuden häiriössä henkilön toiminta on usein impulsiivista ja harmitsematonta. Ylivilkkäuspainotteisessa oireistossa henkilön on vaikea keskittyä asioihin ja hän on usein motorisesti levoton. (adhd-tietoa 2016.) Karlssonin (2013, 94) mukaan hoitamattomana aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt altistavat syrjäytymiselle sen aiheuttaman heikentyneen toimintakyvyn vuoksi. Tämän vuoksi on tärkeää, että oireistoon puututaan varhain ja nuorta hoidetaan oikein.

ADD diagnoosi on usein helpotus perheille, sillä oireista kärsivää on usein pidetty laiskana ja alisuorittajana. ADD:n oireissa on hyvin keskeisellä sijalla tarkkaavuuden pitkäkestoisen ylläpitämisen eli keskittymisen vaikeus. ADD ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei pystyisi keskittymään koskaan mihinkään. Päinvastoin – ADD oireinen ihminen saattaa keskittyä erittäin hyvin, jopa uppoutua täysin joihinkin asioihin, jos kokee ne kiinnostavina tai mieluksina. ”Toisaalta ikäviin, tylsiin tai työläämpiin asioihin keskittyminen ei onnistu kuin äärimmäisen pakon edessä – kaikilla ei silloinkaan.” ADD-oireisella henkilöllä on itsestä riippumatonta tahdonalaista tekemättömyyttä, mikä poikkeaa useimpien ihmisten ei-kiinnostaviin asioihin tarttumisesta. ADD henkilö ei vain näistä tehtävistä pysty suoriutumaan, kun oireeton henkilö sen pystyy jollakin tavalla tekemään. (Leppämäki 2011, 31; Karlsson 2013, 88.)

Masennus on arkipuheessa usein ohimenevä tila, joka liittyy usein surumielisyyteen tai masennuksen tunteeseen. Tämä ei kuitenkaan haittaa arkea. Masentuneen mielen kestäessä viikkoja, se voi johtaa masennustilaan, joka on aina arkea heikentävä mielenterveyden häiriö. Tällöin mieliala ei vaihtele vaan se on koko ajan alamaissa. Lisäksi toimintakyky heikkenee huomattavasti. Pitkäaikaisesta masennuksesta puhuttaessa masennustila on kestänyt vähintään vuoden. Masennuksessa keskittymis- ja huomiokyky heikkenee, itsetunto- ja itseluottamus heikkenee, tulee syyllisyyden ja arvottomuuden kokemuksia, ajatus tulevaisuudesta tuntuu synkältä ja pessimistiseltä, ilmenee itsetuhoisia ajatuksia tai tekoja, unihäiriöt lisääntyvät sekä ruokahalu heikkenee. (Marttunen & Karlsson 2013b, 41–42.)

Masennusoireet lisääntyvät usein nuoruudessa ja useimmiten siihen sairastutaan ensimmäisen kerran 15–18 vuoden iässä. Koulukiusaamistutkimuksissa on havaittu, että sekä kiusaajien että kiusattujen joukossa on enemmän merkittävää masennusoireilua sekä itsetuhoisia ajatuksia kuin kiusaamiskokemusten ulkopuolelle jäävien ryhmässä. Masennusoireiden tunnistaminen nuorelta on haastavaa, sillä nuoren

oireisto ei ole suoraviivaista ja eikä nuori välttämättä tiedä itsekään olevansa masentunut. (Marttunen & Karlsson 2013b, 43–45.)

Paniikkihäiriössä toistuvat ahdistuneisuuskohtaukset, jossa on fyysisiä ja psyykkisiä tuntemuksia. Kohtauksen aikana henkilön sydän tykyttää voimakkaasti, hän kokee ilman loppuvan ympäriltään, häntä huimaa ja heikottaa. Tulee kuolemanpelkoa ja tunnetta hallinnan menettämisestä. Oireet kestävät muutamasta minuutista aina puoleen tuntiin saakka. Ne ilmaantuvat yleensä tungoksissa julkisilla paikoilla, liikennevälineissä tai kassajonoissa, jolloin paniikkihäiriöstä kärsivä ihminen alkaa vältellä näitä paikkoja ja tilanteita. Tästä seuraa sosiaalista eristyneisyyttä, masentuneisuutta tai työkyvyttömyyttä. (Paniikkihäiriöyhdistys.)

Marjovuon (2016) mukaan paniikkihäiriö on usein kehämäistä ja jatkuvaa, sillä kohtauksen saaneet alkavat usein karttaa niitä paikkoja ja tilanteita, joissa kohtaaminen on edellisellä kerralla ilmennyt. Oire vahvistaa käyttäytymistä, mikä taas vahvistaa oiretta. Paniikkihäiriön hoitoon on monia eri ratkaisuja. Keskeisin niistä on löytää syy-yhteys kohtauksia laukaisevien tekijöiden välille ja välillä toipuminen vaatii lapsuusajan tai elämän aikaisten traumojen läpikäymistä. Mitä varhaisemmassa vaiheessa apua haetaan, sitä helpommalta toipuminen vaikuttaa.

2.4.2 Sosiaalinen tuki

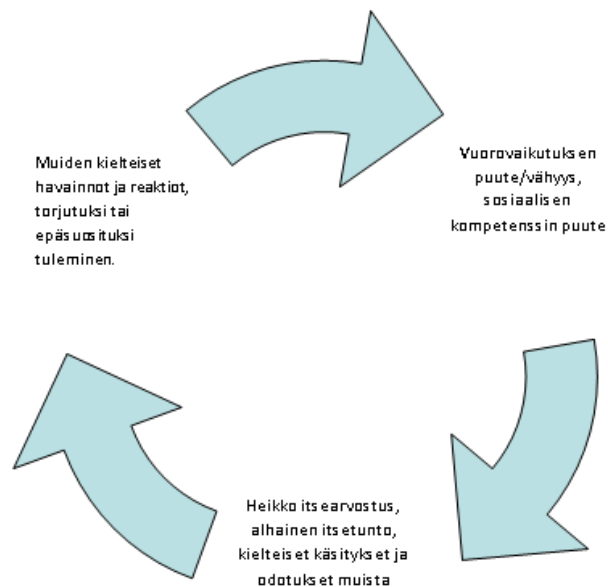
Sosiaalisen tuen käsitteeksi ei ole vakiintunut yhtä, kaiken kattavaa määritelmää. Yleisesti käytetyin määritelmistä on Charles Tardyn (1985, 187) vuonna 1985 luoma määritelmä, jonka mukaan sosiaalisessa tuessa on eriteltävissä neljä eri vastavuoroista tuen tyyppiä: **emotionaalinen-, instrumentaalinen- ja informatiivinen tuki** sekä **arviointi**. Laukka-Sinialon (1994, 208–209) sekä Ojasen (2014, 209) mukaan emotionaalisessa tuessa korostuvat luottamus, välittäminen ja empatia kun taas instrumentaalinen tuki käsittää erilaiset resurssit; ajan ja rahan. Informatiivinen tuki nojautuu neuvontaan, tukeen ja opastukseen, ja arviointi korostaa henkilökohtaista palautteen antoa ja kannustusta. Sosiaalinen tuki on ihmisten välistä toimintaa, jossa yksilön hyvinvointi ja vuorovaikutussuhteet ovat yhteydessä toisiinsa. Sosiaalisella tuella on ns. suora vaikutus yksilön hyvinvoinnille sekä suojaava vaikutus esimerkiksi terveyden kannalta. Se on voimavara ja luottamus siitä, että apua tarvittaessa, sitä myös saa. Se puskuroi stressiä ja edistää tehokkaita selviytymiskeinoja.

Sosiaaliset suhteet ja varsinkin kaverisuhteet ovat nuoruudessa sen keskiössä. Niiden kautta nuoret integroituvat yhteiskuntaan ja luovat itselleen tarpeellisia verkostoja. Nämä verkostot määrittelevät nuoren kokemia arvoja, asenteita ja elämäntilanteita, joita hän noudattaa niin työn, koulutuksen kuin muidenkin keskeisten elämäntilanteiden suhteen (Suutari 2002, 99–105.) Ojasen (2014, 209) mukaan sosiaalinen integraatio eli ihmisten liittyminen tai liittäminen osaksi yhteiskuntaa, sosiaalisiin suhteisiin, muiden joukkoon; edistää hyvinvointia ja kohottaa mielialaa. Se motivoi ja tukee henkilön itsestä huolehtimista. Ihmisten tehdessä asioita yhdessä, heidän keskinäinen luottamuksensa kasvaa, ja he ottavat toisensa paremmin huomioon. Tästä on suorana seurauksena onnellisuuden ja hyvinvoinnin lisääntyminen. (Helve 2009, 256.)

Aaltonen ym. (2011; 29–33) sekä Sutinen (2010, 28, 33) puhuvat ystävyys-suhteista nuoren kasvun kannalta merkittävänä kehitystä ja terveyttä ylläpitävänä sekä edistävänä osatekijänä. Niiden avulla nuori oppii toimimista vertaisryhmissä, reflektoi omaa identiteettiään sekä rakentaa sitä. Ystävyys-suhteissa rakennetaan luottamusta ja vastavuoroisuutta ja nuoret itse kokevat sen olevan suurin osatekijä syrjäytymisen ehkäisyyn. Ystävyys-suhteet koetaan merkittävämpänä kuin aineellinen hyvinvointi, koulutus tai työ.

Kotia käsitellään Helavirran (2011, 24) mukaan siellä olevien sosiaalisten suhteiden ja ennen kaikkea vanhempisuhteiden kautta, vaikka perhesuhteiden merkitys vähenee nuoren kasvaessa lapsesta nuoreksi. Tällöin perheen tilalle sosiaaliseen keskiöön nousee kaverisuhteet ja muut nuoren itsensä valitsemat ihmiset. Heidän kanssaan muodostetaan merkityksellisiä vuorovaikutustilanteita. (Sutinen 2010, 27.) Vahvimasta perhemyönteisyydestä kertoo halu viettää aikaa perheen kanssa kuin pelkätään kertoa perheen olevan tärkeä. Tällöin viestitään, että vapaa-aika ei ole vain omaa aikaa vaan nimenomaan ”perheen aikaa”. Erityisesti ne, jotka haluavat kehittää itseään korostavat perhemyönteisyyttä. Tällöin ei tavoitella vain oman hyvinvoinnin edistämistä, vaan myös perheen katsotaan hyötyvän siitä. Kulttuurin ja liikunnan harrastaminen yhdessä perheen kanssa vaatii vaivannäköä, sillä tällöin edellytetään kodin ulkopuolelle menemistä. Vain harvat nuoret kertovat harrastavansa kulttuuria yhdessä vanhempiensa kanssa. (Jallinoja 2009, 50–61.)

Omalta osaltaan myös työpajatoiminnassa mukana olevat henkilöt ovat nuoren elämänpiirissä merkityksellisiä toiminnan sosiaalisuuden vuoksi. Pietikäisen (2005, 229–230; 2013) mukaan sosiaalinen vahvistaminen on asteittaista elämäntaitojen, hyvinvoinnin ja osallisuuden tukemista, jolla halutaan johtaa aktiiviseksi kansalaiseksi ja se on erityisen olennaista niiden nuorten kohdalla, joilla ei ole elämän perusasiat kunnossa. Erityisesti työpajatoiminnassa nuorten sosiaaliset suhteet nousevat hyvinvoinnin kannalta keskeisiksi ja työpaja-aika määräytyi merkitykselliseksi jo pelkästään siitä syystä, että siellä sai solmittua uusia ihmissuhteita ja luotua kontakteja. Työpajatoiminnan tehtävä on Opetusministeriön (2004, 9-10) mukaan työelämäohjauksen, sosiaalisen vahvistamisen sekä arjenhallintataitojen kartuttaminen. Tähän myös Komonen (2008, 122; 167) viittaa puhuessaan työpajatoiminnan nykytehtäväsistä toimia ohjauksellisena ja kasvatuksellisena toimijana, jolloin se osaltaan paikkaa kotiin ja kouluun kuuluvia kasvatustehtäviä. Näitä tehtäviä esimerkiksi Nuotta-hanke edustaa. Sen tavoitteena on nuorten elämäntaitojen ja sosiaalisen vahvistaminen sekä niihin liittyvän työpajatoiminnan ohjauksen ja valmennuksen kehittäminen sekä kehittää palveluiden laadullisen vaikuttavuuden arviointia vakiinnuttamalla toimet osaksi alueen julkisen sektorin palveluja nuorille. (Parik-säätiö 2015, Pietikäinen 2013.)



KUVA 2. Niina Junttilan kehämalli yksinäisyydestä (2015, 79–81)

Junttila (2015, 79–81) käyttää termiä ”kehämalli”, jossa ”peräkkäin kuvatut asiat vaikuttavat aina seuraavaan ja siitä seuraavaan”. Yksinäisyyden kehämallissa sosiaalisten taitojen puute eli sosiaalisen kompetenssin vajavaisuus saavat yksinäisyyden

kehän liikkeelle. Huomio siitä, että ei ole kelvollinen tai ei osaa olla muiden kanssa johtaa negatiivisen vuorovaikutuksen kehään, jossa seuraava askel on itsearvostuksen heikentyminen ja ulkopuolisuuden kokemukset. Mitä pidemmälle kehä on jatkunut, sitä vaikeampaa, ei kuitenkaan mahdotonta, sitä on pysäyttää.

Ojanen (2014, 385) puhuu ihmisen eristämisestä muista ihmisistä traumaattisena kokemuksena, jossa yksinäisyyteen pakolla joutuminen on tuskallinen kokemus, jossa elämä muiltakin osilta rajoittuu. Tämä heijastuu hänen mukaansa muun muassa mahdollisuuksiin saada elämässä jotakin aikaiseksi. Koulukiusaamiskokemukset ovat ihmisen eristämistä muista ja ne vaikuttavat itsetuntoon ja sen kehittymiseen. Tämä itsetunnon aleneminen voi Junttilan (2015, 85) ja Ketolan (2013, 35–36) mukaan vaikuttaa elämässä pitkäkestoisesti niin opinnoissa menestymiseen kuin elämässä pärjäämiseen.

Lapsuus- ja nuoruusiän yksinäisyydestä saatetaan puhua pysyvänä olotilana, johon liittyy muun muassa masennusta sekä itsetunnon ongelmia. Yksinäisyys ja yksinolo ovat seikkoja, jotka eroavat niiden kokemuksellisuudella. Yksinäisyys voi olla seurausta joko konkreettisten ystävien puutteesta, kyvyttömyydestä kokea läheisyyttä toisten ihmisten seurasta tai läheisten ihmissuhteiden puutteesta. Se saattaa pahimmillaan olla tuskallinen olotila, joka on yhteydessä masennukseen ja huonoon itsetuntoon, vaikka sen syy-seuraus suhteita ei tiedetäkään. (Uusitalo 2007, 25–26.) Alanen ym. (2014, 16–17) puhuvat nuorena kasvatetusta huono-osaisuuden identiteetistä, joka rajoittaa myös myöhemmällä aikuisiällä sosiaalisten verkostojen luomista. Nuoren on haasteellista saada seuraa vapaa-ajalleen, jolloin yksinäisyyden kokemukset ovat vahvasti läsnä vaikuttaen henkiseen hyvinvointiin. Erityisesti nuorena koetut kiusaamiskokemukset korostavat näitä tunteita. Kiusaaminen vaikuttaa aina yksilötasolla.

Fyysisestä yksinäisyydestä puhuttaessa henkilöllä on tarve läheisyyteen ja johonkin itselle tärkeään liittymiseen, mutta hän jää ilman tätä kokemusta. Varsinkin nuorille on tärkeää saada kokea läheisyydentunteita ikätovereidensa kanssa. Myös hyväksytyksi tuleminen, muille onnen tuottaminen ja tunne olevansa rakastettu, on tärkeää hyvinvoinnin kannalta. Jos nuori jää ilman näitä asioita, puhutaan emotionaalisesta yksinäisyydestä. Sosiaalisesta yksinäisyydestä puhutaan, kun nuori jää ilman sosiaalisia verkostoja ns. porukoiden ulkopuolelle. Kun nuorella ei ole luotettavaa ihmistä,

joka häntä kuuntelee ja ymmärtää, puhutaan emotionaalisesta yksinäisyydestä. Nämä kulkevat usein käsi kädessä ja nuori saattaa olla emotionaalisesti yksinäinen, vaikka viettää paljon aikaa kavereidensa kanssa pintapuolisesti tai vastaavasti nuorella saattaa olla läheinen ystävä, mutta ei henkilöitä joiden kanssa viettää aikaa silloin kun ystävä ei ole läsnä. (Junttila 2015, 33–34; Uusitalo 2007, 27–28.)

Yksinäisyys nähdään vaikuttavan myös arjen toiminnoista selviytymiseen. Yksinäisyys tuottaa vaikeuksia vuorokausirytmien säätelyssä, viranomaisasioiden hoitamisessa ja arjen perustoiminnoissa: pyykinpesu, ruuan valmistaminen, siivous. Elämää ei nähdä samassa suhteessa merkityksellisenä kuin ystävyysuhteita omaavien kohdalla. (Korvela & Norlund 2015, 201–202.)

3 TYÖTTÖMYYS

3.1.1 Nuorisotyöttömyys ilmiönä

Työttömyyttä on yritetty selvittää erilaisten teorioiden avulla. Klassisen työttömyysteorian mukaan työttömyys on yksilön itsensä tekemä vapaaehtoinen valinta, joka on normaalitilanteessa mahdoton. (Katajamäki 1985, 71–72.) Samansuuntaisesti puhuu myös Ervasti (2003, 121) tuodessaan esille työttömyyden työnetsintäteorian. Tällöin työttömyysajan olosuhteet ovat liian hyviä ja työlle asetetaan epärealistisia vaatimuksia, jolloin työttömyydestä tulee oma valinta.

Työttömälle on Tilastokeskuksen (2016a) mukaan kolmenlaista määritelmää riippuen siitä mikä taho tai tilasto työttömyyttä luokittelee.

1. ”Tulonjakotilastossa työttömäksi luokitellaan henkilö, joka on ollut vuoden aikana vähintään 6 kuukautta työttömänä. Työttömyyskuukaudet kysytään henkilöltä haastattelussa.”
2. ”Työttömään työvoimaan luetaan vuoden viimeisenä työpäivänä työttömänä olleet 15–74-vuotiaat henkilöt. Tieto työttömyydestä on saatu työministeriön työnhakijarekisteristä.”
3. ”Työtön on henkilö, joka tutkimusviikolla on työtä vaille (ei ollut palkkatyössä tai tehnyt työtä yrittäjänä), on etsinyt työtä aktiivisesti viimeisen neljän viikon aikana palkansaajana tai yrittäjänä ja voisi aloittaa työn kahden viikon kuluessa. Myös henkilö, joka on työtä vaille ja odot-

taa sovitun työn alkamista kolmen kuukauden kuluessa, luetaan työttömäksi, jos hän voisi aloittaa työn kahden viikon kuluessa. Työttömäksi luetaan myös työpaikastaan toistaiseksi lomautettu, joka täyttää edellä mainitut kriteerit.”

Heinäkuussa 2016 Suomen työttömyysaste oli 7,8 prosenttia, mikä oli noin 18 000 henkilöä vähemmän kuin vuotta aiemmin. Vaikka suuntaus on paranemassa, voidaan työttömyyttä silti pitää jatkuvana ongelmana, jonka olemassaoloa ei voi väheksyä. (Tilastokeskus 2016b.)

Nuorisotyöttömyyden määrä on erilainen riippuen siitä, mitataanko sitä otospohjaisella vai hallinnollisella otteella. Molemmilla tutkimusmuodoilla on eri tarkoituksensa ja käsitteistönsä, jolloin tutkimustulosten määrän vaihtelu on suuri. Kumpaakin tutkimustapaa yhdistää niiden laskemismuoto, jossa nuorisotyöttömien osuus lasketaan kaikkien työttömien ja työllisten summasta, siis työvoimasta. (Myrskylä, 2011a.)

”15–24-vuotiaita nuoria oli heinäkuussa yhteensä 636 000. Heistä työllisiä oli 325 000 ja työttömiä 54 000. Työvoimaan, eli työllisiin ja työttömiin yhteensä, kuuluvien nuorten määrä oli 380 000. Nuorten 15–24-vuotiaiden työttömyysaste, eli työttömien osuus työvoimasta, oli heinäkuussa 14,3 prosenttia, mikä oli 3,1 prosenttiyksikköä pienempi kuin vuosi sitten. Nuorten työttömyysasteen trendi oli 20,6 prosenttia. 15–24-vuotiaiden nuorten työttömien osuus samankäisestä väestöstä oli 8,5 prosenttia.” (Tilastokeskus 2016c.)

Nuoruus on ajanjakso, jolloin haetaan itseään ja omaa paikkaansa yhteiskunnassa. Useat nuoret saavat opiskelunsa päätökseen alle 25 vuoden iässä ja tarkoituksena on tämän jälkeen työllistyä. Melkein joka neljännellä suomalaisella nuorella ja esimerkiksi yli puolella espanjalaisnuorista työllistyminen jää kuitenkin haaveeksi nuorisotyöttömyyden ollessa tällä hetkellä merkittävä ongelma kautta Euroopan. Laskusuhdanteen aikana, talouden ollessa heikko, työsuhteet ovat määräaikaista eikä työpaikkoja riitä edes pitkälle koulutetulle aikuisväestölle, jolloin nuoren vähän koulutetun on vielä haasteellisempi työllistyä. (Berg 2016; Hämäläinen & Tuomala 2013.) Nuorena koetussa työttömyydessä haasteellisimmaksi nousee se, että siitä tulee muita työttömiä helpommin suuntaus, jossa työttömyydestä tulee elämäntapa, joka tapahtuu kuin huomaamatta. (Tapaninen 2000, 29–30.)

Asia on ajankohtainen niin yksilöllisellä kuin yleisellä tasolla, sillä nuoren työttömyyskokemuksella on kauaskantoisia vaikutuksia tulevaan työuraan. Se heijastuu

usein tulevana työttömyytenä tai alhaisempina tuloina tulevissa työtehtävissä. Nuorelta jää puuttumaan hänen tarvitsemansa työkokemus, eikä hän näin ollen saa muodostettuja kontakteja tai kehitettyä osaamistaan. Myös pitkittynyt työttömyys heikentävät koulutuksessa saatuja oppeja ja rapauttaa näin ollen jo opittua. (Hämäläinen & Tuomala 2013.) Suurin riski on heikoimmin koulutetuilla nuorilla, joita työelämän rakennemuutokset ja työpaikkojen alueellinen väheneminen sekä tuottavuuden kasvu koskettavat eniten (Hämäläinen ym. 2005, 11).

Halava ja Panzar (2010, 27–29, 36) pohtivat kuluttajakansalaisten työttömyysaika ja heidän motivaatiotaan työntekoon. Heidän mukaansa työntekoon houkuttelee sen kannattavuus, ei syyllistäminen tai yleinen puhe työstä. Työn tulee olla kokemus elämänmittaisesta löytöretkestä, jossa työnteko ei ole elämänsä uhraamista. Varsinkin vuosituhannen vaihteessa täysi-ikäistynyt Millennials-sukupolvi ajattelee työntekosta aiempia sukupolvia radikaalimmin. Työn kautta ei luoda enää identiteettiä eikä työlle olla valmiita kohtuuttomasti uhraamaan. Tämä johtaa työmarkkinoilla siihen, että nuorilla työntekijöillä on vähäisempi työelämäymmärrys kuin aiemmin.

3.1.2 Aiemmat tutkimukset työttömän hyvinvoinnista

Työttömillä on heikon elämänlaadun riski miltei kolminkertainen verrattuna työllisiin. Varsinaiseksi riskiryhmäksi työttömien osalta nousevat ne työttömät, jotka ovat toimeentulotuen varassa. Heillä on muuta väestöä enemmän terveydellisiä ongelmia, yleinen heikentynyt elämänlaatu sekä asumisen ongelmia, mitkä vaikuttavat oman elämänlaadun kokemiseen heikompana kuin muut. Heikon taloudellisen hyvinvoinnin katsotaan ennestään heikentävän mahdollisuuksia saavuttaa muuta hyvinvointia. (Kauppinen ym 2010, 246; Saikku ym. 2014, 128–135; Vaarama ym. 2014, 28–36.)

Työttömyys ja syrjäytyminen yhdistetään usein puhuttaessa nuorista työttömistä, mutta työttömät nuoret kokevat itsensä työttömiksi, eivät syrjäytyneiksi. Tällä ajattelumallilla on suuri merkitys, sillä usean nuoren työttömän kohdalla ei päde samat tulkinnat kuin muusta työttömästä väestöstä puhuttaessa. On totta, että pitkälle edennyt työttömyys voi helposti johtaa syrjäytymiseen, mutta lähtökohtaisesti niiden välille ei voi yhtäläisyysmerkkiä laittaa. Suurimmassa syrjäytymisvaarassa ovat ne nuoret, jotka eivät opiskele tai hae työtä. (Berg 2016; Huhta 2015, 56; Hämäläinen & Tuomala 2013.) Hakamäki (2005, 91–92) puhuu siitä kuinka työtöntä pidetään

osaamattomana pitää työpaikastaan kiinni, ja jolle työttömyys on itsestään johtuva syy. Arvottamalla ulkopuolisena työttömän tai työnsä menettäneen ihmisen kakkosluokan kansalaiseksi, alkaa hän usein itsekkin ajatella ja toimimaan ajatusmallin olettamalla tavalla.

Työttömyydellä ja huono-osaisuudella on nähtävissä yhtäläisyyksiä tyytyväisyyteen elämästä. Näin on päätelty Kauppinen ym. (2010, 234–247) sekä Ervasti (2003, 145–146), jotka ovat tutkineet työttömyyttä ja huono-osaisuuden kasaantumista. Tutkimustuloksista oli havaittavissa, että taloudellisilla resursseilla oli vaikutusta vastaajien hyvinvointiin sekä terveyteen. Siitä seurasi itsetunnon laskua, häpeän tunnetta sekä koetun hyvinvoinnin laskua. Työttömyys itsessään ei Pensolan ym. (2006, 224) mukaan merkitse syrjäytymistä, mikäli muut elämän osa-alueet ovat kunnossa. He puhuvat sosiaalisten suhteiden merkityksestä, hyvästä itsetunnosta ja minäkuvasta, terveydestä sekä työkyvyn ylläpitämisestä. Pitkään jatkuva työttömyys sen sijaan nostaa riskiä sosiaaliseen syrjäytymiseen, sillä yleensä hyvinvointia ylläpitävät tekijät jäävät työttömyyden jalkoihin. Syrjäytymisprosessin voidaan heidän mukaansa katsoa olevan käynnissä silloin kun yksilöstä tulee riippuvainen yhteiskunnan tukitoimista pystyäkseen ylläpitämään kohtuullista elämänlaatua ja elintasoa. Tätä riskitekijää voidaan pienentää työttömien nopealla työllistämisellä sekä sosiaalisen vahvistumisen palveluilla.

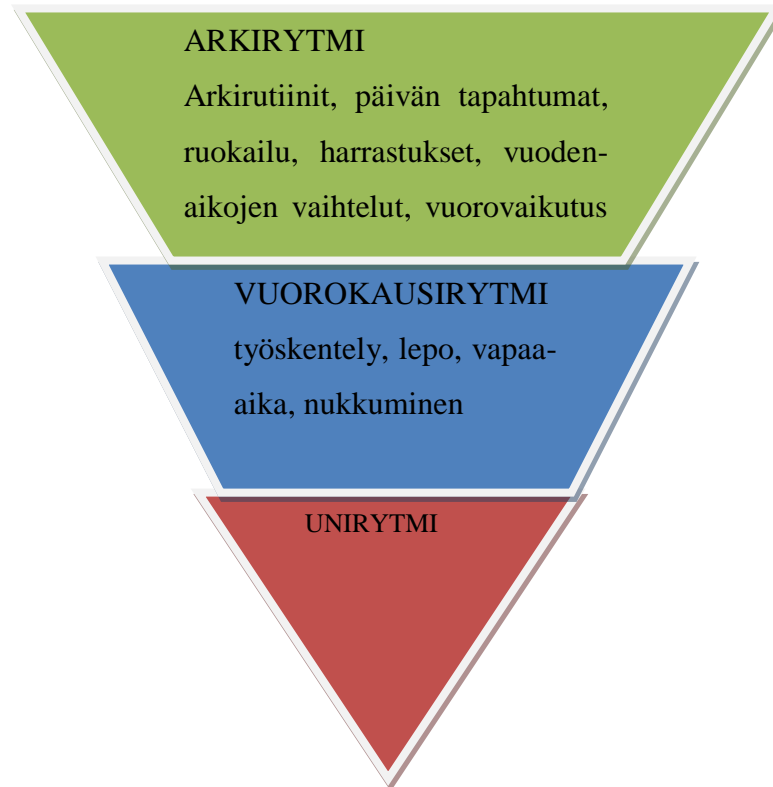
Elämänlaadusta puhuttaessa on todettu, että suurin osa suomalaisista on tyytyväisiä elämäänsä, mutta väestöryhmien välillä on suuria eroja. Väestöaineistoissa alhaisempi elämänlaadun kokemus muodostuu työttömän, työkyvyttömän tai toimeentulotuen saajalle. (Saari 2015, 12; Vaarama ym. 2014, 28.) Hyvinvoinnin osatekijät korostuvat työttömyyden aikana, sillä silloin on Hämäläisen ym. (2005, 93) mukaan erityinen riski fyysisille ja henkisille ongelmille. Kortteisen ja Tuomikosken (1998, 167–169) sekä Heponiemen (2008, 65) mukaan työttömistä enemmistö selviää työttömyysajasta kohtuullisesti, mikäli työttömällä on elämässään asioita, jotka kannattelevat häntä sosiaalisesti. Näitä asioita ilmentävät heidän mukaansa arjen sisällöllisyys sekä riittävän elannon turvaaminen. Huono-osaisuuden kasaantumisessa työttömyys pitkittyessään lisää kuitenkin riskiä myöhempään työttömyyteen, jolloin sosiaalinen kannattelu nousee erityisen tärkeäksi nuorilla työttömillä. Lähteenmaa (2010, 51–52) puhuu pätkätyöttömyydestä elämäntapana ja yhteiskunnan luomana mahdollisuutena toisenlaiselle elämäntavalle, jolloin riski passivoitumiseen on korkeampi. Nuorilta

työttömiltä puuttuu identiteetti tehdä työtä, eivätkä he ole saaneet muodostettua elämänhallintaa palkkatyön varaan.

Nuoret työttömät eivät koe taloudellista ahdinkoa samassa suhteessa kuin vanhemmat työttömät. Tämä voi tutkimusten mukaan perustua siihen, että nuorilla ei ole samanlainen suhde rahaan kuin heillä, joilla on lapsia huollettavanaan tai asuntolaina maksettavana. Nuoret saattavat monesti asua vanhempiensa luona tai vuokralla ja he ovat eläneet jo ennen työttömyysaikaa pienemmillä tuloilla, jolloin siirtymä ei tunnu niin suurelta kuin jo monia vuosia työuraa tehneillä. (Malmberg-Heimonen 2003, 60–61.) Samankaltaisiin tuloksiin on päässyt myös Leinonen (2010, 46) tutkiessaan kaikenikäisten työttömien rahankäyttöä. Tällöin kuluttaminen oli harkittua ja tilanteeseen sopeutuvaista. Suurimpana erona tutkimusten välillä on nuorten luottamus tulevaisuudessa pärjäämiseen verrattuna vanhemman väestön työttömyysajan rahankäyttöä. Kalunki (2015, 159) käyttää nuorten varallisuudesta puhuttaessa termiä ”toteuttamattomat unelmat”. Tällöin ammatillinen suuntautuminen ei ole vielä selkiytynyt eikä työelämään siirtymistä ole tapahtunut, jolloin varallisuutta unelmien toteuttamiseen ei ole.. Tulevaisuuden kohdalla ollaan toiveikkaita enemmän kuin suunnitelmallisia.

3.1.3 Työttömän vapaa-aika

Nuorten arkirytmisiä ei syystä tai toisesta ole tutkittu paljoa. Tämä voi johtua siitä, että nuoruuden rytmittömän ajankäytön voidaan ajatella kuuluvan nuoreksi kasvamiseen, normaalina yövalvomisena tai yöaikaisena sosiaalisena aktiviteettina. Suurin osa nuorista ymmärtää vuorokausirytmien, levon ja vapaa-ajan välistä ajankäyttöä. eikä ongelmia ilmene. Nuorten onnistunut itsenäistyminen vaatii riittävästä unesta huolehtimista ja onnistumista arkirytmisissä. Uni- ja arkirytmien ongelmia ymmärretään hankalasti niin nuorten kanssa työskentelevien kuin nuorten vanhempienkin osalta. Tämä korostuu työttömien nuorten kohdalla, joiden suurimpana ongelmana on arjenhallinnan kokonaisvaltainen problematiikka. Vanhempiensa kanssa asuvan nuoren arkirytmien ongelmien seurauksia ei nähdä kauaskantoisesti, jolloin nuorten vanhemmilta puuttuu kyky puuttua arkirytmisiin ja uniongelmiin tarpeeksi varhaisessa vaiheessa. Tällöin siitä muodostuu vuosien myötä ”moniulotteinen arkirytmiongelma”, joka hoitamattomana saattaa johtaa masennukseen ja päihteiden käyttöön. (Salomon 2014; 8, 21–22, 113–114.



KUVA 3. Rytmikäsitteiden jäsentely (Salomon 2014, 23.)

Hyvinvointitutkimuksissa korostuu riittävän unen tarve, jolla tarkoitetaan riittävää unen määrää sekä laatua sekä arkirytmien sujuvuutta. Riittävä uni on tärkeää lapsen ja nuoren kasvuun ja kehitykselle. Mitä runsaampaa ja parempilaatuista uni on, sitä suotuisampaa on kehittyminen. (Paavonen ym. 2013, 137–138.) Urrilan ja Pesosen (2012, 2829–2833) mukaan unta voidaan pitää kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin indikaattorina, sillä uni vaikuttaa nuoren psyykkiseen hyvinvointiin ja somaattiseen terveydentilaan. Nyky-yhteiskunnan nuorilla on edellytyksiä ajautua myöhäisempään vuorokausirytmiiin sosiaalisten houkuttimien sekä biologisten edellytysten vuoksi, jolloin lapset ja nuoret nukkuvat nykyisin vähemmän kuin aiemmat sukupolvet. Tätä voidaan selittää monella tavoin, mutta vahvimpana on uskomus sähköisen median lisääntymisestä ja sen vaikutuksista unen määrään ja laatuun. Multimedialaitteiden kirkas valo ehkäisee melatoniinin eritystä ja aktivoi näin fysiologisesti. Riittämätön uni heijastuu väsymyksenä ja muistihäiriöinä. Arjenhallinta vaatii arjen taitojen osaamista. Näitä ovat itsestä huolehtiminen, henkilökohtainen hygienia, terveyden ylläpitäminen, ruokailu, siivous, erilaiset hankinnat, raha-asioiden hoito ja viranomaisverkostojen kanssa asioiminen sekä ko. asioille niiden tarvitseman ajan antaminen.

Aaltonen ym. (2011, 44–45) tuovat esille nuorten ns. hengailukulttuurin, joka täyttää nuorten vapaa-ajan ja haastaa arjenhallintataidot. Tällöin ”päämäärätön oleminen puolijulkisissa tai yksityisissä tiloissa, juttelu ja kuljeskelu” täyttävät nuoren vapaa-ajan. Nuoret kokevat hengailun ristiriitaisesti sekä tekemättömyyden että aktiivisen ajan käyttämiseksi ja omaehtoiseksi yhdessä toimimiseksi, jonka tavoitteena on yhteisöllisyys. ”Mitään erikoista ei hengaillessa välttämättä tapahdu, mutta saattaa tapahtua.” Vapaa-ajan viettotavat vaikuttavat nuorella hänen identiteettinsä kehittymiseen, verkostoiden luomiseen, ystävyys-suhteisiin, aikuistumiseen sekä oman arvo maailman ja maailmankuvan rakentumiseen. Nuorille vapaa-aika on aikuistumisen kannalta merkityksellisempää kuin koulussa vietetty aika, sillä vapaa-ajan toimintoihin nuori on itse toiminut päätöksentekijänä. Vapaa-ajan harrastuksista muodostetuilla sosiaalisilla suhteilla nähdään myös vaikutusta koulutuksellisille valinnoille sekä työuralle. Tällöin kerrytetään ns. sosiaalista pääomaa, jotka mahdollistavat luottamuksen syntymistä ja yhteistyökykyä. Tämä kehittyy sosiaalisiksi voimavaraksi, joka auttaa aikuisuudessa kasvamisessa. (Helve 2009, 252–253.)

Halava ja Panzar (2010, 32) ovat tutkineet työn ja vapaa-ajan välisiä ongelmia. Heidän mukaansa nykyajan kuluttajakansalaiset painottavat tietoisesti aiempia sukupolvia enemmän työ- ja vapaa-ajan eroa, jolloin omaehtoista vapaa-aikaa arvostetaan aiempaa enemmän, ja työpanosta on siirretty pois järjestö- ja vapaaehtoistyöstä. Vapaa-ajalta halutaan mieluisia asioita eikä sen kuormittavuutta katsota toivottavaksi. Tämä on taas heidän mukaansa ristiriidassa siihen tulevaisuuden näkymään, jossa yksinäisten ja liiallisen ajan määrän omaavien määrä on suurempi ongelma kuin vapaa-ajan riittävyys.

Vapaa-aika ja sen antama hyvinvoinnin tunne on työttömyysaikana suuntautunut jo olemassa oleviin edullisiin tai ilmaisiin harrastuksiin, sillä varsinkin nuoret työttömät kokevat liikkumisen hinnan olevan suurin este sen tekemisille. Halua, aikaa ja innokkuutta olisi, mutta ei varallisuutta. Tällöin ilmaiset harrastukset kuten television katselu, netissä surffailu ja kavereiden kanssa ”hengailu” vievät arjesta suuren osan. Joutenolo vie päivästä suuren osan silloin kun päivärytmiä ei ole. Huomioitavaa on kuitenkin se, että suurin osa työttömistä nuorista pitää liikkumista mielekkäänä ja elämästä kiinni pitävänä, passivoitumista estävänä asiana. Ilmaisista liikuntapaikoista työtön nuori luopuu passiivisen mielentilan, kuten masennuksen ja energian puute, vuoksi. (Huhta 2015, 42–59; Leinonen 2010, 56–57.)

Myös Myllyniemi (2015, 52–53) havaitsi, että työttömyysajan harrastaminen väheni työttömyyden alkuvaiheessa, mutta pitkään yli 6 kuukautta työttömänä olleista, 88 % harrasti säännöllisesti jotakin ja heistä 84 % harrastaminen oli liikunnallista. Helve (2009, 268–269) näkee nuorten ns. ”hengailukulttuurin” nuorten elämänpiirin luonnollisena muutoksena, jossa elämyksien tavoittelu ja vapaa-ajanviettotavat sekä -paikat ovat laajentuneet esimerkiksi vuoden 2002 vapaa-aikatutkimuksesta. Esimerkiksi Internet luo virtuaalisia yhteisöjä ja ajanviettopaikkoja, jossa muita jäseniä ei välttämättä henkilökohtaisesti tunneta. Multimediakulttuurista nousee tärkeä yhteiskunnallinen muutosvoima. (emt.)

Yhteisön toimintaan osallistumisen tunne ei Sutisen (2010, 33) mukaan tarvitse välttämättä suoraa vuorovaikutusta, vaan yhteisöllisyyden kokemus voi perustua ”virtuaalisuuteen, kuvitteelliseen ja symboliseen toimintaan”, jota esimerkiksi verkkopeelaaminen edustaa. Omaehtoisen toiminnan yhteisössä katsotaan tuovan hyvinvoinnin kannalta merkityksellisiä sosiaalisia suhteita sekä edistävän yhteiskuntaan kiinnittymistä. Nuoret valitsevat vapaa-ajan viettotapansa henkilökohtaisten mieltymysten, ominaisuuksien tai sosiaalisten suhteiden mukaan. Samalla tavoin ajattelevat ja toimivat hakeutuvat helpoimmin toistensa seuraan. (Helve 2009, 252.)

Huhta (2015, 42) tuo esille ystävyysuhteiden merkityksen nuorten liikkumiselle tärkeänä tekijänä. Ystävyysuhteet saavat nuoret liikkumaan. Erityisesti kavereiden puute näkyy siinä, ettei työtön nuori liiku. Kavereilta saa motivaatiota tekemiseen, ja yhdessä tehdessä liikkumisen koetaan olevan mukavampaa. Samansuuntaisesti puhuu myös Myllyniemi (2015, 75) puhuessaan nuorten harrastusaktiivisuuden ja kavereiden välisestä yhteydestä.

Helven (2009, 256) mukaan yksin harrastaminen lisää ihmisten pahoinvointia niiden kohdalla, joilla ei ole sosiaalista verkostoa. Siikalan (1998, 371; 2005, 70) mukaan yksinolo ja yksinäisyys ovat kaksi eri asiaa ja ihminen voi olla yksin mutta ei yksinäinen. Yksinään viihtyvillä pitää olla suhde itseensä kunnossa, jotta yksinäisyydestä ei muodostu hänelle ongelmaa ja pakotettua yksinäisyyttä.

Härmä & Sallinen (2004, 64) kritisoivat nyky-yhteiskunnan tapaa olla ns. auki 24/7, jolloin univajeeseen ajautuminen on erittäin helppoa. Tällöin univajeeseen saattaa johtaa kaikki kolme riskitekijää: riittämätön aika nukkumiselle, ensisijainen unen häiriintyminen sekä toissijainen unen häiriintyminen. Nuorten arkirytmien ongelmia

tarkasteltaessa ja niihin puuttuessa, on hyvä muistaa univajeen ja uniongelmien moninaiset syyt.

<p>1. Riittämätön unen saanti</p> <ul style="list-style-type: none"> -aliarvioidaan unen merkitystä -kiire/vaikeus sovittaa työtä/opiskelua ja muuta elämää
<p>2. Ensisijainen unen häiriintyminen</p> <ul style="list-style-type: none"> -ensisijainen unettomuus -unen aikaiset hengityshäiriöt, erityisesti uniapnea
<p>3. Toissijainen unen häiriintyminen</p> <p><i>A fyysinen ja psyykinen sairaus tai häiriö</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -ahdistuneisuus -depressio -kipua aiheuttavat sairaudet -vaikeat ruumiilliset sairaudet <p><i>B elämäntavat ja rytmi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -stressi -poikkeavat työajat -epäedulliset nukkumisolosuhteet -epäsäännöllinen elämänrytmi

KUVA 4. Univajeen kolme reittiä (Härmä, Sallinen 2004, 64).

Epäsäännöllisen arkirytmien omaava kokee usein huonomuistisuutta ja tunnetta siitä, etteivät taidot ole ns. omalla tasolla. Tätä voidaan selittää henkisten toimintojen sijainnilla aivolohkossa. Nämä toiminnot ovat otsalohkon säätelmiä, ja unen puute vaikuttaa näihin toimintoihin kuten muistiin ja keskittymiseen. Tämä näkyy uuden oppimisessa, luovissa tehtäväratkaisuuissa ja arvostelukyvyyssä. Hyvää unta tarvitaan esimerkiksi muistin ylläpitämiseen ja viimevuotisissa tutkimuksissa on todettu vilkeuden ja syvän unen yhteisvaikutuksen merkitystä muistin säätelyssä. (Saarenpää-Heikkilä 2007, 23–25.)

Liikunnalla vapaa-ajanviettotapana tiedetään olevan merkitystä henkisen hyvinvoinnin ylläpitäjänä, mutta sitä on hankala todentaa objektiivisen mittariston puuttuessa. Liikunnan on osoitettu vähentävän stressiä, ahdistuneisuutta ja masennusta. Ne ovat tasoltaan vastaavia kuin liikunnasta saadut fyysiset hyödyt; verenkiertoelimistön ja aineenvaihdunnan paraneminen (Vasankari 2010, 64–65).

4 PARIK-SÄÄTIÖ

Nuorisotyöttömyys on kaikkialla Suomessa kasvussa ja etenkin tilanne on Kymenlaaksossa erityisen haastava, sillä siellä on alle 25-vuotiaita työttömiä joka neljännes (Lammi 2015). Sosiaalisen työllistämisen kentällä, jota Kouvolassa sijaitseva Parik-säätiön toiminta edustaa, painotetaan työmarkkinoille siirtymistä. Parik-säätiö pyrkii tukemaan nuorta tukemalla ja valmentamalla nuoria työmarkkinoille siirtymisessä ohjaamalla työttömiä nuoria arjessa jaksamisessa tukemalla muun muassa elämänhallinnan ja työtoimintakyvyn ylläpitämisessä työpaja ja yksilövalmennuksen avulla. Parik-säätiön yhtenä toimintamuotona on työpajatoiminta: kuntouttava työtoiminta ja työkokeilu.

Työpaja on erityistyöllistämisen yksikkö, joka tarjoaa eri-ikäisille asiakkaille mahdollisuuden saada tukea työ- ja yksilövalmennuksen keinoin ja sen kohderyhmä painottuu muuten heikossa työmarkkina-asemassa oleviin henkilöihin (Ylipäävalniemi 2005, 17). Työpajatoiminnalla ylläpidetään nuorten hyvinvointia, mutta sen vaikuttavuutta on haasteellista mitata erilaisten mittareiden ja taulukoiden avulla. Samaan aikaan on noussut uutisotsikoihin ajankohtaiset tiedot työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön rahoitusten vähentämisestä. Tästä osoituksena on valtion vuoden 2016 talousarvioesitys, jossa etsivälle nuorisotyölle sekä työpajatoiminnalle on budjetoitu 13,523 miljoonaa euroa, kun vastaava luku oli vielä edellisenä vuonna 21 miljoonaa euroa. Tämä yhteiskunnallinen tilanne antaa ristiriitaista viestiä pajatyön arvostuksesta niin ohjaavaa työtä tekeville kuin sitä saaville. (Talousarvioesitys 2015, 4.)

Kuntouttavalla työtoiminnalla tarkoitetaan Kuntouttavan työtoimintalain (2001) 1. momentin 2.§:ssä

”Kunnan järjestämää toimintaa, jonka tarkoitus on parantaa henkilön elämänhallintaa sekä luoda edellytyksiä työllistymiselle, ja jossa ei synny

virkasuhdetta eikä työsuhdetta henkilön ja toimintaa järjestävän tai toteuttavan tahon välille”.

Sen tarkoituksena on Lindqvistin (2001, 46–48) sekä Parik-säätiön (2016a) mukaan estää pitkään jatkuvan työttömyyden kielteiset vaikutukset sekä ylläpitää työttömän toimintakykyä. Siinä rakennetaan asiakkaalle yksilöllinen aktivointisuunnitelma, josta ilmenevät asiakkaan yksilölliset tarpeet sekä resurssit. Sen tarkoituksena on arvioida asiakkaan sosiaalisia, psyykkisiä ja fyysisiä taitoja suhteessa työ- tai koulutusvalmiuksiin. Oleellista toiminnassa on asiakkaan sosiaalinen kuntoutuminen.

Työkokeilussa työtön työnhakija voi osallistua työkokeiluun säätiön työyksiköissä ja sen tarkoituksena on perehdyttää työelämään sekä edistää työhönsijoittumista ja palaamista työelämään sekä parantaa ammattitaitoa. Työkokeilussa selvitetään asiakkaan soveltuvuutta työhön tai ammattiin sekä koulutus- ja työvaihtoehtoja. Työkokeiluun osallistuva ei ole työsuhteessa työkokeilua ylläpitävään tahoon. (Parik-säätiö 2016b.)

Nuotta-valmennus, joka on osana vuosien 2016–2017 Parik-säätiön kehittämissuunnitelmaa, on toteutettu OKM:n tuella valtakunnallisesti vuodesta 2010 alkaen. Toiminnan tarkoituksena on vahvistaa nuorten arjenhallintaa, sosiaalisia taitoja sekä terveitä elämäntapoja. Toiminnassa ollaan myös kiinteästi mukana lähettävien tahojen palveluprosessissa. (Kuure 2015, 9.) Parik-säätiön Nuotta-projektin yleisenä tavoitteena on parantaa nuorten koulutusvalmiuksia sekä pääsyä avoimille työmarkkinoille. Lisäksi projektilla halutaan vahvistaa nuorten elämäntaitoja ja sosiaalista vahvistumista sekä kehittää niihin liittyviä työpajatoiminnan ohjauksia ja valmennuksia osaksi Kouvolan alueen julkisen sektorin palveluja nuorille. Määrällisesti tämä tarkoittaa Kouvolan työ- ja elinkeinotoimiston alueelle 250 nuorta Nuotta-projektin työpajatoiminnan piiriin. (Willberg 2015.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen kohde ja kohdejoukko

Työttömyys ei ole nuorille toivottu tila, vaan nuoret haluavat työllistyä kuten aiemmat sukupolvet. Työstä toivotaan mielenkiintoista ja sen halutaan toteuttavan itseään.

(Tuohinen 1996, 84.) Nuoret ovat työvoimana suhdanneherkkää ja he reagoivat talouden taantumaa joko jäämällä työmarkkinoiden ulkopuolelle tai etsimällä vaihtoehtoisia toimia. Helven (2001, 61) mukaan työttömyys näkyy erityisesti nuorten ajankäytössä ja statuksessa. Yhteiskuntaan integroituminen on vaikeaa, sillä elämä saattaa muuttua epäsäännölliseksi, mikä vaikeuttaa osaltaan työllistymistä.

Tutkimukseni kohdejoukkona ovat pitkäaikaistyöttömät suomalaiset nuoret ja sen tarkoitus on selvittää, millaisista asioista koostuu työttömän ja työpajatoiminnassa mukana olevan nuoren elämä ja mitkä elämänlaatua ylläpitävät asiat integroivat nuorta yhteiskuntaan. Tutkimuskohteeksi on valittu Parik-säätiössä toimivat pitkäaikaistyöttömät nuoret tutkimuksen kohdejoukoksi. Millaisena nuori kokee oman hyvinvointinsa, kun elämässä ei ole työtä tai muuta arjessa kiinni pitävää toimea?

Tulosten myötä haluan tuoda esille työpajatoiminnan, muun tukitoiminnan ja sosiaalisten suhteiden merkityksen sosiaalisena vahvistajana sekä hyvinvoinnin ja elämänlaadun ylläpitäjänä. Tavoitteena on saattaa kaikkien työttömien nuorten kanssa työskentelevien tietoisuuteen yksilöllisen kohtaamisen ja sosiaalisen vahvistamisen merkitystä hyvinvoinnin ylläpitäjänä ja vahvistajana. Opinnäytetyön tulokset toimivat validina tietona työttömien nuorten hyvinvointikokemuksista työttömyysaikana sekä työpajajaksolla, palvelutarpeista ja niiden kehittämisestä.

5.2 Tutkimuskysymykset

1. *Millaisia hyvinvointia heikentäviä ja vahvistavia osatekijöitä kohderyhmän nuorten elämässä on?*
2. *Mitä on pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointi?*

5.3 Tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmät

Tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jolloin lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ja joustuen mahdollisten tilanteiden muuttuessa. Tiedon keruu tapahtuu haastattelemalla ja tutkittava kohde valitaan tarkoin. (Eskola & Suoranta 1996, 12–14; Hirsjärvi ym.2007, 157.) Tutkimusmenetelmänä käytin puolistrukturoitua teemahaastattelua, jolloin olen suorassa vuorovaikutuksessa haastateltavan kanssa.

Hirsjärvi ym. (1995, 13; 2007, 200–203) puhuvat tietojenkeruumenetelmän perusteltavuudesta juuri omaan tutkimukseen sopivaksi. Itse suunnittelin haastattelut alusta alkaen niin, että ne antavat mahdollisimman paljon tilaa haastateltavien omalle reflektoinnille. Teemahaastattelun avoimuus antaa Eskolan ja Suorannan (1996, 88) mukaan haastateltavalle mahdollisuuden päästä puhumaan varsin vapaamuotoisesti, jolloin saadun materiaalin katsotaan kuvaavan hyvin haastateltavaa. Teemahaastattelu mahdollistaa tavoittelemieni kertomusten saavuttamisen. Tämä vahvisti valintaani teemahaastattelun valinnasta haastattelumenetelmäksi. Haastattelujen pohjana käytin kerronnallisuuden ideaa, jossa tutkija pyytää tutkittavalta kertomuksia, antaa tilaa kertomuksille ja esittää kysymyksiä, joihin hän olettaa saavansa vastaukseksi kertomuksia (Hyvärinen & Löyttyniemi 2005, 191).

Haastatteluissa toteutin kerronnallisuutta kysymällä avoimia kysymyksiä, joihin oli helppo vastata kertomuksilla. Pyysin myös suoraan haastateltavaa kertomaan ajatuksistaan ja kokemuksistaan kertomuksenomaisesti. Tämän vuoksi päädyin kerronnalliseen teemahaastatteluun, jossa oma roolini oli lähinnä toimia keskustelujen avaajana ja joka on yleisesti käytössä oleva tutkimusmuoto yhteiskuntatieteellisissä tutkimuksissa. Kysymykset kohdensin tiettyihin keskusteltaviin teemoihin, jolloin tutkijan rooli on muita tutkimusmuotoja vapaampi ja esiin nousee tutkittavan ääni. (Hyvärinen & Löyttyniemi 2005, 191.)

Haastattelututkimuksen haasteena on sen luotettavuus, sillä tutkittava saattaa haluta antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia. Näin ollen pyrin rakentamaan haastattelukysymykset toisiinsa linkittyviksi, jolloin ristiinpuhumisen mahdollisuus jää mahdollisimman vähäiseksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134–135.)

5.4 Aineistonkeruuprosessi

Aineiston keräsin maaliskuuhun 2016 aikana Parik-säätiön tiloissa. Haastattelun pohjaksi olin luonut haastattelurungon (ks. Liite 2), joka on teemoitettu sisältämään mahdollisimman laajasti hyvinvoinnin eri osa-alueita. Haastattelurunko oli laaja ja mukautui haastattelujen kuluessa jokaisen haastateltavan painottamien asioiden myötä. Se toimi vain keskustelun tukena, jotta keskustelusta saatiin mahdollisimman laaja ja kattava kokonaisuus. Jokainen haastateltava oli valittu Parik-säätiön henkilökuntaan kuuluvien toimesta sen perusteella, että he tiesivät nuoren pystyvän kommu-

nikoimaan vieraan ihmisen kanssa. He kaikki olivat 19–28 -vuotiaita pitkäaikaistyöttömiä nuoria, jotka olivat olleet eri Parikilla jo useampien viikkojen ajan. Tutkimusjoukko muodostui molemmista sukupuolista, eri koulutustaustoilta sekä eri-ikäisistä työttömistä nuorista. Kaikki Parikin toimintayksiköistä tavoitetut nuoret ovat mukana myös lopullisessa tutkimuksessa. Kiitokseksi tutkimukseen osallistumisesta he saivat säätiön puolesta kahvilipun.

Toteutin haastattelut itsenäisesti ja joustavasti haastateltavien tuntemuksia kuunnelen. Hirsjärvi ym. (2007, 160) puhuvat kvalitatiivisen tutkimuksen joustavuudesta tilanteiden ja olosuhteiden mukaan. Tästä syystä en määritellyt etukäteen lopullisten haastattelukertojen määrää tai tarkkoja aikatauluja itselleni tai haastateltaville. Tietoa keräsin siihen asti, että se ei enää antanut mitään tutkimuksen kannalta uutta ns. saturaatioperiaattella. Tutkimuksen aikana tapasin nuoria kahdesti noin tunnin kerrallaan. Jokaiselta nuorelta tuli yhteensä hiukan alle kaksi tuntia litteroitavaa materiaalia. Tällöin sain pidettyä haastatteluhetken sopivan mittaisena ja haastateltavan aktiivisena. Myös useampi tapaamiskerta tutustutti haastattelijan ja haastateltavan paremmin toisiinsa ja haastattelujen kuluessa haastateltava pystyi tuomaan esiin sellaisia asioita, joita oli saattanut edellisellä kerralla jäädä kertomatta.

Tutkimukseen osallistuminen haluttiin tehdä mahdollisimman helpoksi. Pariksäätiöllä on kaksi eri toimipistettä, jotka sijaitsevat Hemmintiellä ja Kuusantiellä. Haastattelupaikkana toimi toinen näistä Parikin toimintayksiköistä, riippuen siitä kummassa yksikössä tutkittava oli. Yksikön sisällä haastattelupaikkana oli muista tiloista erillään oleva toimistotila, jonne haastateltava saattoi saapua rauhassa sekä siellä oli haastattelulle tarpeellinen rauha. Jokaisen haastateltavan kanssa sain muodostettua mukavan ja vuorovaikutuksellisen hetken, jossa nuoret olivat avoimia kertomaan elämästään. Nuorelle tyypilliseen tapaan toiset ottivat kontaktia avoimemmin kuin toiset, eikä apukysymyksiä juurikaan tarvittu kerronnallisuuden toteutumiseksi.

Laadullisessa tutkimuksessa on erityisen tärkeää haastattelijan hienotunteisuus sekä lämmin, aidosti kiinnostunut ote haastateltavaan. Aidon vuorovaikutuksen takaamisen vuoksi onkin tärkeää heti tutkimuksen alkuun tuoda tutkittaville esille tutkimuksen tavoitteet, mutta ”hän ei saa ruokkia epärealistisia kuvitelmia tutkimustuloksien vaikutusmahdollisuuksista tutkittavien elämään”. (Grönfors & Vilka 2011, 6; 32–33; 44.)

5.5 Aineisto

Kvalitatiiviselle tutkimukselle haastattelu on tyypillisin muoto. Haastattelujen pohjalta sain 11:53:45 tuntia nauhoitettua materiaalia ja 82 sivua litteroitua tekstiä. Litterointi tarkoittaa nauhoitetun materiaalin purkamista kirjalliseen muotoon. Opinnäytetyön haastattelut nauhoitin omaan nauhuriini. Kirjoitin ne omassa aikataulussani sanasta sanaan kirjalliseen muotoon. Litterointia helpotti haastattelujen aikana tekemäni muistiinpanot. Tämän prosessin suoritin loppukeväästä ja alkukesästä 2016. Litteroin tekstin avoimesta haastattelusta, jolloin tietoa tuli myös paljon ns. ohi tutkimuskysymyksen. Nämä kysymykset jätin suoraan litteroimatta. Litteroinnin suoritin uori kerrallaan.

Tutkimustuloksissa tarkastellaan työttömien nuorten elämäntilannetta yleisesti nuoruuden, ei sukupuolisidonnaisuuden kannalta, joten tutkimustulosten ilmaisussa ei ole relevanttia tietää haastateltavan sukupuolta tai ikää. Ne eivät näin ollen tule selviämään tutkimuksesta vaan jokainen haastateltava on numeroitu omalla numerolla N1, N2, N3 jne.

Tutkimuksessani perehdyttiin nuorten työttömyysajan elämäntilanteeseen, ja tutkimuksen kohdejoukkona oli pitkäaikaistyöttömät Parik-säätiön asiakkaat. Kokemuksia kartoitin kahdeksan pitkäaikaistyöttömän nuoren haastattelujen avulla. Haastateltavat olivat 19–29 vuotiaita nuoria, joilla kaikilla oli taustalla vähintään puolen vuoden työttömyysaika. Pisimmillään työttömyysaikaa oli takana viisi vuotta ennen pajajaksolle tulemistä. Vastaajia oli tasaisesti molemmista sukupuolista. Suurin osa haastateltavista oli valmistunut ammattikoulusta, pienin osa vastanneista oli valmistunut ammattikorkeakoulusta ja noin neljäsosa vastaajista oli suorittanut vain peruskoulun. Tutkimushetkellä nuoria oli sekä kuntouttavassa työtoiminnassa että työkokeilussa.

5.6 Analyysi



KUVA 5. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi vaiheittain (Tuomi, Sarajärvi 2009, 109.)

Eskolan ja Suorannan (2008, 138) mukaan laadullisen aineiston analyysin tarkoitus on selkeyttää aineistoa ja tuottaa uutta informaatiota tutkittavasta aiheesta. Tällöin aineistoa selkeytetään niin, ettei tietoa katoa. Suoritin sisällön analyysin Uosukaisen (2016) sekä Tuomi ja Sarajärvi (2009, 103–113) (kuva 5) mukaan. Aluksi luokittelin tutkimusaineistosta tutkimuskysymysten ohjaamana alkuperäisilmaisut eri asioiden ilmenemistä, minkä jälkeen teemoittelin ne haastatteluteemojen mukaisesti. Aineistosta etsin mitä on tutkittu ja mitä kiinnostuneesta ilmiöstä tiedetään. Tähän sisällytin teemoihin luokitellut asiat. Tämän jälkeen tyypittelin teemoja koskevat näkemykset, pelkistin ilmaisuja sekä etsin samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia pelkistetyistä ilmaisuista. Yhdistin pelkistetyksiä ja muodostin alakategorioita. Luetteloin litteroidusta materiaalista esiintyviä lauseita ja liitin ne omiksi aihepiireikseen ottamalla esiin alkuperäisen ilmauksen sekä siihen sopivan alaluokan (ammattihenkilöstön tuki), yläluokan (sosiaalinen hyvinvointi) ja pääluokan (työpajatoiminnan merkitys hyvinvoinnissa). Yhdistin tarvittaessa alakategorioita ja muodostin yläkategorioita. Yläkategoriaksi muodostui ns. ilmiö työttömän nuoren elämänlaadusta.

Sisällönanalyysi on analyysimenetelmä, jota voidaan hyödyntää kaikenlaisissa laadullisen tutkimuksen muodoissa. Tällä tavoin aineisto pysyi hyvin hallinnassa sekä totuudenmukaisena. (ks. Liite 1)

6 TULOKSET

6.1 Having

Tutkimukseen osallistuvien nuorten tilanne työmarkkinoilla on tällä hetkellä heikko. Nuoret kertovat hakevansa töitä säännöllisesti, mutta suurin osa ei ole päässyt edes haastatteluvaiheeseen. Siitäkin huolimatta nuoret suhtautuvat työelämään ja koulutukseen positiivisesti ja toivottuna olotilana. Toisin kuin Aaltonen (2015) ja Myrskylä (2011, 111–112) ovat tuoneet tutkimuksissaan esille perhetaustan sekä perheen luokka-aseman ja heikon sosioekonomisen tilan merkityksen koulutukseen ja työelämään liittyvien tavoitteiden, valintojen ja lopputulosten suhteen hyvinvoinnin osatekijänä, ei tutkimuksen nuorilla perheen luokka-asemalla ole merkitystä tämän hetken työttömyystilanteeseen. Nuoret ovat saaneet perheidensä kautta mallin työn tekemiselle ja opiskelulle, työn tekoa pidetään yhteiskunnallisesti välttämättömänä ja omaa työttömyysaikaa väliaikaisena tilana, johon ei aiota jäädä.

Parik-säätiö työpajatoiminnan ylläpitäjänä saa tutkimukseen osallistuneilta kiitosta ja erityisesti sen tarjoamaa työkokemusta arvostetaan tulevaisuuden työllistymiseen valmistautumisessa. Työkokeilun myötä nuori löytää itsestään rohkeutta ja taitoja tehdä työtä, mikä auttaa tulevaisuudessa työmarkkinoille asettumisessa. Säätiön palveluista halutaan pitää kiinni niin pitkään kuin mahdollista, sillä sen katsotaan olevan tärkein osa työntekijäksi oppimisessa silloin kun omat resurssit ja voimavarat eivät riitä.

N1: ”Ainakin se et saa kunnollisen arjen täst itellee ja vähä niinku työkokemusta.”

N7: ”Mä en kyllä vaihtaisi tätä työelämää mihinkään. Et mä en voi käsittää miten joku haluaa vuositolkulla viettää aikaa ilman minkäänlaista tarkoitusta tai tähtäintä elämässään. Mulla on täysi motivaatio siihen, että koitan saada tän kuntouttavan työtoiminnan aikana itseni valmenettua siihen, että saatan löytää kunnan työpaikan. Mä hoidan työnhaun vasta kun tää homma on loppu. Mä hoidan asiat yksi kerrallaan. Niin kauan kun olen täällä, keskityn vain tähän”

N3: ”No se et oon uskaltanut tulla tänne ja pyytää sit apua ees sen veran.”

N8: ”Ja ensimmäisen kolmen kuukauden jälkeen halusin itte jatkaa, et on muutakin tekemistä kuin olla kotona ja pääsee työn rytmiin, kun on ollu niin monta vuotta kotona, kun ei ole mitään tällstä ollu.”

Motiivit työpajatoimintaan mukaan tulemiselle ovat kaikilla haastatelluilla nuorilla erilaiset, mutta jokaista niistä yhdistää halu muutokseen. Muutoshalukkuus näkyy vahvimmin varsinkin heillä, joilla on taustallaan useita vuosia kestänyt jakso, jossa nuori on viettänyt kaiken aikansa kotona pelaamassa tai muutoin multimedialaitteiden äärellä. Parik on monelle ainoa palvelu, johon nuoret ovat päässeet tähän mennessä opiskeluiden jälkeen mukaan, ja siitä on muodostunut tärkeä osa arkea. Nuori on saanut työkokeilun kautta elämäänsä kokonaisvaltaista hyötyä ja tukea omassa aikuiseksi kasvamisessa.

N4: ”Parik on ainoa mikä on ottanut mut töihin. Saan rohkeutta ja uskallan puhua vieraillekin ihmisille small talkia. Sen jälkeen kun olen ollu täällä, niin olen avautunut enemmän äidillekin ja kertonut enemmän mun asioista.”

N8: ”Tulin tänne työkkin kautta, et ne sano et tule kokeilemaan tätä paikkaa. Tää oli mulle vieras paikka. Ja ensimmäisen kolmen kuukauden jälkeen halusin itte jatkaa, et on muutakin tekemistä kuin olla kotona ja pääsee työn rytmiin, kun on ollu niin monta vuotta kotona, kun ei ole mitään tällstä ollu.”

N7: ”Mua itseäni masensi se, että mun elämä oli päätynt sellaiseen jamaan ja mä halusin korjata sen. Halusin sen elämän, jonka mä näin muilla ihmisillä olevan.”

Kun toimintaan on päästy mukaan, on sen ammattihenkilöstön todettu parantavan sosiaalista hyvinvointia. Tämä hyvinvoinnin paraneminen näkyy kaikenlaisen aktiivisuuden lisääntymisenä ja rutiineina arjessa. Nuorilla on kokemus elämänhalun palaamisesta ja tyytyväisyyden kasvamisesta, minkä myötä oman työkykyisyyden uskotaan paranevan, mikä auttaa työmarkkinoille asettumisessa.

N7: ”Täältä mä saan selkiyttä mun muutoin kaoottiseen elämään. Mä olin hyvin vieraantunut rutiinielämästä silloin niiden vuosien aikana mitkä mä vietin ilman päivittäisiä rutiineja, mutta mä huomasin, että mä aloin olemaan paljon iloisempi ja tyytyväisempi kun mulla oli tällainen rutiininomainen paikka minne mä kuuluin ja missä mua arvostetaan tälle ihmisenä työpanokseni ansiosta.”

N4: ”Parik on ehkä säännönmukaisin, et ei mulla ennen tänne tuloa ollut mitään. En mä ole koskaan aiemmin tehnyt mitään töitä, niin se on yllättänyt kuinka rankkaa se voi olla. Mut siks mä nukun ainakin enemmän ja paremmin viikonloppuisin. Ei tarttee herätä aikaisin aamuisin. Viikonloppuisin saan katottua enemmän työpaikkoja ja tommoset hommat hoituu viikonloppuisin. Et viikonloppuisin saa nykyään tehtyä vapaaehtoisiaakin juttuja, arkena pakolliset asiat.”

Puolet tutkimukseen osallistuneista puhuu työpajajaksosta työnä ja toinen puoli työtömyysajan työpajajaksosta. Tämä näkyy nuoren kohdalla siinä, hakeeko hän jakson aikana muuta työpaikkaa vai asennoituuko hän hoitamaan ns. yhden asian kerrallaan. Itse työpajatoimintaan sitoutumisessa ajatusten eroavaisuuksilla ei ole väliä. Työpaja toimii nuoren kohdalla parhaimmillaan kuntouttavana toimena, jonka avulla saadaan pitkäaikaistyötön nuori työkykyiseksi. Tällöin työpajalla ollaan valmiita pysymään pidempikin aika, jotta opitut työntekotaidot pysyvät yllä. Tässäkin tapauksessa työpajajakson katsotaan kuitenkin olevan työkykyä ylläpitävä ja työntekoa opettava toimi, ei työpaikka, jonka varaan lasketaan tulevaisuutta.

N7: ”Mulla on täysi motivaatio siihen, että koitan saada tän kuntouttavan työtoiminnan aikana itseni valmennettua siihen, että saatan löytää kunnan työpaikan. Mä hoidan työnhaun vasta kun tää homma on loppu.”

Mä hoidan asiat yksi kerrallaan. Niin kauan kun olen täällä, keskityn vain tähän. Tämän kuntouttavan työtoiminnan lisäksi ei ole kuin pyhäkoulun apuopettajan hommia, mutta se ei ollu kovinkaan virallista työtä, että se oli kovin epävirallista. Että koulujen tet jaksoja ja taksväkipäiviä ei voi tähän laskea. Siinä on mun aiempi työkokemus. Vaikka tää onkin vaan kuntouttava työtoiminta, niin mä luotan siihen et nää virkailijat, jotka työskentelee mun kanssa, niin ne auttaa mua keksimään työn, jota voin tehdä pitemmänkin aikaa. Etten ole taakkana yhteiskunnalle tai ihmisille. Että voin olla oikeesti hyödyllinen.”

Tärkeää on huomata, että työpajatoiminnassa ollaan mieluummin mukana kuin vietteään aikaa työttömänä.

N3: ”No sit mä jatkan täällä. Mieluummin mä tääl kävisin, kun oisin sit työttömänä taas.

N8: ”Kyl se on kun kattoo, mitä on ollu pätkätöissäkin, niin vaikuttaa aika paljon. On ollu varaa muuhun ja on ollu muutakin tekemistä, kun olla kotona neljän seinän sisällä. Ja kun ei ole sillee kavereita kenen kanssa mennä. Senkin takia tää työpaja on tosi hyvä juttu.”

Työttömyyteen yhdistetään usein heikko taloudellinen tilanne. Taloudellisesta tilanteesta puhuttaessa, nuoret kokevat rahan välttämättömyytenä, jolla saa hankittua perustarpeet, mutta sen varaan ei lasketa tulevaisuutta. Hyvä elämä ei heidän mukaansa edellytä hyvää taloudellista tilannetta. Varallisuuden puutetta ei selkeästi yksin luokitella hyvinvointia heikentäväksi osatekijäksi, mutta sen puute nähdään vaikuttavan välillisesti esimerkiksi harrastusvälineistön tai muiden ylellisyyksien hankintaan sekä itsensä ravitsemiseen, jolloin sen vähyys näkyy näillä osa-alueilla arkea heikentävänä tekijänä.

N3: ”Et ei se raha tee kokonaan onnelliseksi. Et kyl mä oon niinku tällee, et en oo mikään rikas, mut mul on kuitenkin perhe ja kaverit ja tyttöystävä

kuin että mul ei ois ketää ja oisin miljonääri. Onhan se kiva, et on rahaa uusiin tavaroihin ja vaatteisiin, mut mulle se merkkää enemmän, et pystyy elämään. Saa ne perusjutut hankittua.”

N8: ”Välillä tuntuu, et on liian vähän. Et jää sit hankkimatta kirjoja, musiikki cd:itä, pelejä ja muita jättänyt väliin. Ostaisin uusia harrastusvälineitä, et esimerkiksi ne rullaluistimet ja muut on vielä hankkimatta, kun ei vaan ole rahaa. Ja yhdessä vaiheessa oli ajatus hankkia mopokortti ja skootteri mut se varmaan jää, kun ne on vaan liian kalliita. Ja sit se näkyy siinä ettei juuri tuo syötyy niin paljon kuin normaalisti ja sit tulee heikko olo ja sit masentaa.”

Puolet niistä nuorista, jotka asuivat edelleen biologisten vanhempiensa kanssa, katsovat heikon varallisuuden olevan syynä siihen, ettei halua ja kiinnostusta itsenäiseen asumiseen tällä hetkellä ole. Pitkäaikaistyöttömät nuoret elävät ristiaallokossa omaa työllistymistään pohtiessa. Vaikka usko omaan työllistymiseen on vahva, samaan aikaan nuoret pelkäävät, että työttömyys jatkuu edelleen. Työttömyys näkyy elämässä sekä niukkana varallisuutena että vuokranmaksunvaikeuksina, jolloin omaa rahatilannetta ei haluta ehdoin tahdoin enää tiukentaa.

N4: ”Kyl mä elän ihan hyvin mitä mä saan, mut ei sillä mitää vuokria maksettais. Tällä hetkellä pärjään ihan hyvin.”

Jokainen tutkimukseen osallistuva uskoo työllistyvänsä ja oman varallisuuden uskotaan parantuvan tulevaisuudessa työllistymisen ja/tai jatko-opiskelupaikan myötä. Heikon varallisuuden katsotaan olevan vain väliaikaista. Työttömät nuoret ovat sopeutuneet heikkoon rahatilanteeseen ja tiedostavat tässä elämäntilanteessa säästämissä merkityksen suurien hankintojen kohdalla. Positiivista on se ajatus, että mieluummin ollaan valmiita luopumaan, säästämään tai maksamaan osamaksulla kuin hankkimaan pikavippiä. Myös vuokranmaksuista ja pakollisista laskuista halutaan huolehtia. Tärkeää on kuitenkin huomata se, että haastatelluilla pikavippejä ei tällä hetkellä ole ja niiden ottamiseen suhtaudutaan hyvin epäluuloisesti.

N4: ”Mä en osta mitään turhaa tai käytä vikoja rahoja mihinkään laitteisiin.”

N8: ”Juu, ei jää koskaan vuokrat tai muut menot maksamatta. Et maksan laskut aina eräpäivänä tai kaks-kolme arkipäivää myöhässä.”

Terveystila hyvinvoinnin osatekijänä nousee puheeksi niiden nuorten kohdalla, joilla on jokin diagnosoitu sairaus tai oma kokemus masennuksesta. Haastatteluissa ilmenee, että seitsemällä kahdeksasta nuoresta oli joko lapsuudessa tai nuorena diagnosoituja sairauksia, jotka olemassaolollaan hankaloittavat joko sosiaalisten suhteiden luomista tai/ja työmarkkinoille asettumista. Näistä diagnosoiduista sairauksista paniikkihäiriö on yleisin, ADD seuraavaksi yleisin ja masennus kolmanneksi yleisin. Nuorten puheissa masennus korostuu yksinäisyydestä puhuttaessa, ja yksi nuorista on saanut masennusdiagnoosin murrosikäisenä.

Haastateltavilla nuorilla kolmella on diagnosoitu ADD, mikä pahimmillaan vaikuttaa heidän elämänlaatuunsa hidastempoisuutena ja poukkoilevana käytöksenä. Haastateltavat kokevat, että diagnoosin saaminen on helpottanut omaa käytöksen ymmärtämistä, ja sitä kautta itseään kohtaan osaa olla myötämielisempi. Myös muiden ymmärrys siitä, ettei ole tahallisesti laiska ja saamaton tai ymmärtämisessä on haasteita, helpottaa omaa hyväksytyksi tulemisen tunnetta. Itsesyyttely on monen elämässä vahvimmin vaikuttava tekijä. Kaksi kolmesta ADD diagnoosin saaneesta haastateltavasta kokee, että heidän diagnoosinsa vaikuttaa heidän arkeensa ja mahdolliseen työmarkkina-asemaan niin paljon, että he haluavat kertoa sairaudestaan työnhakutilanteessa. Diagnoosi koetaan haasteelliseksi työllistymisen kannalta, sillä nykyisillä työmarkkinoilla, ei haaveilemaan jäävä tai työllään varmistusta kaipaava työntekijä ole työnantajien ensimmäinen vaihtoehto. Rehellisyys kuitenkin koetaan tärkeämmäksi kuin sairaudesta kertomatta jättäminen.

N3: ”Olin aina ajatellut olevani vaan tyhmä ja niin mun mutsikin oli musta ajatellut. Kun en mä vaan pysty tekemään yhtä asiaa kunnolla loppuun, niin totta kai se näky koulussa ja tollee. Ja kun ei koulussa ole hyvä, niin kylhän se tuntuu että mä oon vaan niin saakelin tyhmä. Et onko mulla mitään arvoa? Mut kun sain sen diagnoosin ja ne lääkkeet niin

huomasin, et mähän oon ihan niin kuin muut ja pystyn samoihin asioihin jos vaan saan apuu tarpeeks. Kun ei ymmärrä heti ekal kerral et pitää pyytää apua useamman kerran. Pitää vaan toivoa, et se ei haittaa ketään. Et työpaikan pitää ymmärtää et se ei ole laiskuutta vaan muusta johtuvaa. Mut kyl mä kerron heti et mul on tämmönen.”

Paniikkihäiriöllä on selkeästi iso rooli niiden nuorten elämänlaadussa, joilla sairaus on todettu. Se rajoittaa arkipäiväisiä toimia kuten työhaastatteluihin menoa, ulkona liikkumista ja uusiin ihmisiin tutustumista. Kohtaukset vaikuttavat haastatelluiden mielestä hyvinvointia heikentävästi, sillä sairauden läsnäolo on jokahetkistä. Jollei kohtausta ole päällä, sen tulemistakin pelätään ja nuori alkaa vältellä sellaisia paikkoja ja tilanteita, joissa on aiemmin paniikkikohtauksen saanut. Paniikkihäiriön omaavat nuoret ovat omasta mielestään kaikki kokeneet elämässään joko lapsuudessa tai nuoruudessa kokemuksen, jonka he yhdistävät ensimmäisen paniikkikohtauksen syntymiseen. He eivät ole käyneet kokemusta läpi ammattilaisen kanssa, mutta kaksi haastatelluista on varannut tapaamisen psykologin kanssa haastattelun jälkeiselle ajankohdalle.

N3: ”No kyl ne sillee, et mul pitää olla se tietty henkilö kenen kanssa mä pystyn käymään esim kaljal tai kauppas. Et se niinku osaa rauhotella. Et jos mun pitää mennä jonkun ihmisen kanssa, ketä mä en ole nähny pitkään aikaan, niin pitäis mennä kahville, niin kyl mä sanon ei.”

N5: ”Just toi että tulee tollanen pakokauhu ettei halua enää olla ja saa paniikkikohtauksen. esim työnhaku ja työhaastattelut on mulle tosi pahoja. Et mä meen haastatteluun ihan tärysten ja sit se varmaan näkyy niille et mä oon ihan tosi epävarma, tosi outo tai epäluotettava. Se rajoittaa niin paljon ettei pysty käymään yksin missään.”

N4: ”Paniikkihäiriö mul kyl on. Et ei halua mennä minnekään, eikä pystykään. Et alkaa panikoituttamaan. Haluu vaan sulkeutua ja paeta asioita. Et tulee vähän niin kuin syrjäytyttyä. Se on aika vaikeaa välillä jos

saa paniikkikohtauksia ja tollasia. Esim. Mulla oli ensimmäinen päivä täällä töissäkin, et mä sain paniikkikohtauksen ja halusin lähteä pois täältä.”

”Työttömyys vaikuttaa haitallisesti sekä terveyteen että hyvinvointiin. Tämä liittyy erityisesti pitkittyneeseen työttömyyteen. Työttömät voivat keskimäärin huonommin ja ovat sairaampia kuin työlliset. Toisaalta huono terveys ja varsinkin mielenterveysongelmat ovat yhteydessä korkeampaan työttömyysriskiin ja pidempään työttömyyden keston.” (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016.)

6.2 Loving

Loving tuodaan esille yksilön onnellisuuden kokemuksilla, vastavuoroisuudella, perheen ja ystävien merkityksenä elämän ylläpidossa sekä ystävien ja sosiaalisten kontaktien konkreettisena lukumääränä.

Tutkimukseen osallistuneilla tunteet onnellisuudesta ja sosiaalisesta hyvinvoinnista haastoivat tässä hetkessä vahvimmin masennus ja yksinäisyyden kokemukset. Se ettei ole mukana yhteiskunnassa yhteiskunnan odottamalla tavalla, aiheuttaa vastaajille tarpeettomuuden ja riittämättömyyden tunnetta. Tällöin vahvimpana näiden tunteiden rikkomisessa nousevat sosiaaliset suhteet sekä niistä saatu kokemus omasta tarpeellisuudesta ja merkittävydestä ihmisenä.

Perhe ja ystävyys-suhteiden merkityksellisyttä hyvinvoinnin ylläpitäjänä kuvaa se, että jokainen tutkimukseen osallistuva ottaa aiheet esille itsenäisesti riippumatta siitä, onko vastaajalla ystävyys-suhteita tai perhesuhteet kunnossa. Sosiaaliset suhteet nousevat jokaiselle tärkeäksi osaksi hyvinvoinnin resursseja. Silloin kun tukea saa haluamansa määrän, on haastateltavilla kokemus, että elämässä pärjää paremmin vaikka, muita vastoinkäymisiä olisi. Erityisesti ystävyys-suhteiden katsotaan parantavan elämänlaatua enemmän kuin muiden elämän osa-alueiden. Ystävyys-suhteiden ollessa kunnossa, myös muut asiat elämässä koetaan toimiviksi.

N1: ”Mul on kavereit et sil puolel kaikki on hyvin. Et ei raha vaikuta sil taval niinku mitenkää. Mä pärjään näinkin. Mul on kavereita ja haluan viettää niitten kaa aikaa.”

N7: ”Perheen olemassaolo. Mulla ei ole ystäviä, mutta mulla on perhe. Pikkusisko on lähin, joka edustaa fyysistä ystävyyttä. Meillä kun on samat kiinnostuksen kohteet.”

N6: ”Ja sosiaaliset suhteet. Jos sulla on paljon hyvänpäiväntuttuja joiden kanssa on mukava olla, sulla on hauskaa ja saat nostaa pienellä määrällä sitä sun yleistä onnellisuustasoa myös.”

Sosiaaliset suhteet muodostavat hyvää elämää ylläpitävän tukiverkon, johon nuori luottaa vaikeuksia kohdatessaan.

N3: ”Kyl ne molemmat (=Ystävät ja perhe) kannustaa mua tosi paljon. Jos ei riitä vuokran jälkeen rahaa laskuihin tai ruokaan, niin sit ne pyytää syömään tai lainaa rahaa.”

Niillä, joilla ystävyyssuhteet ovat kunnossa, kokevat, että ystävyyssuhteiden menettäminen vaikuttaisi negatiivisesti heidän olemassa olevaan hyvinvointiinsa. Jo saavutetuista ystävyyssuhteista halutaan pitää kiinni.

N1: ”Jos olis yksin, niin sit olis kyl todella paskaa. Tai siis yksinäisyys.”

Perhesuhteiden merkitys näyttelee suurta osaa kaikkien haastateltavien arjessa, vaikka perhe ei olekaan nuoren elämän keskiössä sosiaalisia suhteita ajatellen. Perheeltä saadaan mallia, se tukee ja auttaa. Useat jakavat perheen kanssa yhteiset mielenkiinnon kohteet. On erityistä huomata, että vaikka perheiden kanssa tehdään erilaisia asioita, heitä tavataan eriasteisesti tai tuen saanti on erilaista, nostavat kaikki haastateltavat perheen yhdeksi tärkeimmäksi onnea tuottavaksi asiaksi elämässä. Perhesuhteita pidetään hyvinvoinnin peruskalliona.

N7: ”Hyvin läheinen. Mun vanhemmat on aina olleet tukenani kaikissa vastoinkäymisissä ja ovat aina ajatelleet parastani.”

Huomattavaa on, että vaikka perhesuhteista puhutaan myönteisesti, ainoastaan yksi tutkimukseen osallistuneista kertoo aktiivisesti tekevänsä yhdessä asioita vanhempinsa kanssa. Hän kokee vanhempiansa kanssa yhdessä toimimisen kulttuurillisesti kasvattavaksi, josta hyötyvät kaikki osapuolet. Tällöin oman hyvinvoinnin ylläpitäminen tulee ns. sivutuotteena yleisen hyvän seurauksena. Aaltosen (2015) mukaan perhesuhteiden vaikutus näkyy lähinnä valinnoissa, joita nuori itselleen asettaa. Kulttuurillisesti aktiivisen perheen nuori asettaa itselleen myös kulttuurillisesti aktiivisen elämäntavan, kun taas jääkiekosta innostuneen perheen nuori löytää itsensä jääkiekon parista, koska sinne on hänen mukaansa ”helppo mennä, kun kaikki on ilmaista”. Aaltosen mukaan perhesuhteilla on vaikutusta siihen minkälaisia tavoitteita nuori asettaa ja minkälaiseen asemaan hän päätyy. Valintoihin tarvitaan aina resursseja ja materiaalisia mahdollisuuksia, jotta mahdolliset valinnat pystytään toteuttamaan.

N6: ”Tuun vanhempieni kanssa tosi hyvin toimeen ja meillä on niiden kanssa ihan samoja mielenkiinnonkohteitakin. Meil on ollu aina samantyyppiset välit. Mä käyn niiden kans kesällä oopperajuhlilla. Ja sit faijan kanssa on tullu paljon käytyä Kymi Sinfonietan konserteissa ja käydään kirpparikerroksilla etsimässä jotakin ja saatetaan käydä maakuntamatkalla museoissa ja näyttelyissä. Se tekee tosi hyvää mielelle kun saa jakaa asioita yhdessä.”

Nuorilla, joilla on ollut hyvät perhesuhteet myös haasteellisissa elämäntilanteissa kuten esimerkiksi murrosiän kriiseissä, perhesuhteista saatu positiivinen vaikutus on edelleen koettuna suurempi kuin niillä nuorilla, joilla kriisitilanteissa olivat välit rikkoutuneet. Kun aikaisempien kriisien aikaan nuorta ei ole hylätty, vaan häneen luotettiin ja hänelle annettiin uusi mahdollisuus, vaikuttaa se edelleen molemminpuolisena luottamuksena ja kokemuksena hyväksytyksi tulemisesta.

N3: ”En mä tiä. Meil oli sillee yläasteella tosi huonot välit, mut sit me saatiin ne jotenkin sovittuu. Mut sit se on vaan jotenkin jääny, et ei se soita mulle tai tuu käymään. Mä vähän niinku hölmöilin. En käyny koulussa ja join. Olin silloin kasilla. Musta tuntuu, et se on jääny vähän kai hertamaan mua vielä edelleen ja sit se vaikuttaa kaikkeen tekemiseen.”

N1: ”Oon mä mokannu monestikin ja varsinkin nuorempana. Ja niistä hölmöilyistä oon saanu sit maksaa. Mutta mutsi luottaa muhun edelleen, enkä mä halua sen luottamusta pettää. Ja nyt etenkin kun ei ole duunia tai mitään, niin mutsin apu on tosi tärkeitä.”

Perhesuhteista puhuttaessa korostuu kahdella haastateltavalla äidin merkitys hyvinvoinnin tuntemuksissa. Äitisuhteen ollessa rikki tai vajavainen, sen koetaan vaikuttavan myös nuoren omaan eheyden kokemukseen. Ne joiden äitisuhteessa on haasteita, kokevat äidin kaipuun päivittäiseksi. Sidney Cobbin (1976, 300–302) luoma klassinen, tunnepuoleen perustuva ajattelumalli sosiaalisen tuen olemisesta **yksilön vasta-vuoroisesta tunteesta olla rakastettu ja arvostettu** oli puheiden keskiössä mietittäessä omaa arvoa ihmisenä. Erityisesti haasteet äitisuhteessa ja häneltä saatu huono palaute vaikuttavat negatiivisesti näkemykseen omasta itsestään, kun taas äidiltä saatu positiivinen emotionaalinen- ja arvontoa ilmaiseva tuki, antaa nuorelle enemmän kuin samanlainen isältä saatu tuki.

N4: ”No se et ei ole ikinä käsitelty asioita. Mä ajattelin, et kun mä meen tänään ekaa kertaa psykologille, niin sieltä saisi selkiyttä asioihin. Ajattelin, että olis aika ite tehdä asioille jotain ja sit mä soitin sinne... No välil ajattelee, et jos ei oliskaan käynyt sillee, niin olisiko asiat nyt paremmin.”

N3: ”Et kylhän mun tekis mieli kirjoittaa joku kirje sille, mut mä pelkään vaan niin, et mä pahennan asioita. Nyt kun on elämässä haastavampi tilanne, niin se äidinkaipuu on noussu. Kylhän mä niinku kun saan esim. paniikkikohtauksen, niin tekis mieli soittaa äidille, et tuu käymään tai jotain, mut kun ei se tiedä niist mitään. Haluisin, et se kysyis, et onks kaikki hyvin ja tulis käymään ja tehdään jotain yhdessä. Et sillee pystyis puhumaan samalla tavalla kuin kavereille.”

Suurimmassa osassa perheitä ollaan kiinnostuneita lapsen tilanteesta ja näissä perheissä vahvimmin äidit ovat niitä henkilöitä, jotka ilmaisevat asiasta huolta. Äitien huoli osoitetaan konkreettisilla sanoilla ja teoilla. Isät osoittavat huoltansa hiljaisesti

tai ei lainkaan. Nuoret kokevat tärkeänä, että heillä on läheinen, joka huolehtii heidän hyvinvoinnistaan ja tarvittaessa katkaisee negatiivisen kierteen esimerkiksi arjen hallinnan ongelmissa.

N2: ”Äiti. Ei isä yleensä mun asioihin puutu millään tavalla.”

N4: ”Ennen työpajajaksoa heräsin joskus kymmenen jälkeen. Oon tosi rytmittömä ja saatoin mennä kouluunkin samoilla silmillä. Saatoin olla nettissä koko yön ja nukkua kun tuln koulusta. Äiti siihen puuttui ja otti mun netin pois. Siitä oli kyl apua. Itekkin sit tajusin.”

N6: ”Tottakai mutsi kysyy välillä, et ootko ettiny töitä. Mutsi on se joka aina kysyy.”

N1: ”Äiti tietää miten elämässä menee oikeesti, mut se ei utele tai kyylää. Ja jos mulla meinaa lähteä lapasesta, niin se kyllä sanoo siitä. Isää ei vois vähempää kiinnostaa.”

Se tutkimukseen osallistunut nuori, joka kokee, etteivät vanhemmat hänen elämäänsä vaikuta, eikä yhdessä toimita vapaa-ajalla, toivoo erityisesti isäsuhteille enemmän aikaa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Samaan aikaan on kuitenkin kokemus, että perheellä on hyvät välit keskenään eikä ongelmia tai ristiriitoja ole.

N2: ”Ei mun vanhemmat varmaan ees tiedä moneen mä valvon. Kyl ne varmaan huomaa, et kuinka pitkään mä nukun, mut ei ne oo siit mitää sanon. Olis kiva jos asia ei olis näin. Isälle ehdotinkin, et lähdettais sunnuntaina kattoo pelii Helsinkiin, mut ei se oikein innostunut siitä. Ei se vaan jaksa, vissii haluaa levätä viikonloput.”

Ystävyysuhteiden merkitys sosiaalisissa verkostoissa korostuu julkisella paikalla toimimisessa. Usealla nuorella on kokemus, että ilman ystävyysuhteita ei osata toimia julkisella paikalla, eikä esimerkiksi kuntosalille haluta mennä, vaikka sen vaikutukset ovat positiiviset. Kuntosalille meno koetaan enemmän tavaksi viettää kavereiden kanssa aikaa kuin urheiluna tai fyysisen kunnon ylläpitäjänä.

N1: ”Kavereitten kaa vaan pitää olla koko ajan, chillailta. En mä oo sillee julkisil paikoil yksin. Se on jotenkin ahdistavaa. Osaan kyl olla yksin, mut jossaa niinku salil niin se on tosi outoo olla siel yksin. Ku siel ei ole ketää. Niittenkaa menee sinne just tyylil samaan kellonaikaa. Kavereiden kanssa just kun käy salil, niin tulee hyvä olo.”

Puolet vastanneista kokee, että hänellä on sosiaalisissa verkostoissa puutteita josta seuraa yksinäisyyden kokemuksia. Yksinäisistä nuorista suurin osa kokee olevansa yksinäinen muusta kuin omasta tahdostaan. Internet ja sosiaalinen media korvaavat sosiaalisia suhteita ja lieventävät yksinäisten yksinäisyyskokemuksia, mutta eivät täysin poista niitä. Tietokone tuo elämän mielekkyyteen tarvittavia verkostoja, joiden avulla nuori saa arjesta jossain määrin siedettävää. Sen läsnäolo tuo turvallisuuden tunnetta siitä, ettei nuori ole yksin vaan kuuluu johonkin yhteisöön. Erityisesti tietokoneella toimivien peliyhteisöjen arvo nousee näissä tapauksissa suureksi.

N7: ”Nettiroolipelaaminen. Mulla on yksien tuttujen kanssa Dungeon and dragon nettipeliryhmä. Mulla on tapana käsitellä mun elämää roolipelin välityksellä.”

Silloin kun yksinäisyys on oma valinta, sitä ei koeta arjessa ongelmaksi. Tällöin yksinäisyys ei vaikuta hyvinvointiin negatiivisesti. Nämä yksinäiset ihmiset kokevat oman sosiaalisen hyvinvointinsa yhtä vahvaksi kuin ne joilla on ystävyysuhteita.

N2: ”Ennemmin miä harrastelen kaikennäköistä muuta. Yksin tulee pelattua videopelejä paljon ja sellasta, et enemmän sellasta kun et tulee lähettyä ulos ihmisten kanssa.”

Työpajatoiminta sosiaalisen hyvinvoinnin parantajana nousee nuoren puheissa tärkeään arvoon varsinkin yksinäisten nuorten kohdalla. Se auttaa pitkäaikaistyötöntä nuorta työmarkkinoihin sopeutumisessa erityisesti sen mukanaan tuoma arjen säännönmukaisuuden ja henkilökunnan nuorta huomioivan työotteen avulla. Tämä nousee jokaisen haastateltavan puheissa arvokkaaksi elämönhallintaa ja sitä myötä hyvinvointia parantavaksi osatekijäksi, josta katsotaan olevan erityisen paljon hyötyä kasvussa kohti työmarkkinoita. Erityisesti työpajahenkilökunnan myönteinen työote asiakkaita kohtaan toimii tärkeänä osana itsetunnon kohentamista.

Työpajatoiminta on sosiaalisen tuen toimintaa, ja kaikki tutkimukseen osallistuvat kokevat työpajatoiminnan tukevan nuorta hänen kasvussaan. Se antaa haastateltujen mukaan nuorelle hänen kaipaamaansa itsenäisyyttä sekä arvostusta hänen tekemistään työstä. Varsinkin nuorella, jolla on aiempia arvottomuuden kokemuksia, työpajahenkilökunnalta saatu kannustus merkitsee paljon itsetuntoa kohottavasti. Nuoret puhuvat työpajatoiminnasta vastaavien henkilöiden merkityksellisyydestä henkisen hyvinvoinnin parantajina ja ylläpitäjinä. Lisäksi puhutaan työpajatoiminnasta sosiaalisten verkostojen laajentajana, jolloin on mahdollista kohdata muita samassa tilanteessa olevia nuoria.

Työpajatoiminnassa on havaittavissa Charles Tardyn neljä sosiaalisen tuen muotoa (ks. 2.4.2), josta vahvimpana on nähtävillä emotionaalinen ja informatiivinen tuki. Työpajatoiminta on itsensä toteuttamista (*being*), minkä avulla työtön nuori integroituu yhteiskuntaan ja luo itselleen ammatti-identiteettiä.

N7: ”Tää tuo iloa ja tyytyväisyyttä elämään. Mulla on tunne, että olen arvokas työntekijä. Parasta on kun saa olla muiden ihmisten kanssa. Täällä mä saan tuntea itseni hyödylliseksi, saan näyttää kykyäni ja mua kehutaan”

N3: ”No et on vähän itsevarmempi. Tääl kehutaan tosi paljon työn jälkee ja mitä niinku tekee. Saa luotettua omiin kykyihin ja et osaa. Uskaltaa puhua enemmän. Tänne kun tulini, niin en mä uskaltanut puhua kellekää, mut ei siihen menny kuin pari päivää niin sain täältä kavereita ja pysyitin puhumaan.”

Aikaisemmin on tutkittu, että sosiaalinen sekä osallisuuden vahvistaminen on tärkeää erityisesti työttömän henkilön elämässä, jotta sivupoluille suistumista ei tapahtuisi. Niillä työttömällä, joilla on vahvimmat ja turvallisimmat sosiaaliset verkot, selviävät työttömyyden haasteista parhaiten ja pystyvät säilyttämään työllisyyttä edistävän toimintakykynsä. (Elovainio, Kortteinen 2012, 157.) Tapio Kuuren (2015, 14–15) mukaan Lehtonen ja Kallunki (2011) ovat tuoneet esille, että tehokkain tapa katkaista alisuoriutumisen on vahvistaa itsetuntoa ja minäkäsitystä. Myös he tuovat esille luottamuksellisten ihmissuhteiden merkityksen vastoinkäymisten sietämisen kyvyssä. Sitä työpajatoiminta parhaimmillaan edustaa.

Kuutta kahdeksasta haastateltavasta on aikoinaan kiusattu koulussa. Yksinäisyys korostuukin juuri näiden nuorten kohdalla, joilla on taustallaan koulukiusaamiskokemuksia. Nuorista kaksi kertoo, ettei kokemuksella ole vaikutusta tähän hetkeen ja loput neljä kokevat, että kiusaaminen on jättänyt eriasteisia vaurioita psyykeeseen ja kokemuksen masennuksesta, jolloin myös sosiaalisten verkostojen luominen on haasteellista. Yli puolella haastatteluista kokemus on ollut traumaattinen ja jättänyt pelon uudelleen kiusatuksi tulemisesta. Tämä näkyy edelleen luottamuspulana, sosiaalisten suhteiden luomisen vaikeutena sekä yksinäisyyden kokemuksena. Tämä pelko saattaa olla niin syvä, että nuori ei osaa vielääkään useita vuosia tapahtumien jälkeen hankkia uusia ystävyys-suhteita. Pahimmillaan koulukiusaamiskokemukset ovat vaikuttaneet mielenterveyden romahtamiseen ja pitkiin sairaalajaksoihin alakouluikässä.

N7: ” Se Kuusaan aika oli kyl tärkeä osa mun elämää ja kuntoutusprosessia. Mutta se ei auttanut siihen, että kun mä olin lukiossa yksin ilman tukea ja sit iski se vainoharha. Minä yritin, mutta pelko otti vallan. Sen takia mulla ei ole kavereita tai ystäviä tällä lailla fyysisinä kontakteina. Ei ole siis yhtäkään ystävää. Et mulla oli ennen joitakin ja itse asiassa peruskoulussa kaikki mun kiusaajat oli jossain vaiheessa mun kavereita ennen kuin ne käänty mua vastaan. Sen takia mun on vaikee luottaa vieläkään ihmisiin niin että ystävyystyisin heidän kanssaan.”

N8: ”Ei tule pahemmin sosiaalisia suhteita tehtyä. Oon ajautunut kiusaamisten myötä yksinäisyyteen.”

N3: ”Et mä sairastuin masennukseen ja syömishäiriöön 14 –vuotiaana. Mä en käyny enää koulussa ja aina piti esittää, et on niinku kipee ja sit sinne ei vaan menny. Oli se aika vaikeeta. Et se laskee niin paljon sitä it-setuntoo, et koko ajan mieltii, et entä jos toi ei tykkääkään musta. Ja sit oli tosi vaikee puhuu ja on siis edelleenkin vaikee puhuu.”

Kiusaamista kokeneilla henkilöillä sosiaaliset verkostot ovat edelleen suppeat ja ne muodostuvat pääosin netin kautta tavatuista henkilöistä, joita ei ole kasvotusten kohdattu. On kuitenkin tärkeä havaita, että kaikki haastateltavat kaipaavat sosiaalisia ja fyysisiä suhteita, vaikka he eivät niitä osaa tai kykene muodostamaan. Erityisesti pitkäaikaistyöttömien nuorten kohdalla nousee tietokoneilla solmittujen ystävyyssuhteiden merkitys arvokkaaksi ajanviettoseuraksi ja hyvinolontuottajaksi, vaikka samaan aikaan tietokonepelaamisen riski arjenhallinnan ongelmien ylläpitäjänä korostuu huolestuttavan paljon.

N7: ”Mä olen hyvin sosiaalinen henkilö. Mä en nauti mistään enempää kuin että saa viettää aikaa muiden ihmisten kanssa, mutta se on hankalaa. Mä oon kaikist tyytymättömin yksinäisyyteen. Mä tykkään viettää aikaa nettikontaktieni kanssa ja moni niistä on mulle hyvin aitoja ystäviä, ihmisiä joiden kanssa olen vaihtanut netin kanssa, ihmisiä joita mä oon tuntenut kahdeksan vuotta jopa, mut siis mulla ei ole. Mä usein mietin, että voishan sitä lähteä ulkomaille tapaamaan mun nettikontakteja, että moni niistä on hyvin mukavia tuttavuuksia, joita vois siis mielellään tavata muutenkin. Mut ne on siis ympäri Eurooppaa ja yksi niistä on Amerikkassakin. Nää on ne mun ystävät. Et koitan keksiä kaikenlaista aktiviteettia itseni ja heidän kanssaan. Lähinnä nettipelien pelaamista. Sellaisten fyysisten ystävien puute on hyvin iso. Se on se ainoa tyytymättömyyden aihe.”

N5: ”Ehkä se(=yksinäisyys) näkyy siinä, et viettää sit enemmän aikaa siel netissä. Joskus olis kiva nähä ja tehä jotain. Ehkä mennä välil muuallekin kun olla kotona ja niiden nettituttujen kanssa.”

Neljä kuudesta koulukiusatuksi tulleesta kokee itsensä kiusaamisesta johtuen edelleen yksinäiseksi joko ajoittain tai kokoaikaisesti. Näillä yksinäisyyden kokemuksilla on selkeä suhde haastateltavien hyvinvointiin. Yksinäiset kokevat elämänlaatunsa heikommaksi kuin ystävyysuhteita omaavat.

N5: ”Kaipaen niitä kasvokkain kohdattavia ihmisiä. Ei mun elämä ole yhtä hienoo kuin niillä joilla on kavereita.”

N8: ”Et oon miä yrittänyt saada ystäviä, mut muilla on aina niin kiire. Se on tosi vaikeeta ystävyystyä ja sit se tietty näkyy arjessa omana yksinäisyytenä.”

Koulukiusaamisesta seuranneessa yksinäisyydessä koetaan myös ulkopuolisuutta, joka on osalla johtanut masennukseen, useiden vuosien sisälläoloon/huonon itsetunnon kokemukseen. Erityisesti pitkään, useita vuosia, kestäneen yksinäisyyden kohdalla siitä puhutaan masentavana, harmaana ja ahdistavana kokemuksena, jota ei toivota kenenkään kohdalle osuvan.

N7: ”Oli hankala edes ajatuskaan ulosmenosta. Että vasta noin vuosi puolitoista sitten alkoi olla sitä että ajatus ulos menemisestä oli paljon mielekkäämpi, mutta mulla ei ollut ketään kavereita tai ystäviä ja mun pikkusisko kävi kävelyllä yksin, niin mä en päätenyt menemään ulos juuri yhtään, koska en nähny ulkoilussa mitään pointtia. Mä vietin sisällä kaks tai kolme vuotta. Mä enää muista tarkkaan kuinka pitkä ajanjakso se oli, mutta pitkä se oli kuitenkin. Niin pitkä, että elämä ehti käydä niin harmaaksi ja sumuiseksi, että en nähny enää mitään toivoa tulevasta. Ihminen on luonnostaan sosiaalinen eläin. Ystävät auttaa siihen, että ihminen tuntee itsensä hyväksytyksi ja osaksi laumaa niin sanotusti.”

Yksinäisyydessä ongelmaksi nousee eräänlainen ruutinittomien päivien haaste. Yksinään on haasteellista löytää tekemiselle mielekästä suuntaa.

N8: ”Välillä on vähän masentunut olo ja ei tiedä oikein mitä tekee, kun jatkuvasti tekee niitä samoja juttuja. Välillä ei vaan keksi mitä tekee. Kyl-

lähän sitä kaipaa seuraa, kun on aika monta vuotta melkein pä neljän seinän sisällä vaan ollu. Et olishan se helpompi vaik lähteä harrastamaan jos olis kavereita siinä. Kun ei ole kavereita ollenkaan. Et oon miä yrittänyt saada ystäviä, mut muilla on aina niin kiire.”

Karvonen ja Kestilä (2014, 172–173) ovat tuoneet esille syrjäytymisen riskin työttömyysaikana, sillä yksinäisyyden kokemuksen koetaan olevan osoitus heikosta sosiaalisesta huono-osaisuudesta, jolloin syrjäytymisen riski on suurempi kuin työllistettyjen ikätoverien samankaltaisilla kokemuksilla. Positiivisesti huomattavaa on se, että tutkimukseen osallistuneista nuorista kukaan ei koe itseään syrjäytyneeksi yksinäisyydestään huolimatta.

6.3 Being

Työttömien nuorten kohdalla tekemättömyyden tila ja rutiinittomien päivien haasteet korostuvat. Vain harvan nuoren toteutumiskanavat rakentuvat musiikin, taiteen tai liikunnan ympärille. Työttömyyden aikana suureksi haasteeksi itsensä toteuttamiselle nousee taito, kyky ja resurssit sitoutua yhteiskuntaan sekä löytää itselle mieluisa ja toteutumiskelpoinen itsensä toteuttamismuoto. Tekemättömyyden tilan ollessa vallalla liian pitkän ajanjakson, on nuoren haasteellista löytää sopivaa tekemistä ilman tunnetta ulkopuolisuudesta. Työtöntä haastaa myös pahimmillaan kokemus itsearvon menetyksestä, häpeä, yksinäisyys ja irrallisuuden kokemukset, jolloin kanava itsensä toteuttamiseen on haasteellista löytää. Korvela & Norlund (2015, 194–195) puhuvat Haverisen (1996) arjenhallinnan kolmesta tasosta; osaava, taitava, ymmärtävä. Osaavalla tasolla eli yksilöllisellä arjenhallinnalla nuori pystyy tyydyttämään arjessa omat tarpeensa. Taitavassa arjenhallinnassa nuori näkee asiat yhteisön kannalta ja haluaa toimia yhteisön parhaaksi. Ymmärtävässä tasossa nuorelle on jo kehittynyt taito oman edun tavoittamisen lisäksi toimia yhteisen hyvän saavuttamiseksi. Näitä nuoria tutkimukseen osallistuneista on vain yksi.

Arjenhallintataidot ja oikeisiin asioihin suunnattu tekeminen arjessa nousevat jokaisen haastateltavan puheissa arjen hyvinvointia parantavina tekijöinä. Yllättävää on kuitenkin, että säännöllinen liikkuminen ja urheilu hyvinvoinnin ylläpitäjänä eivät nouse tutkimuksessa suureen arvoon. Vain yksi kahdeksasta haastatellusta kertoo

liikkuvansa säännöllisesti ja kaksi satunnaisesti. Loput viisi haastateltua eivät liiku lainkaan urheilumielessä. Ilmaisista harrastuksista suurimmaksi nousee pyöräily ja lukeminen sekä taiteet eri muodoissa.

Työllistyneen näkökulmasta työttömällä ajatellaan olevan vapaa-aikaa aina. Ei ole velvoitteita mennä määrättyyn aikaan työpaikalle ja päästä sieltä kotiin määrättyä aikana. Saa tehdä ja harrastaa silloin kun itselle parhaiten sopii, eikä silloin kun kalenterissa on tilaa. Totuus ei kuitenkaan ole aina näin ruusuinen, kuin minä se nähdään. (Aaltonen 2015.) Kaikkien tutkimukseen osallistuneiden puheissa joutenolo arjessa nousee jokaisessa esille negatiivisessa sävyssä. Tällöin arjen tekeminen muodostuu pitkälle ilmaisista toiminnoista kuten tietokoneella pelaamisesta sekä sosiaalisessa mediassa ajan viettämisestä. Nämä edellä mainitut toiminnot vievät arjesta useita tunteja päivässä.

Työpajatoiminnan motiivina koetaan myös mahdollisuus tehdä arkea hyödyntävää toimintaa ja parantaa näin ollen omaa hyvinvoinninkokemusta. Suurimmalla osalla haastatelluista, seitsemällä kahdeksasta, on taustana koulujen työharjoittelut ainoina kontakteina työelämään ennen työpajatoimintaan mukaan tulemistä. Tällöin kokemus työelämästä on ensimmäinen ja sitä kautta merkityksellinen. Työpaja koetaan tärkeämmäksi kuin työttömyysajan tekemättömyys.

N6: ”Työttömänä menee kumminkin hukkaan arjesta aikaa, sama se jos sen ajan tekee jotain hyödyllistä.”

N7: ”Mä en kyllä vaihtaisi tätä työelämää mihinkään. Et mä en voi käsittää miten joku haluaa vuositolkulla viettää aikaa ilman minkäänlaista tarkoitusta tai tähtäintä elämässään. Mä olen usein kuullut ihmisiltä, jotka kadehtivat minua noina vuosina, joita vietin kaikessa hiljaisuudessa omassa huoneessani, mutta ei se kyllä sellaista nautintoa ole, joita ihmiset olettaa sen olevan. Mun harrastukset on sellaisia, että ei tarvitse kotoa poistua, joten tää on ainoa paikka jossa saan kunnolla ihmiskontakteja.”

Ennen työpajajaksolle tulemista nuori kertoo pahimmillaan valvoneensa jopa neljäkymmentä tuntia yhtäjaksoisesti pelaten tietokonetta. Kun päivässä ei ole kiinnipitävää voimaa, on vaikeaa löytää päivään omaa suuntaa ja siihen sitouttavaa toimea. Tutkimuksessa kuusi kahdeksasta nuoresta kuuluu niihin nuoriin, joiden päivä koostuu pelikoneiden ja tietokoneen kanssa vietetystä ajasta. He käyttävät päivästä suurimman osan medialaitteiden kanssa eivätkä he osaa ajatella harrastavansa mitään muuta. Pelikoneilla pelaaminen on hyvin pitkälle totuttu, turvallinen tapa, jolla täyttää arjessa muutoin tyhjäksi jäävän aukon.

N8: ”Koneella vietän jotain viidestä-kymmeneen tuntia. Pyörin yleisesti netissä tai pelailen ja aika usein katon myöskin videoita.”

Muut nuoret ovat päivisin opiskelemassa tai työssä, jolloin työtön jää päiväksi yksin. Päivät kuluvat monella nukkuen ja päivän toiminnat suuntautuvat iltapäivästä yöhön. Päivässä ei saa mitään aikaiseksi, sillä olo on kaikin puolin saamaton ja veltto. Perinteiset arkiaskareet tuntuvat ylitsepääsemättömiltä. Monet haastateltavista ovat valvoneet työttömyysaikana pitkälle aamuyöhön ja heränneet vasta iltapäivällä, jolloin vuorokausirytmä on täysin pääläellaan, eikä asioiden hoitaminen virka-aikana suju. Valvomisella on erityisesti vaikutusta nuoren jaksamiseen ja toiminnallisuuteen.

N1: ”Et saatoin tehdä musiikkii yöllä. Johonkin neljää asti ja joskus saatoin tehdä koko yön sitä. Ja sit kävin nukkuu joskus aamulla. Sit tuli melkein vaan nukuttuu. Heräsin joskus kolmelt-neljät päiväl.”

N2: ”No ne oli sellasia, et aika myöhää tuli herättyy, et melkein kahelta iltapäivällä. Sitten..... mitäköhän mä silloin tein, en ees muista. Siinäkin mä yritin vaan jotenkin saada päivii kulumaan ja töitä ettii. Samaltaval ne silloinkin meni, et televisioo tuli katottuu ja pelailtuu kaikennäköistä. Sellasta. Joskus saatto mennä viiteenkin yöllä, kun tuli seurattuu aika paljon NHL:ää, niin ne tuli öisin.”

N7: ”Että joskus mä valvoin ehkä lähes 40h putkeen ja välillä mä nukuin 20 tai yli tuntia. Mun arki muodostui koneella olosta.”

N4: ”Mä olen aika yökukkuja. Et menee aina yli kahteentoista, et mä nuku kuin sen jotain kuus-viis tuntia, aika vähän. Enkä mä nuku ees päikkäreitäkään. Mulle jää toi uni tosi vähäiseksi, et oon aika väsynyt koko ajan. Mua ei iltaisin enää väsytä, vaikka oisin huhkinut koko päivän niska hiessä, silti mua ei väsytä illalla. Mä unohtelen aika paljon asioita töissäkin. Mulla menee ihan ohi ajattelun. Mul vaan ajatus siirtyy jonnekin muualle. Varsinkin lähimuisti on tosi huono. Mä oon aika varma, et se johtuu tosta väsymyksestä.”

Väsymyksen koetaan olevaan suurin este kaikenlaiselle tekemiselle ja yleiseen arjenhallintaan.

N2: ”En jaksa tehdä välttämättä kaikkee mitä pitäis tehdä. Et jos tiedän, et mun pitäis esim päivällä hakee töitä, niin ne jää sit laiskuuden takia tekemättä. Näin käy aika monestikin. Varsinkin viikonloppuisin. Et mietti, et nyt pitäis tehdä asioita, mut ei vaan jaksa ja sit vaan lepää viikonlopun.”

Tutkimukseen osallistuvat kokevat, että työpajatoiminta on heille tässä kohtaa tärkein toimija arkeen sitouttamisessa ja arkirytmien ylläpitäjänä. Haastateltavat kertovat, että työpaja on opettanut heitä, joitakin jopa ensimmäistä kertaa, heräämään aamulla ja olemaan paikalla silloin kun työpäivä alkaa. Edes koululaitoksella ei ole ollut samanlaista kykyä saada nuorta aktivoitumaan arkeen.

N4: ”No on tullu semmonen normaali arkirytmii ja sillee niinku et herää aamul töihin ja sit kotiin.”

N5: ”Yleensä mä vaan heräsin aika myöhään, joskus päivällä. Sit mä tyyliin laittauduin ja olin vaan, hengailin kotona. Olin aikalailla paljon koneella ja valvoin myöhään ja kattelin telkkari. Joskus teki jotain ruokaa, jos jaksoi. Ei ollu mitään kunnon rytmiä. No saatto mennä aika reippaasti yli puolenyön”

N3: ”Mä oon pirteempi kun on se rytmi ja mua ei sillee haittaa vaik mä herään aikasemmin, kun ennen se oli niinku vaikeeta. En mä ehtinyt koskaan kouluunkaan ajoissa.”

N5: ”Tää unirytmii on korjaantunut parempaan suuntaan ja on tekemistä. Ja tietysti työkokemusta ja rahaa. Osaa kuitenkin tehdä oikeesti töitä. Parik on ainoa mikä on ottanut mut töihin. Saan rohkeutta ja uskallan puhua vieraillekin ihmisille small talkia.”

Tämä työpajatoiminnan merkitys arkeen sitouttajana, arkeen opettajana ja oikean vuorokausirytmien ylläpitäjänä on erityisen merkityksellinen, sillä kuten Urrila & Pesonen (2012, 2829–2833) ovat tuoneet esille, on nykynuorilla suuremmat edellytykset ajautua epäsäännölliseen vuorokausirytmiiin kuin aiemmilla sukupolvilla (kts. kappale 3.1.3).

Työpajatoiminnan suurimmaksi ja ainoaksi ongelmaksi tutkimukseen osallistuneiden mukaan nousee, että opituista rutiineista ei osata pitää toiminnan päättymisen jälkeen kiinni. Nuorella pitää olla jokin mielekäs ja motivoiva ulkopuolinen syy ns. normaalin arjen ylläpitämiseen.

N2: ”Et musta tuntuu, et mul on ihan hyvä olla tääl vähän aikaa, niin saa niit rutiineja. Jos mul ei työkokeilun jälkeen mitään oo, niin sit se nukkuminen jatkuu sinne iltapäivään saakka”

N1: ”Miks mä muka heräisin ajoissa, kun ei ole mitään syytä?”

Kaikilla on tietoisuus harrastuksen merkityksestä omaan hyvinvointiin ja osa tutkimukseen osallistuvista on miettinyt niitä asioita, jotka aktivoisivat heidät lähtemään pois kotoa ja harrastamaan jotakin. Usein saamattomuus nousee suurimmaksi esteeksi tekemiselle ja uuden toiminnan ääreen hakeutumiselle.

N4: ”Kyl se varmaan vähentyisi, kun keksisin jotain järkevämpää tekemistä. Mut nyt ei vaan ole innostanut mikään. Kyl mä sitä tanssia olen ajatellut, mutta en ole uskaltanut.”

N2: ”Jalkapalloo voisin viel pelata jos löytäisin jonkun joukkueen mihin vois mennä ja paremmilla keleillä vois lenkkeilyäkin alkaa harrastamaan. Jotain pitäis kehitellä. Jotain uusii harrastuksii vois olla esimerkiksi ja sitten pitäis kouluu hakee. Varmaan tossa ens kuussa.”

Yksinäisyys sekä haasteet elämänhallinnassa tiedostetaan, jolloin siihen on alettu myös etsimään ratkaisuja. Eräs tutkimukseen osallistunut on miettinyt lemmikkieläimen hankintaa ja sen merkitystä arkeen ja yhteiskuntaan aktivoimisessa. Koiran hankinnan myötä ei olisi lupaa olla saamaton, ja mahdollisuus palata entiseen saamattomaan ja rytmittömään elämäntilanteeseen olisi haasteellisempaa. Lemmikin myötä kokemuksen omasta hyvinvoinnista uskotaan paranevan ja sosiaalisten verkostojen laajenevan.

N7: ”Olen pitkän aikaa harkinnut vakavasti koiran hankkimista. Se kun olisi luotettava kumppani, joka toisi motivaatiota ulkoiluun ja toisi rutinit. Eikä tarvitsisi olla yksin.”

Liikunnan katsotaan olevan yksin haasteellista ja turhaa ja siihen liitetään vahva emotionaalinen yhdessä tekemisen tunne. Liikkumiseen halutaan liittää yhdessä tekeminen enemmän kuin itse liikunnasta saatu fyysinen hyöty. Yksinään tehdessä kynnys toiminnan aloittamiselle on korkeampi. Ainoastaan yksi haastatelluista kertoo päivittäin urheilevansa itsenäisesti esimerkiksi pyöräillen, kun muilla liikkuminen on satunnaista ja kaveriorientoitunutta.

N5: ”Ja sit mä kaipaen, et olis ees pari kertaa viikos joku tekeminen, et tekee sillee toistuvast, ettei aina vaan jäis sillee kotiin. Ehkä jotain liikunnallista. Salil käymistä tai jotain. Et ehkä se et jos olis joku tollanen et joku ohjaa, niin sit varmast menis, eikä se jäis välistä. Silloin mua

odotettais paikalle. Mut kun se on maksullista, niin ei oikein pysty. Haluisin, et se olis ilmasta tai edullista.”

Itsenäisesti liikkuva nuori on omien puheidensa mukaan muutoinkin aktiivinen nuori, joka täyttää työttömyysaikana päivänsä järjestötoiminnalla, lukemisella, liikunnalla sekä taiteella. Hänen kohdallaan ei ole väliä onko tekeminen maksullista, vaan tärkeimmäksi asiaksi nousee tekeminen ja sen tuoma olotila. Vaikka tekeminen on aktiivista ja aikaa vievää, ei sen kaikkia osa-alueita katsota harrastamiseksi. Tällöin toiminta katsotaan muun aktiivisen toiminnan myötä tulleeeksi sivutuotteeksi, joka ei itsessään ole harrastamista. Tärkeää on myös huomata, että nuori haluaa pitää kaiken tekemisensä aktiivisena elämäntilanteesta ja varallisuudesta riippumatta.

N6: ”Joo mä harrastan musiikkia. Sit meil on semmoinen yhdistys tuolla Tampereella. Mä en ole semmonen järjestöihminen eikä mua kiinnosta sikälli se yhdistystoiminta. Et se on ihan harrastuksen ohella. Mun vanhemmat on täydellinen esimerkki siitä miten paljon vapaaehtoistoiminta ja harrastukset voi kärsii siitä et on vaan töissä. Mä olen saanu sieltä täydellisen esimerkin siitä miten asioita ei pidä hoitaa. Mä haluan pitää mun harrastukset; kulttuuri ja tämmöset, elossa vaikka oisin töissäkin, ne pitää mielen paljon virkeempänä ettei ajatukset olis pelkästään vaan sitä työtä. Koska ihmiset aika äkkiä tuudittautuu siihen, että tää mun työ on nyt se mun elämä ja kaikki muu ympärillä on vaan kaupassakäyntiä ja telkkarin tuijottelua tässä ympärillä. Haluan mielelläni pitää ton harrastustoiminnan aktiivisena.”

Harrastamisen katsotaan olevan keino toteuttaa itseään arjessa. Harrastamisessa tärkeintä on siitä saatava kokemus, ei sen rahallinen arvo.

N6: ”Fillarointi, maastopyörällä ajaminen täysiä, se vaan on turhan energian poistamista, et saa sen energian pois mitä ei ole tullut päivän aikana käytettyä mihinkään hyödylliseen. Mä käyn pyöräilemässä joka päivä jonkin verran. Mä meen fillarilla joka paikkaan. Kesällä sit pidemmällä lenkeillä, kun talvella se on paljon raskaampaa. Harrastus jos on sellainen et se vaatii pelkkää rahaa, niin silloin se on ehkä pelkkä ra-

hareikä, eikä se harrastaminen ole siinä pakosta se tärkein asia siinä. Kun taas mulla on niin paljon harrastuksia, et jos mulla ei ole rahaa niin mä voin harrastaa niitä jotka ei vie niin paljon rahaa, esimerkiksi piirtäminen ja lukeminen. Et kaikki harrastukset ei vie rahaa.”

Nuori, jonka elämä on aktiivista, kokee, että elämä ei ole hänen kohdallaan tylsää. Hän saa aktiivisesta toiminnasta ystäviä, säännöllistä tekemistä ja verkostoja, joista on hänelle tulevaisuudessa hyötyä. Hänellä myös pelikoneella pelaaminen menee harrastamiseksi, josta halutaan saada pelkän ajan kuluttamisen sijaan hyötyä.

N6: ”Mä oon siis pelannu paljon tietokonetta ja mul on hyvin paljon mm. ulkomaalaisia kavereita, joiden kanssa mä oon mikrofonin kanssa yhteyksissä, pelaan ja luon verkostoja. Mä olen pelannut elämässäni ihan hävyttömän paljon pelejä. ja mä oon sitä mieltä, et esimerkiksi peleissä joissa tarvitaan reaktiokykyä, parantaa motoriikkaa, motorisia kykyjä ja reaktioaikaa, josta on hyötyä elämässä paljon. Mut jos sulla on peli, joka haastaa sut koko ajan ja sä epäonnistut jos sä oot huono ja sun pitää olla parempi koko ajan, niin se hyödyttää sua.”

Ne, jotka aktiivisesti harrastavat musiikkia ja taiteita pitävät harrastuksesta kiinni myös työttömyysaikana. Sen katsotaan olevan työttömyysaikana tärkeä itsensä ilmaisun kohde, jota pystyy tekemään vuorokauden ajasta riippumatta. Työttömyysaikana tekeminen suuntautuukin monella yöaikaan. Musiikilla koetaan olevan merkitystä itsensä toteuttajana ja sosiaalisten suhteiden ylläpitäjänä. Musiikin ympärille ovat rakentuneet haastateltavien ystävyysuhteet ja sitä pidetään parhaimpana muotona toteuttaa itseään ja omia ajatuksia. Sitä pidetään keinona rauhoittumiseen varsinkin ADD oireistosta kärsivän nuoren kohdalla.

N1: ”Musiikki on semmonen. Mä saan tehdä sitä milloin mä haluan. Se auttaa mua pitämään pään kasassa. Et saatan tehdä musiikkii yöllä. Jo-honkin neljää asti ja joskus saatan tehdä koko yön sitä. Ja sit käyn nukkuu joskus aamulla. Siin on vähän politiikkaa ja sotaa, kuolemaa ja. Se on mulle terapiaa”

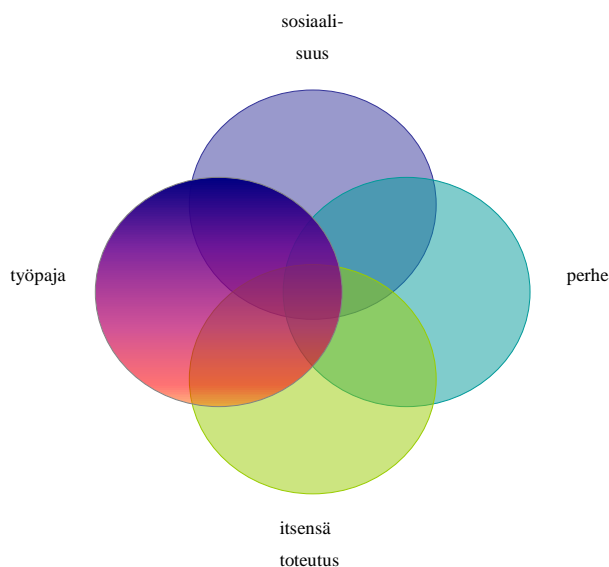
N6: ”Musiikki rauhoittaa mun mieltä. Taide on sillee terapeutista.”

Musiikissa itsensä toteuttamisena on havaittavissa nautinnon korostuminen ja tunne itsensä toteuttamisesta (Hanifi, 2009, 249). Lehikoisen (1973, 22–23) mukaan musiikilla on ollut voimakas merkitys hyvinvointiin jo antiikin Kreikasta lähtien. Hippokratee ja Pythagoras muun muassa ovat käyttäneet musiikkia rauhoittamiskeinoina potilailleen, ja useat filosofit ovat viitanneet musiikin terapeuttiseen merkitykseen, jolla kohennettiin tunne-elämän terveyttä ja tasapainoa. Kiihtynyt mieli rauhoitettiin musiikilla. Näiden oppien seurausta hyödynnetään muun muassa edelleen nykyaikaisessa musiikkiterapiassa.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

7.1 Kokemus omasta hyvinvoinnista

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää vastaukset kysymyksiin, millaista on pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvointi ja millaisia hyvinvointia heikentäviä ja vahvistavia osatekijöitä nuorten elämässä on. Näiden tutkimuskysymysten avulla pyrin antamaan lisää tietoa työttömien nuorten kanssa työskenteleville sekä lisäämällä tietoa nuorten työttömyysajasta. Tutkimukseni teoriapohjana käytin Erik Allardtin hyvinvointiteoriaa, jossa yksilön tarpeiden tyydyttäminen on vähintäänkin yhtä tärkeää kuin yhteiskunnalta saadut resurssit (Allardt 1976, 88). Tutkimuksessani olen selvittänyt haastatteluiden avulla miten pitkäaikaistyöttömät nuoret kokevat hyvinvointinsa tässä ajassa.



KUVA 6. Hyvinvointia vahvistavat osatekijät

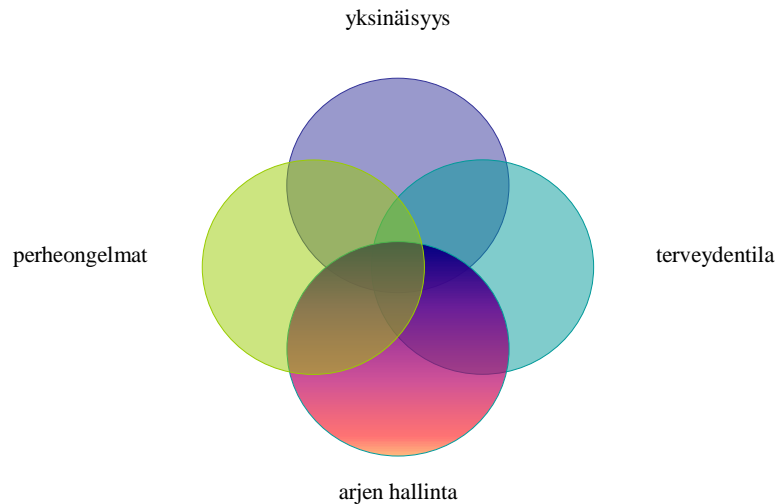
Tutkimukseni mukaan 2010-luvun nuoren työttömän hyvinvointia parantavina tekijöinä ovat sosiaaliset suhteet, joihin lukeutuvat ystävyysuhteet sekä sosiaaliset verkostot, joissa pelikoneilla ja tietokoneilla pelaamisella on iso osuus. Haasteelliseksi pelaaminen tulee silloin, kun elämässä ei ole muuta sisältöä ja se vie arjesta suurimman osan. Tällöin arjen säännönmukaisuus ja hallinta jäävät kokonaan uupumaan tai vaillinaisiksi. Lisäksi tutkimustuloksissa merkityksellisenä pidetään perhesuhteita, mahdollisuutta toteuttaa itseään sekä työpajatoiminnasta saatavaa sosiaalista tukea.

Ystävyysuhteet nousevat jokaisen puheissa esille riippumatta siitä, kokeeko haasteltava omistavansa ystäviä vai ei. Ystävyysuhteiden arvoa hyvinvoinnissa ja onnellisuudessa pidetään arvoista tärkeimpänä. Niillä, joilla ystävyysuhteet ja sitä kautta tulevat sosiaaliset verkostot ovat kunnossa, haluavat niitä ylläpitää kun taas yksinäisyyttä kokevat nuoret kaipaavat ystävyysuhteita ja fyysisiä verkostoja. Perhesuhteita arvostetaan ja niitä halutaan ylläpitää, mutta niiden merkitys ei korostu samassa määrin nuoren elämässä kuten ystävyysuhteet. Työpajatoiminnan merkitys arkirytmien ylläpitäjänä työttömyysaikana korostuu verrattuna yleisiin hyvinvointitutkimuksiin hyvinvointia ja tyytyväisyyttä elämään vahvistavana toimintamuotona. Se nähdään erityisen tärkeänä hyvinvointia vahvistavana ja ylläpitävänä osatekijänä, minkä sivutuotteena nuori saa kaipaamia suhteita ja vahvistusta omalle sosiaaliselle kyvykkyydelle. Tämä onkin huomattava ero aiemmin tehtyihin hyvinvointitutkimuksiin nähden, vaikka työpajatoiminnan merkitys on ollut nähtävillä Opetusministeriön (2004, 9-10) sekä Komosen (2008, 122; 167) tutkimuksissa. Niissä on selvinnyt, että työpaja-

jatoiminta vahvistaa nuorten elämänhallinnan sekä elämäntaidon taitoja sekä toimii ohjauksellisenä sekä kasvatuksellisenä palveluna. Tätä väittämää myös oma tutkimukseni vahvistaa.

Työpajatoiminta on tässä kohtaa työttömän nuoren hyvinvointia vahvistava osatekijän sosiaalista vahvistumista tukevalla toimintatavalla. Riskiksi nousee työttömyyden pitkäaikainen jatkuminen sekä mielekkään jatko-opiskelupaikan uupuminen, minkä seurauksena työpajan itsenäisyyttä tukeva työote ja arjenhallintaa säätelevät toimintamekanismit ovat vaaraksi unohtua työpajajakson päättymisen jälkeen. Tämän vuoksi nuoren sosiaalisen vahvistumisen täytyy olla vahvasti nuoresta itsestään lähtöisin, jotta hän pystyy jatkamaan opittuja arjenhallintataitoja myös ilman yhteiskunnan tukitoimia tai sivustaseuraajia. Työpajoille osallistumisen mahdollisuus on siis pahimmillaan ns. tekohengityksen antamista ja ongelmien eteenpäinviemistä, jollei työpajahenkilökunnalla ole mahdollisuuksia ja resursseja auttaa henkilökohtaisesti nuorta hänen ongelmissaan ja saada nuorta uskomaan omiin kykyihinsä ja taitoihinsa ja vahvistaa jo opittuja asioita.

Itsensä toteuttaminen, harrastustoiminta yksin tai muiden kanssa, jonkun itseään kiinnostavan asian parissa, koetaan mielenterveyttä ylläpitäväksi ja hyvinvointia tuottavaksi niiden kohdalla, jotka kertoivat jollakin tapaa itseänsä toteuttavan. Pitkäaikaistyöttömän nuoren hyvinvoinnissa ilmenee näin ollen kaikki samat elementit, joita on myös havaittavissa yleisissä hyvinvointitutkimuksissa. Hyvinvointi on nuorten mukaan yleistä tyytyväisyyttä elämään, jolloin myös koetun onnellisuuden määrä kasvaa. Nuoret kokevat oman hyvinvointinsa pääosin hyväksi silloin kun elämän peruselementit ovat kunnossa. On kuitenkin tärkeää huomata, että yhdenkin peruselementin puuttuessa tai ollessa vaillinainen, nuoren kokemus omasta hyvinvoinnista on selvästi heikompaa, kuin silloin kun perusasiat ovat kunnossa. Kun elämässä on enemmän negatiivisia tunteita aiheuttavia kokemuksia tai tunnetiloja kuin positiivisia asioita, myös kokemus omasta hyvinvoinnista on alhaisempaa kuin silloin kun elämässä on vallalla olevana tunteena tyytyväisyys tai onnellisuus.



KUVA 7. Hyvinvointia heikentävät osatekijät

Vahvimmin hyvinvointia heikentäviksi osa-alueiksi nousevat yksinäisyys, terveydentila, arjen hallinta sekä perheongelmat. Lapsena ja nuorena koetut koulukiusaamiskokemukset lisäävät nuorten kohdalla edelleen eriasteisia yksinäisyyden kokemuksia, vaikka tapahtumista on saattanut kulua jo useita vuosia. Suurin osa koulukiusaamiskokemuksia kantaneista nuorista puhuu siitä, kuinka kiusaaminen on jättänyt syvät henkiset arvet, jotka vaikuttavat useita vuosia tapahtumien jälkeen, arkeen ja siitä selviytymiseen. Sairaudet nähdään lähtökohtaisesti varsinkin henkisesti kuormittavina tekijöinä, joiden olemassaoloon ei itse pystynyt juurikaan vaikuttamaan.

Tutkimukseni vahvisti aiempia tutkimuksia arjen hallinnan ongelmien ja unen määrän vaikutuksista elämänlaadussa (mm. Salomon 2014; 8, 21–22, 113–114 & Urrila ja Pesonen 2012, 2829–2833.) Arjen hallinnan ongelmat näkyvät nuorilla muun muassa epäsäännöllisenä vuorokausirytminä, josta seuraavat haasteet tarttua toimeen ja yleisenä saamattomuutena. Tästä seurauksena ovat ongelmat esimerkiksi virkasioiden hoitamisessa, koulutukseen pääsyssä ja työmarkkinoille sijoittumisessa.

Perheongelmat nousevat niiden nuorten kohdalla suureksi osaksi hyvinvoinnin kokemuksesta niissä tapauksissa, jossa nuorten välit vanhempiinsa ovat heikot menneisyydessä tapahtuneiden ja käsittelemättä jääneiden asioiden vuoksi. Tällöin nuori kokee edelleen olevansa epäkelpo niin perheenjäsenenä kuin ihmisenä, mikä korostuu työttömyyden myötä. Nuorella on lähtöisin jo useamman vuoden takaa kokemus siitä, että hän ei kelpaa sellaisena kuin on, ja tässä hylkäämiskokemus nousee vahvimpana.

Työttömyysaikana kokemus yhteiskunnan ulkopuolelle jäämisestä korostuu menneisyyden ulkopuolisuuden kokemusten vuoksi, jolloin sen vaikutus itsetuntoon näkyy edelleen negatiivisesti.

Analyysin tuloksena havaitsin, että nuoruuden hyvinvointierojen juuret ovat nähtävissä lapsena ja varhaisnuorena koettujen elämänvaiheiden kautta. Lapsuuden ja nuoruuden elinolot sekä opitut tavat vaikuttavat koko elämään ja korostuvat nuoruuden valinnoissa. Tutkimukseni mukaan suurin osa työttömistä nuorista voi tällä hetkellä hyvin. Kartoittamalla nuorten työllistymiseen vaikuttavia hyvinvoinnin osatekijöitä nykytilassa, lisääntyneiksi haasteiksi nuorten mukaan ovat nousseet psykofyysiset sairaudet: paniikkihäiriö sekä aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt, psyykkiseen hyvinvointiin negatiivisesti vaikuttava myöhäisempi vuorokausirytmäisyys sekä koulu-kiusaamisen ja ulkopuolisuuden kokemukset. Mielenterveyden häiriöt pitkittyessään vaikuttavat nuoren oppimiseen ja työuraan niitä selkeästi heikentävinä tekijöinä. Onneksi kiusaamiskokemuksia seuraavia mielenterveyden ongelmia on ehkäistävissä niihin nopealla puuttumisella.

Tutkimukseni vahvisti aiempia tutkimuksia yksinäisyyden vaikutuksista hyvinvointiin. Yksinäisyyden on todettu heikentävän terveyttä ja hyvinvointia ja kiusaamisen jättävän pitkäaikaisia jälkiä kiusattuun (mm. Junttila 2015, 85; Ketola 2013, 35–36; Ojanen 2014, 385). Vanhempien sosioekonominen tausta, kuolema tai vakava sairastuminen ovat myös kiinteässä suhteessa nuorten valintoihin. Nuoret, jotka ovat saaneet vanhemmiltaan myönteistä palautetta tai puhuneet vanhempiensa kanssa laajasti elämästään, ovat elämäänsä ja sen eri osa-alueisiin selvästi tyytyväisempiä kuin vähemmän keskustelemissa perheissä kasvaneet. Nuoren ja vanhemman välinen toimiva keskusteluyhteys suojaa myös silloin, kun kohdalle sattuu vaikeuksia kuten työttömyys tai sairastuminen. (Aaltonen 2015.)

7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Opinnäytetyön prosessi on ollut pitkä ja monivaiheinen ja sitä on johdattanut koko ajan Allardtin hyvinvointiteoria: *having, loving, being*, jonka mukaan olen jäsentänyt myös temahaastattelurunkoa.

Aineisto on mielestäni totuudenmukaista, sillä se perustuu suoraan haastateltavien omiin kokemuksiin omasta hyvinvoinnistaan. Aineisto on yhdenmukaista, ja siinä oli havaittavissa vain pieniä vivahde-eroja. Tämä on mielestäni merkki aineiston luotettavuudesta.

Haastateltavat kaikki olivat pitkäaikaistyöttömiä nuoria, jotka olivat kaikki Parik-säätiön toiminnassa mukana. Tutkimuksessa korostuu työpajatoiminnan merkitys jokaisen haastateltavan kohdalla. Tästä voidaan päätellä, että näin on juuri siitä syystä, että haastateltavat ovat aktiivisesti mukana työpajatoiminnan eri toiminnoissa ja saaneet näin osaltaan katkaistua tekemättömyyden kierteen. Tämä myös nousee tutkimuksen ainoaksi ongelmaksi luotettavuuden kannalta. Haastatelluista kukaan ei ole tällä hetkellä vailla mitään tekemistä, jolloin laajemmassa tutkimuksessa saattaisi nousta esille yhteiskuntaan sitouttavia uudenlaisia hyvinvoinnin osatekijöitä työpajatoiminnan lisäksi. Myös työpajatoiminnan aktiivinen läsnäolo näkyy jokaisessa vastauksessa, joten voidaan miettiä, millaiset vastaukset olisivat olleet ilman työpajatoiminnan näkyvyyttä. Olisiko vastauksissa ilmennyt jotakin uutta, mikä olisi voinut täysin muuttaa tutkimuksen suunnan?

Tutkimusotos on tutkimuksen kannalta sopiva, kahdeksan henkilöä, sillä tutkimustulokset ovat hyvin suuntaa-antavia ja jo aiempaa tutkimustietoa vahvistavia. Tutkimus on osana Parik-säätiön Nuotta-hanketta, jolloin tutkimuksen vahvuutena on sen paikallisuus. Tutkimuksen tilaaja pystyy näkemään juuri heidän asiakaskuntaansa koskevia tuloksia ja hyödyntämään niitä tulevassa työssä nuorten kanssa.

Aineiston analysointivaiheessa käytin apuna temahaastattelurunkoa, mikä toimi pohjana lopulliselle analyysirungolle. Tämä auttoi rajaamaan haastattelujen runsaan aineistomäärän. Tällöin pystyin jäsentämään aineiston niin, että tulokset pysyivät mahdollisimman totuudenmukaisina. Tuloksien yhteydessä olen käyttänyt sitaatteja, jotta lukijalla tulee mahdollisuus nähdä minkä aineiston pohjalta olen tuloksiin päätenyt.

7.3 Tulevaisuuden näkökulmia

Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että työttömän kohdalla korostuu sosiaalisten suhteiden merkitys, hyvä itsetunto sekä kyky ylläpitää työkykyä, jotta syrjäytymistä

ei tapahdu (mm. Ojanen 2014, 209 & Gjerstad 2014, 88; 100). Arjen hyvinvointia, osallisuutta, toimintakykyä sekä nuorten omia toimintamahdollisuuksia on näin ollen pyrittävä lisäämään. Sosiaalisten verkostojen toimivuus ja tukevat kehitysympäristöt edesauttavat lapsen ja nuoren hyvää kasvua sekä vähentävät haavoittuvuuden riskiä. Riskitekijöiden määrää voidaan kuitenkin pienentää sosiaalisen vahvistamisen palveluilla silloin kun nopea työllistyminen ei ole mahdollista. (Pensola ym. 2006, 224.) Tämän vuoksi esimerkiksi Parik- säätön ylläpitämälle työpajatoiminnalle on kysyntää ja tarvetta. Säätön toiminnallisen sosiaalisen kuntoutuksen menetelmien kehittäminen, jota säätö Nuotta –hankkeessa haetaan, edesautetaan juuri em. riskitekijöiden vähenemistä. Se tarjoaa toiminnallista kuntoutusta, jotka antavat konkreettista tarttumapintaa ja positiivisia elämänhallintaa ja aloitekykyä kehittäviä kokemuksia. Pitkäaikaistyöttömiä nuoria tuetaan heille itselleen parhaiten sopivilla tavoilla. (Willberg 2015.)

8 LOPPUPOHDINTA

Nuoret nostavat työpajatoiminnan; kuntouttava työtoiminta sekä työvalmennus, erityisen tärkeäksi osa-alueeksi oman elämänsä vahvistumisessa. Työpajahenkilökunnan läsnäolo, ymmärtävä ote nuoren kykyihin sekä mielekkääseen ja monipuoliseen työhön ohjaaminen tuotiin esille oman kasvun tukijana ja negatiivisen kierteen katkaisijana. Työpajatoiminnassa tuleekin tulevaisuudessa kehittää erityisesti toimintakeskustyyppisiä palveluja ja matalimman kynnyksen palvelujärjestelmiä; yksilövalmennusta ja starttivalmennusta sekä saamaan nuoret mukaan palveluiden piiriin, vaikka nuori itse olisi aluksi toiminnan suhteen epäluuloinen. Tutkimuksessa ilmenee, että vaikka nuori ei itse olisi ollut toimintaan lähtiessä motivoitunut, on tilanne toiminnan jatkuessa muuttunut selkeästi positiiviseen suuntaan.

Sosiaalisen vahvistamisen palveluilta, jota työpajatoiminta edustaa, ei tule odottaa nopeita tuloksia, vaan nuoren itsensä etsimiselle ja kasvulle on annettava aikaa. Tässä tulee huomioida palveluiden pitkäkestoisuus, jotta tämä nuorten arvostama luottamus sekä tarpeisiin vastaava monialainen tuki rakentavat nuorelle aidosti hyödyttäviä, kestäviä ja elämänmittaisia jatkopolkuja. Varsinkin työttömän nuoren kohdalla itsensä etsiminen korostuu, sillä esimerkiksi tutkimukseen osallistuneet nuoret puhuivat oman valinnanmahdollisuuden tärkeydestä. Nuoret voivat olla ulkopuolisten

silmissä ns. hukassa, mutta nuoret itse haluavat tehdä päätökset ja valinnat oman työllistymisensä suhteen. He haluavat että heidän päätöksiään tuetaan ja ollaan läsnä tarvittaessa. Useimmat työttömistä nuorista on motivoituneita löytämään työtä, johon halutaan sitoutua. Työstä tulee kuitenkin saada enemmän onnistumisen kuin epäonnistumisen kokemuksia, jotta se koetaan mielekkääksi.

Työpajojen yksilövalmennus pystyy tutkimukseni tulosten myötä hyödyntämään enemmän tätä pitkäkestoista, henkilökohtaisesti suunnattua; nuoren vahvuuksiin ja taustoihin peilaavaa, valmennusta, jolla on selkeästi kauaskantoisemmat tulokset kuin yleisesti suunnatulla toiminnalla. Tulevaisuudessa yksilövalmennuksen palvelujärjestelmä pystyisi kehittämään sosiaalisen vahvistamisen työtettä: Ajan antamista, dialogisen ja kohtaavan tuen tarjoamista, jossa huomioidaan nuori entistä enemmän yksilönä, muistoinen ja kokemusmaailmoineen. Valmennustarpeiden muuttuessa tulee myös palveluiden sisällön muuttua. Onnistunut tuote kehittyy palveluiden myötä. Työttömyys aiheuttaa nuoressa arvottomuuden kokemuksia, jotka liitettynä aiempiin mahdollisiin epäonnistumisen kokemuksiin, saattavat olla radikaalisti työmarkkinoille siirtymistä ja nuoren elämänhallintaa hankaloittava tekijä. Hyvinvointia tulee näin ollen tukea ja sen osa-alueisiin tulee keskittyä varsinkin pitkäaikaistyöttömien nuorten kohdalla. Huolestuttavaa on jos sosiaalista vahvistumista tuottavilta palveluilta leikataan, sillä leikkauksilla on suora vaikutus tutkimukseni kohdejoukkoon, pitkäaikaistyöttömiin nuoriin.

LÄHTEET

- Aaltonen, Sanna; Kivijärvi, Antti & Peltola, Marja 2011. Ystävydet. Teoksessa Määttä, Mirja & Tolonen, Tarja (toim.) 2011. Annettu, otettu, itse tehty. Nuorten vapaa-aika tänään. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 112. Helsinki: Hakapaino. 29–56
- Aaltonen, Sanna 2015. Sukupolvien väliset suhteet ja nuorten siirtymät aikuisuuteen. Luento. Mikkelin Ammattikorkeakoulu 20.11.2015. Moodle
- Adhd-tietoa 2016. www-dokumentti. <http://www.adhd-tietoa.fi/mikae-adhd-on/>. Päivitetty 30.5.2016. Luettu 27.7.2016.
- Alanen, Olli; Kainulainen, Sakari; Saari, Juho 2014. Vamos tekee vaikutuksen. Vamosnuorten hyvinvointikokemukset ja tulevaisuuden odotukset. Helsinki: Helsingin diakonissalaitos
- Allardt, Erik 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY
- Allardt, Erik. 1999. Hyvinvointitutkimus ja elämänpolitiikka. Teoksessa Nurminen, Eija (toim.) Sosiaalipolitiikan uudet avaukset. Opintomoniste. Helsinki: Helsingin yliopiston avoin yliopisto, 16-29.
- Berg, Päivi 2016. www-dokumentti. Nuorten syyllistäminen työttömyydestä on väärin. <http://www.hs.fi/kaupunki/a1453095461894>. Päivitetty 19.1.2016. Luettu 27.1.2016
- Cobb, Sidney 1976. Social support as moderator of life stress. *Psychosomatic medicine* 38, 300–315
- Elovainio, Marko; Kortteinen, Matti 2012. Millä tavoin huono-osaisuus periytyy? Teoksessa Myllyniemi, Sami (toim.) Monipolvinen hyvinvointi. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 153–167.
- Ervasti, Heikki 2003. Työttömyys elämäntilanteena. Teoksessa Kangas Olavi (toim.) Laman varjo ja nousun huuma. KELA. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 72. Edita Prima Oy, 119–151.
- Eskola, Jari; Suoranta, Juha. 1996. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino
- Gjerstad, Eevastiina 2014. Teoksessa Purjo, Timo, Hannila Pyry (toim) Tarkoituksellisuus nuorten itsemurhien ehkäisyssä. Helsinki: Bod, 34–135.
- Grönfors, Martti; Vilka, Hanna (toim.). 2011. Laadullisen tutkimuksen kenttätömenetelmät. Hämeenlinna: SoFia
- Haapasalo-Pesu, Kirsi-Maria. 2016. www-dokumentti. <http://adhd-tutuksi.fi/add-tarkkaavuushairio-nuorella/>. Päivitetty 19.1.2016. Luettu 2.3.2016
- Hakamäki, Jukka. 2005. Työttömän kuolema. Helsinki: Yliopistopaino

- Halava, Ilkka; Panzar, Mika 2010. Kuluttajakansalaiset tulevat! Miksi työn johtaminen muuttuu? Helsinki: Yliopistopaino
- Hanifi, Riitta 2009. Musiikin aktiiviset harrastajat. Teoksessa Liikane, Mirja (toim.) Suomalainen vapaa-aika. Arjen ilot ja valinnat. Helsinki: Hakapaino, 225–249.
- Haybron, Daniel M. 2008. The pursuit of unhappiness – the elusive psychology of well-being. New York: Oxford University Press
- Helavirta, Susanna 2011. Lapset hyvinvointitiedon tuottajina. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy, Juvenes Print.
- Helve, Helena 2002. Arvot, muutos ja nuoret. Helsinki: Yliopistopaino
- Helve, Helena 2009. Nuorten vapaa-aika, luottamus, ja sosiaalinen pääoma. Teoksessa Liikane, Mirja (toim.) Suomalainen vapaa-aika. Arjen ilot ja valinnat. Helsinki: Hakapaino, 250–269.
- Heponiemi, Tarja; Wahlström, Mikael; Elovainio, Marko; Sinervo, Timo; Aalto, Anna-Mari; Keskimäki, Ilmo 2008. Katsaus työttömyyden ja terveyden välisiin yhteyksiin. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisu 14/2008.
- Hirsjärvi, Sirkka; Hurme, Helena. 1995. Teemahaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko; Sajavaara, Paula 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hoffrén, Jukka; Lemmetyinen, Inka; Pitkä, Leena 2010. Esiselvitys hyvinvointi-indikaattoreista. Mittareiden vertailu ja kehittämiskohteet. Helsinki: Sitra.
- Huhta, Helena 2015. ”Pitää pään kasassa työttömyysaikana” Liikunta työttömien arjessa. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Huurre, Taina; Aro, Hillevi 2007. Nuoruusiän erot vaikuttavat aikuisikään saakka. www-dokumentti. <http://demo.seco.tkk.fi/tervesuomi/item/ktl:12068>. Päivitetty 4.1.2007. Luettu 21.6.2016
- Hyvärinen, Matti; Löytyniemi, Varpu 2005. Kerronnallinen haastattelu. Teoksessa Ruusuvoori, Johanna – Tiittula, Liisa (toim.): Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 189–222.
- Hämäläinen, Kari; Taimio, Heikki & Uusitalo, Roope 2005. Teoksessa: Hämäläinen, Kari; Taimio, Heikki & Uusitalo, Roope (toim.) Työttömyys- taloustieteellisiä puheenvuoroja. Palkansaajien tutkimuslaitos. Helsinki: Edita Prima Oy
- Hämäläinen, Ulla; Tuomala, Juha 2013. Faktaa nuorisotyöttömyydestä. Vatt Policy brief 2. Valtion taloudellinen tutkimuskeskus
- Härmä, Markku; Sallinen, Mikael 2004. Hyvä uni - hyvä työ. Helsinki: Työterveyslaitoksen julkaisu.

- Jallinoja, Riitta 2009, Perhe yhdessä vapaa-aikana. Teoksessa Liikkanen, Mirja (toim.) 2009. Suomalainen vapaa-aika. Arjen ilot ja valinnat. Helsinki: Hakapaino, 49–80.
- Junttila, Niina 2015. Kavereita nolla. Lasten ja nuorten yksinäisyys. Helsinki: Tammi
- Kainulainen, Sakari; Saari, Juho 2013. Koettu huono-osaisuus Suomessa. Teoksessa Niemelä, Mikko; Saari, Juho (toim.) Huono-osaisten hyvinvointi Suomessa 2013. Tampere: Juvenes Print, 22–43.
- Kallunki, Valdemar; Lehtonen, Olli. 2008. Nuorten aikuisten elämäntyytyväisyyden osatekijät hyvinvoinnin eri tasoilla. Yhteiskuntapolitiikka 77, 359–360.
- Kallunki, Valdemar 2015. Nuorten aikuisten elämäntyytyväisyys ja luottamus tulevaisuuden taloudelliseen pärjäämiseen. Teoksessa Myllyniemi, Sami (toim.). Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015. Nuorisoasiain neuvottelukunnan julkaisuja, 151–161.
- Katajamäki, Hannu. 1985. Työttömyys –katsaus teorioihin, tutkimustuloksiin ja ratkaisuvaihtoehtoihin. Työvoimapoliittisia selvityksiä nro 64. Työvoimaministeriö
- Kauppinen, Timo M.; Saikku, Peppi; Kokko, Riitta-Liisa 2010. Työttömyys ja huono-osaisuuden kasautuminen. Teoksessa Vaarama, Marja; Moisio, Pasi; Karvonen, Sakari (toim.) Suomalaisten Hyvinvointi 2010. Helsinki: Yliopistopaino Oy, 234–250.
- Karlsson, Linnea 2013. Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö (ADHD). Teoksessa Marttunen, Mauri; Huurre, Taina; Strandholm, Thea; Viialainen, Riitta (toim.). Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 79–95.
- Karvonen, Sakari; Kestilä, Laura 2014. Nuorten aikuisten syrjäytymisvaaraan liittyvä huono-osaisuus. Teoksessa Vaarama, Marja; Karvonen, Sakari; Kestilä, Laura; Moisio, Pasi; Muuri Anu (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy, 160–179.
- Ketola, Maarit 2013. Mahdollisuus työhön –Nuorten pitkäaikaistyöttömien kokemuksia elämäntilanteestaan. Pro gradu –tutkielma. www-dokumentti. <https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61479/Ketola.Maarit.pdf?sequence=2> Ei päivitystietoa. Luettu 14.6.2016
- Komonen, Katja 2008. Nuorten työpajat kasvatuksellisina instituutioina. Janus vol. 16(2)
- Kortteinen, Matti; Tuomikoski, Hannu. 1998. Työtön. Tutkimus pitkäaikaistyöttömien selviytymisestä. Hämeenlinna: Karisto Oy
- Kuure, Tapio 2015. Sosiaalisen vahvistamisen määrittely ja asema nuorten hyvinvoinnin palvelujärjestelmässä. Teoksessa Valtakunnallinen työpajayhdistys (toim.) Sosiaalinen vahvistaminen käsitteinä ja palveluina. Sosiaalisen vahvistamisen kehittämistoiminnan tuloksia. Valtakunnallinen työpajayhdistys, 5-67.

- Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001. www-dokumentti.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010189>. Ei päivitystietoa. Luettu 1.7.2016
- Lammi, Henna 2015. Nuorisotyöttömyys on kasvussa lähes kaikissa maakunnissa. www-dokumentti.
<http://www.suomenmaa.fi/?app=NeoDirect&com=6/3/7992/ba0688c974>. Päivitetty 24.11.2015. Luettu 12.12.2015
- Laukka-Sinisalo, Hilikka 1994. Tarina kahdesta sammakosta eli kuinka löydät itsestäsi selviytyjän? Helsinki: Otava.
- Lehikoinen, Petri 1973. Parantava musiikki. Johdatus musiikkiterapian peruskysymyksiin. Helsinki: Fazer
- Leinonen, Niina 2010. ”Aika olis, rahaa ei” Pro gradu tutkielma työttömyyden kokemuksista. Itä-Suomen yliopisto
- Leppämäki, Sami 2011. Tarkkaavuushäiriö ilman ylivilkkautta (ADD). adhd, ADHD-liiton jäsenlehti 3/2011, 31
- Lindqvist, Tuija 2001. Kuntouttava työtoiminta. Teoksessa Lindqvist, Tuija; Oksala Ilkka; Pihlman, Marja-Riitta (toim.) Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja, oppaita. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö, 46–48.
- Lähteenmaa, Jaana 2010. Nuoret työttömät ja taistelu toimijuudesta. Työpoliittinen aikakauskirja 4/2010, 51–63.
- Malmberg-Heimonen, Ira 2003. Urbaanin nuoren työttömyys. Teoksessa: Tulkintoja nuorisotyöttömyydestä. Helsingin kaupungin tietokeskus, s. 51–61.
- Marjovuori, Ari 2016. Psykoterapiayhdistys. www-dokumentti.
<http://www.psykoterapia.com/paniikkih%C3%A4iri%C3%B6.html>. Ei päivitystietoa. Luettu 2.4.2016
- Marttunen, Mauri; Karlsson Linnea 2013a. Nuoruus ja mielenterveys. Teoksessa Marttunen, Mauri; Huurre, Taina; Strandholm, Thea; Viialainen, Riitta (toim.). Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 7-15.
- Marttunen, Mauri; Karlsson Linnea 2013b. Masennusoireilu ja masennustilat. Teoksessa Marttunen, Mauri; Huurre, Taina; Strandholm, Thea; Viialainen, Riitta (toim.). Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten kanssa työskenteleville aikuisille. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 41–59.
- Masennus 2016. www-dokumentti.
<http://masennusinfo.fi/ahdistuneisuushairiot/paniikkihaeirioe-yleinen-ja-hoidettavissa>. Päivitetty 14.9.2016. Luettu 14.9.2016
- Myllyniemi, Sami & Berg, Päivi 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Nuorisoasianneuvottelukunta: Kopijyvä

- Myllyniemi, Sami (toim.) 2015. Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015. Nuorisoasiain neuvottelukunta
- Myrskylä, Pekka 2011a. www-dokumentti. http://tilastokeskus.fi/artikkelit/2011/art_2011-12-21_007.html. Päivitetty 21.12.2011. Luettu 13.8.2016
- Myrskylä, Pekka 2011. Nuoret työmarkkinoiden ja opiskelun ulkopuolella. Helsinki: Edita.
- Niemelä, Pauli 2009. Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa Mäntysaari, Mikko; Pohjola, Anneli & Pösö, Tarja (toim.) 2009: Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus, 209–236.
- Niemelä, Pauli 2010. Hyvinvointipolitiikan teoria. Teoksessa Niemelä, Pauli (toim.) 2010: Hyvinvointipolitiikka. Helsinki: WSOYpro, 16–37.
- Niiranen-Linkama, Päivi; Kuru, Tiina 2014. Kokemuksellinen hyvinvointi. Mitä 65-74 -vuotiaat kertovat hyvinvoinnistaan. Mikkeli: Tammerprint Oy
- Opetusministeriö 2004. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2004:37. Nuorten työpajatoiminnan vakainaistaminen. Nuorten työpajaryhmän esitys. Helsinki: Yliopistopaino
- Paniikkihäiriöyhdistys. www-dokumentti. <http://www.paniikki.net/paniikki.html>. Ei päivitystietoa. Luettu 2.3.2016
- Parik –säätio 2016a. www-dokumentti. http://parik.fi/?page_id=790. Ei päivitystietoa. Luettu 1.7.2016
- Parik –säätio. 2016b. www-dokumentti. http://parik.fi/?page_id=787. Ei päivitystietoa. Luettu 1.17.2016
- Pensola, Tiina; Järvikoski, Aila; Järvisalo, Jorma 2006. Työttömyyden ja muiden syrjäytymisriskien yhteys työkykyyn. Teoksessa: Gould, Raija; Ilmarinen, Juhani; Järvisalo, Jorma; Koskinen, Seppo (toim.) Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000 - tutkimuksen tuloksia. Helsinki: Hakapaino, 223–237.
- Penttinen, Pekka 2007. Nuorten oppiminen myöhäismodernissa. Teoksessa Nivala, Elina & Saastamoinen, Mikko 2007. Nuorisokasvatuksen teoria – perusteita ja puheenvuoroja. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 73. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Pietikäinen, Reetta. 2005. Vaihtoehtoisia polkuja etsimässä - työpajanuorten orientaatiot. Teoksessa: Aapola, Sinikka; Ketokivi, Kaisa (toim.) Polkuja ja poikkeamia - Aikuisuutta etsimässä. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy, 219-253.
- Pietikäinen, Reetta 2013. Nuorten sosiaalisen vahvistamisen kehittämistä. www-dokumentti. <http://www.koordinaatti.fi/fi/puheenvuoro/701/nuorten-sosiaalisen-vahvistamisen-kehitt%C3%A4mist%C3%A4.html>. Päivitetty 04.11.2013. Luettu 14.4.2016

Pyykkönen, Topias 2012. Yksi käsite, monta merkitystä. Käsitetutkimus 2000-luvun hyvinvointitutkimuksesta. Pro Gradu –tutkielma. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta.

Raijas, Anu 2008. Arjen hyvinvointi ja mahdollisuudet sen mittaamiseen. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus

Saari, Juho 2015. Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla. Helsinki: Gaudeamus.

Saikkula, Peppi; Kestilä, Laura; Karvonen, Sakari 2014. Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Vaarama, Marja; Karvonen, Sakari; Kestilä, Laura; Moisio, Pasi; Muuri, Anu (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy, 118–143.

Salomon, Merja 2014. Aika hukassa. Lastensuojelun työntekijöiden näkemyksiä asiakasnuorten arkirytmien ongelmista. Sosiaalitieteiden laitos. Helsingin yliopisto

Siikala, Helinä 1998. Voiman ja ilon käsikirja. Helsinki: Otava.

Siikala, Helinä 2005. Yksinäisyydestä ja kohtaamisen yksinkertaisuudesta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Sund, Reijo 2004. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin ulottuvuuksia –metodologinen näkökulma. Teoksessa Paju, Petri (toim.) Samaa aikaan toisaalla... Nuoret, alueellisuus ja hyvinvointi. Nuorten elinolot vuosikirja. Vammala: Vammalan kirjapaino, 57–70.

Sutinen, Riikka 2010. ”Loistava perhe, mahtavat kaverit ja koulussa menee hyvin!” Lappilaisten nuorten hyvinvoinnin ankkurit. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 53. Rovaniemi: Sevenprint Ltd.

Suutari, Minna 2002. Nuorten sosiaaliset verkostot palkkatyön marginaalissa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 26. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Talousarvioesitys 2015. www-dokumentti.

<http://budjetti.vm.fi/indox/download.jsp?jsessionid=BBEA4D48D3A4DA62553DD D81AD3E9DB4?lang=fi&file=/2016/tae/valtiovarainministerionKanta/YksityiskohtaisetPerustelut/29/91/91.pdf>. Ei päivitystietoa. Luettu 09.12.2015

Tapaninen, Aila 2000. Työttömyys ja ohjaus. Teoksessa: Onnismaa, Jussi; Pasanen, Heikki; Spangar, Timo (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 2. Porvoo: WS Bookwell Oy. 24–33.

Tardy, Charles 1985. Social support measurement. American Journal of Community Psychology 13, 187–202.

THL 2014. www-dokumentti.

<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointipolitiikka/elinolot-ja-hyvinvointi/elamanlaatu>. Päivitetty 3.12.2014. Luettu 22.1.2016

Terveyden ja hyvinvointilaitos 2016. www-dokumentti.

<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/tyollisyys>. Päivitetty 3.10.2016. Luettu 17.10.2016

Tilastokeskus 2016a. www-dokumentti.

<http://www.tilastokeskus.fi/meta/kas/tyoton.html>. Ei päivitystietoa. Luettu 27.1.2016

Tilastokeskus 2016b. www-dokumentti. <http://www.stat.fi/til/tyti/>. Ei päivitystietoa. Luettu 19.9.2016

Tilastokeskus 2016c. www-dokumentti.

http://tilastokeskus.fi/til/tyti/2016/07/tyti_2016_07_2016-08-23_tie_001_fi.html. Päivitetty 23.8.2016. Luettu 19.9.2016

Torvi, Kai; Kiljunen, Pentti 2005. Onnellisuuden vaikea yhtälö. EVAn kansallinen arvo- ja asennetutkimus 2005. Helsinki: EVA

Tuohinen, Titta 1996. Isät, pojat ja pärjäämisen henki. Teoksessa Hoikkala, Tommi (toim.). Miehenkuvia. Välähdyksiä nuorista miehistä Suomessa. Helsinki: Gaudeamus, 66–101.

Tuomi, Jouni; Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy

Uosukainen, Leena 2016. Työelämän kehittäminen laadullisen tutkimuksen menetelmin. Luento. Mikkelin Ammattikorkeakoulu kevät 2016.

Urrila, Anna Sofia, Pesonen, Anu-Katariina 2012. Nuorten unen erityispiirteet ja ongelmat. Suomen lääkärilehti 40/2012 vsk 67. 2827-2833.

Uusitalo, Tuula 2007. Nuoruusajan yksinäisyys. Teoksessa Määttä, Kaarina (toim.) Helposti särkyvää. Nuoren kasvun turvaaminen. Helsinki: Gummerus kirjapaino, 23–37.

Vaarama, Marja; Mukkila, Susanna; Hannikainen-Ingman, Katri 2014. Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Vaarama, Marja; Karvonen, Sakari; Kestilä, Laura; Moisio, Pasi; Muuri Anu (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy, 20–39.

Vaarama, Marja; Moisio, Pasi; Karvonen, Sakari 2010. Johdanto. Teoksessa Vaarama, Marja; Moisio, Pasi; Karvonen, Sakari (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2010. Helsinki: Yliopistopaino, 10–17.

Vasankari, Tommi 2010. Teoksessa Koivisto, Nelli; Lehikoinen, Kai; Pasanen-Willberg, Riitta; Ruusuvirta, Minna; Saukkonen, Pasi; Tolvanen, Pirita, Veikkolainen, Arsi (toim.) Kolmannella lähteellä. Hyvinvointipalveluja kulttuurin, liikunnan ja nuorisotyön aloilta. Kokos palvelut: Teatterikorkeakoulu

Veenhoven, Ruut 1991. Is happiness relative? Social Indicators Research 24. 1-34.

Vilkka, Hanna 2007. Tutki ja kehitä. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ylipaavalniemi, Pasi 2005. Erityistyölistämisen yksiköt heikossa työmarkkina-
asemassa oleville henkilöille. Työllistämispalveluiden tilastollinen katsaus. Helsinki:
Yliopistopaino

Willberg, Mirja 2015. Tapaaminen 26.11.2015. Toiminnanjohtaja. Parik –säätö

ALKUPERÄISET ILMAUKSET	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
"No on tullu semmonen normaali arkirythmi ja sillee niinku et herää aamul töihin ja sit kotiin."	Arjen sujuvuus	Työpajatoiminnan tuki arkeen sitouttajana	<p>Nuoren erilaisia kokemuksia ja sosiaalisia suhteita huomioiva, kasvua tukeva työpajatoiminta</p>
" Yleensä mä vaan heräsin aika myöhään, joskus päivällä. Sit mä tyyliin laittauduin ja olin vaan, hengailin kotona. Olin aikailla paljon koneella ja valvoin myöhään ja kattelinkin telkkarii. Joskus teki jotain ruokaa, jos jaksoi. Ei ollu mitään kunnan rytmiä. No saatto mennä aika reippaasti yli puolenyön"	rytmittömyys		
"Mulla on tunne, että täällä mä saan tuntea itseni hyödylliseksi, saan näyttää kykyni ja mua kehuaan."	<p>*itsenäisyys</p> <p>*läsnäolo</p> <p>*oman kasvun tukeminen</p>	Työpajatoiminnan tuki nuoren kasvussa	
"Työttömänä menee kumminkin hukkaan arjesta aikaa, sama se jos sen ajan tekee jotain hyödyllistä."	<p>*Arkeen sitouttaminen työpajajakson avulla</p> <p>*Motivaatio tekemiseen</p>		
"Mä vietin sisällä kaks tai kolme vuotta. En enää muista tarkkaan kuinka pitkä ajanjakso se oli, mut pitkä se oli. "	Lähtötilanne muutokseen	Ympäristön muutos	
"Täältä mä saan selkiyttä mun muutoin kaoottiseen elämään."	*ammattihenkilöstön tuki	Sosiaalinen hyvinvointi	

Teemahaastattelurungon alustava pohja. (Mukautuu tutkimuksen kuluessa)

Pääkysymyksinä on

Mitä on nuoren työttömän hyvinvointi?

TAUSTA:

Millainen on koulutustaustasi? Korkein suoritettu tutkinto, peruskoulu/ ammattikoulu-
tus. Ei tutkintoa, koulusta ei ole valmistuttu

Onko sinulla koskaan todettu minkäänlaisia oppimisen vaikeuksia?

Jos on: Millaisia vaikeuksia?

Millainen on työhistoriasi tai kokemukset palkkatyöstä?

Kuinka asut tällä hetkellä? tyttö/poikaystävä, biologinen perhe, yksin, milloin missäkin

Onko lapsia?

Jos on: Asutko heidän/hänen kanssaan samassa taloudessa?

Alkoholin tai muiden päihteiden käyttö? päivittäin/useita kertoja viikossa/kerran viikos-
sa/kerran kuukaudessa/harvemmin/ei lainkaan

Koetko itsesi terveeksi? Onko sinulla perussairauksia? Tarvitsetko usein lääkä-
rin/sairaanhoitajan palveluita? Pääsetkö heidän vastaanotolleen helposti silloin kun koet
apua kaipaavasi?

Millainen on tavallinen arkipäivä työpajajakson aikana? Kuinka vietät sitä?

Millainen oli tavallinen arkipäivä ennen työpajajaksoa? Kuinka vietit sitä? Mitä asioita teit
päivisin?

Onko päivässä tarkka rytmi tai säännönmukaisuus?

Eroaako arki ja viikonloppu toisistaan?

Jos eroavat: Kuinka? Onko päivärytmissä eroa? Onko tehtävillä asioilla eroa?

Jos ei eroa: Miksi päivät ovat samanlaisia? Mikä niitä yhdistää? Haluaisitko niihin eroja?
Millaisia erot olisivat?

Subjektiiivinen KOKEMUKSELLINEN hyvinvointi:

Oletko tyytyväinen elämääsi?

Jos olet tyytyväinen: Mikä tekee sinut onnelliseksi/iloiseksi/tyytyväiseksi? Pystytkö itse vaikuttamaan omaan elämääsi ja sen antamaan hyvinolontunteeseen? Miten/Miksi et?

Miten tyytyväisyys näkyy arjessa? Mikä on elämässäsi parasta?

Jos et ole tyytyväinen: Miksi et ole tyytyväinen? Mitä pitäisi tapahtua, että olisit tyytyväinen? Pystytkö itse vaikuttamaan omaan elämääsi ja sen antamaan hyvinolontunteeseen? Miten/Miksi et?

Mikä tekee sinut onnelliseksi juuri tässä elämäntilanteessa?

Millaisena näet tulevaisuutesi?

Haluaisitko työllistyä tulevaisuudessa? (Jos oli todettuja oppimisvaikeuksia kts. taustatiedot, sen vaikutukset työllistymishalukkuuteen?)

Onko käynnissä oleva pajajakso työttömyyttä ehkäisevä toimi? Voitko/haluatko jakson aikana hakea työ/opiskelupaikkaa jostakin muualta?

Millaisia hyvinvoinnin resursseja pitkäaikaistyöttömillä nuorilla on?

Sisältää niin objektiivisia kuin subjektiivisia kysymyksiä:

Mitkä asiat koet auttavan hyvinvoinnin ylläpitämisessä?

Jos vastauksissa ilmenee PERHE:

Millaisena koet suhteesi biologiseen perheeseesi?

Kuinka paljon vietät aikaa heidän kanssaan?

Mitä teette yhdessä?

(Subjektiiivinen kokemus) Millaista tukea perhe antaa työttömyysaikana?

Biologisen perheen työllisyystilanne? työtön/sairaseläkkeellä/työssä/opiskelemassa

Jos vastauksissa ilmenee YSTÄVÄT:

Teemahaastattelurunko

Onko nuorempana koettua koulukiusaamista tai tunnetta ulkopuolisuudesta?

Jos on: Miten se vaikuttaa nykyhetkeen ja nykyisiin suhteiden luomisiin? Mitä ajattelee ko. kokemuksista? Onko sillä vaikutusta ajatuksiisi työ/opiskelupaikan hakemiseen?

Onko laaja ystäväpiiri tai tarpeeksi läheisiä kavereita?

Jos on: Kuinka paljon vietät aikaa heidän kanssaan? Mitä asioita teette yhdessä? Koetko itsesi yksinäiseksi? Jos, niin miten se näkyy arjessa?

Jos ei: Koetko itsesi yksinäiseksi? Jos, niin miten se näkyy arjessa? Kaipaanko seuraa? Onko yksinäisyys oma valinta?

Jos vastauksissa ilmenee RAHA/VARALLISUUS:

Onko sinulla velkaa/pikavippejä? Niiden määrä?

Oletko taitava rahankäytössäsi?

Miten koet oman varallisuutesi?

Mihin käytät rahasi? Mihin sinulla kuluu kuussa eniten rahaa?

Onko sinulla riittävästi rahaa ja mahdollisuuksia tehdä juuri niitä asioita mitä haluaisit?

Jos on: Mitä ne asiat ovat? Tekisitkö samoja asioita vaikka olisit työssä käyvä?

Jos ei: Mitä haluaisit tehdä? Miten pääsisit ko. asiaa tekemään? Mitä siihen tarvitaan?

Jos vastauksissa ilmenee HARRASTUKSET:

Mitä sana "harrastus" sinulle tarkoittaa?

Oletko tutustunut alueesi/kaupunkisi harrastusmahdollisuuksiin?

Millaisia harrastuksia sinulla on? Ovatko harrastukset pysyneet samana elämän eri tilanteissa?

Jos on: Kuinka paljon rahaa joudut käyttämään harrastuksesi ylläpitämiseen kuussa? Onko harrastus rahan arvoista?

Kuinka paljon puhelimella (puhelut, netin käyttö, pelaaminen)?

Kuinka paljon vietät aikaa television ääressä päivittäin?

Jos ei: Estääkö raha sinua harrastamasta? Mitä haluaisit harrastaa?

Kuinka paljon puhelimella (puhelut, netin käyttö, pelaaminen)?

Teemahaastattelurunko

Kuinka paljon vietät aikaa television ääressä päivittäin?

Viettäisitkö aikaa ko. laitteilla mainitsemaasi aikaa, jos sinulla olisi mielekäs harrastus?

Toisen tapaamiskerran jatkokysymyksien kysymysrunko riippuen edellisellä kerralla ilmenneistä sisällöistä

Tarvitsetko rahaa ollaksesi onnellinen?

Mikä uhkaa eniten tämän hetken onnellisuutta/hyvinvointia?

Mihin olet kaikista tyytyväisin elämässäsi?

Missä olet hyvä?

Mihin olet kaikista tyytymättömin elämässäsi?

Saatko toteuttaa itseäsi? Osaatko toteuttaa? Kuinka toteutat itseäsi?

Mitä pidät elämässäsi tärkeinä asioina? Mitä ilman et haluaisi elää?

Koetko, että sinulla on samanlaiset mahdollisuudet tehdä asioita kuin muilla samanikäisillä? (matkustelu, harrastukset, materian hankinta, asumisjärjestelyt, rahan käyttö)

Onko sinulla itselläsi vapaus tehdä elämääsi koskevia päätöksiä, vai johdatellaanko sinua ja valintojasi muualta? Jos johdatellaan, niin mistä? Miten se ilmenee?

Mikä merkitys perheellä/ystävillä on hyvinvoinnissa?

Mitä kaipaavat elämääsi?

Oletko tyytyväinen elämääsi? Mitkä asiat elämässäsi on hyvin?

Mikä on suurin este asioiden eteenpäinviemiselle?

Uskotko, että taloudellisella tilanteella on vaikutusta hyvinvointiin ja kuinka se näkyy?

Miten koet elämänlaatusi?

Teemahaastattelurunko

Mitä pajajakso on sinulle antanut?

Millaisena koet pajahenkilökunnan työotteen?

Millaisena koet arkesi?