

Ihmisiä ja kaupunkiluontoa
*Tutkimus pääkaupunkiseudun
asukkaiden hyvinvoinnista*

Saija Turunen
Hanna-Kaisa Hoppania
Minna Luhtamäki
Tellervo Nenonen
Vaula Tuomaala

Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus SOCCAn ja
Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 24, 2010

Tilaukset ja pdf-tiedosto
www.socca.fi

Kansi: Antti Tapola
Ulkoasu: Yliopistopaino ja Pirjo Lindfors (kuviot)
Paino: Yliopistopaino

ISSN 1795-701X (nid.)

ISSN 1798-5285 (pdf)

ISBN 978-952-5616-24-8 (nid)

ISBN 978-952-5616-25-5 (pdf)



SISÄLTÖ

	Esipuhe	5
	Tiivistelmä	7
	Sammanfattning	10
	Summary	13
1	Johdanto	17
	HYVINVOINTITieto KOOSTUU MYÖS ARJEN KOKEMUKSISTA	17
	TUTKIMUKSEN TAVOITTEET	18
	TUTKIMUSRAPORTIN SISÄLTÖ	19
2	Pääkaupunkiseutu tutkimusalueena	20
	PERUSTIETOA VÄESTÖRAKENTEESTA JA PÄÄKAUPUNKISEUDUN	
	ERITYISPIIRTEITÄ	20
	NÄKÖKULMIA POLARISAATIOON	22
3	Tutkimuksen toteutus	24
	HYVINVOINNIN NÄKÖKULMIA	24
	TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT	25
	<i>Kvantitatiivinen aineisto – kyselytutkimus</i>	25
	<i>Kvalitatiivinen aineisto - nuorten teemahaastattelut</i>	28
4	Tutkimuksen kvantitatiivinen osio – tuloksia	31
	ASUMISOLOIHIN OLLAAN TYYTYVÄISIÄ	31
	<i>Asuminen pääkaupunkiseudulla</i>	32
	<i>Asumisaika</i>	34
	<i>Tyytyväisyys asuinalueeseen</i>	35
	<i>Muualta muuttaneiden kotiutuminen pääkaupunkiseudulle</i>	38
	<i>Turvallisuus</i>	39
	<i>Tyytyväisyys asuntoon</i>	40
	<i>Asuminen ja muut hyvinvoinnin osa-alueet</i>	41
	TERVEYS KUNNOSSA – NEGATIIVISIAKIN MIELIALOJA LÖYTYY	42
	<i>Oman terveydentilan arvioiminen</i>	42
	<i>Terveydentilan vaikutus jokapäiväiseen elämään</i>	44
	<i>Viimeisen kuukauden aikaiset mielialat</i>	45
	TYÖELÄMÄ HALLINNASSA HAASTEISTA HUOLIMATTA	48
	ARJEN KOKEMUKSIA	52
	<i>Tyytyväisyys hyvinvointitekijöihin ja niiden merkitys</i>	52

	<i>Omaan elämään vaikuttaminen</i>	57
	<i>Jokapäiväistä elämää vaikeuttavia omia ja läheisten ongelmia</i>	58
	<i>Arkipäivän ilot, harmit, kohokohta ja onnellisuus</i>	60
	TALOUDELLINEN TILANNE JAKAA VASTAAJIA	64
	VASTAAJIEN LISÄKOMMENTTEJA	69
	YHTEENVETO	70
5	Kvalitatiivinen tutkimus – tuloksia	73
	TAUSTAA	73
	<i>Nuorten hyvinvoinnin tutkimisesta</i>	73
	<i>Nuorten hyvinvoinnin tekijöitä ja suuntauksia</i>	74
	<i>Nuoret, onni ja menestyminen</i>	74
	<i>Syrjäytyminen</i>	75
	TEEMAHAASTATTELUIEN TULOKSIA	75
	<i>Lapsuus</i>	76
	<i>Perhe</i>	79
	<i>Arki ja harrastukset</i>	84
	<i>Ihmissuhteet</i>	92
	<i>Ongelmat ja vaikeudet</i>	98
	<i>Päihteet</i>	110
	<i>Talous</i>	113
	<i>Alueellisuus, urbaanisuus ja luonto</i>	116
	<i>Elämänviiva ja tulevaisuus</i>	122
	YHTEENVETO	129
6	Johtopäätökset ja pohdinta	132
	Lähteet	135
	Liitteet	139
	LIITE 1. SAATEKIRJE	139
	LIITE 2. KYSELYLOMAKE JA FREKVENSIT	140
	LIITE 3. HAASTATTELURUNKO	148
	LIITE 4. ARJEN HYVINVOINTIA LISÄÄVÄT TEKIJÄT.....	157
	LIITE 5. ARJEN HARMIT.....	164
	LIITE 6. VIIME VUODEN KOHOKOHTA.....	170

ESIPUHE

Pääkaupunkiseudun kunnissa asuu yli miljoona suomalaista. He ovat erikäisiä, he elävät erilaisia elämänvaiheita ja heillä on erilaisia elämäkokemuksia. Osa heistä on täällä syntyneitä, osa muualla - kaukana maamme rajojen ulkopuolellakin. He käyvät töissä, ovat työttöminä, eläkkeellä tai opiskelevat. Mistä heidän arjen hyvinvointinsa koostuu? Mitkä asiat kannattelevat heitä elämässä, mitkä asiat lisäävät heidän hyvinvointiaan ja mitkä asiat aiheuttavat pahoinvointia?

Tieto kunnan asukkaiden kokemasta hyvinvoinnista, terveydestä ja näihin vaikuttavista tekijöistä on edellytys sekä tarkoituksenmukaisen hyvinvointipolitiikan luomiselle että toimivien ja riittävien palveluiden järjestämiselle. Tällä pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksella haluttiinkin vastausta seuraaviin kysymyksiin: Millaiseksi seudun asukkaat kokevat oman elämänsä ja hyvinvointinsa ja mitä he elämästään ajattelevat. Haastatteluosuudella haluttiin valottaa sitä, miten ja mistä tekijöistä nuorten hyvinvointi rakentuu.

Helsinki, Espoo, Vantaa ja Kauniainen päättivät tilata tutkimuksen asukkaidensa koetusta hyvinvoinnista Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus Socca:lta. Hanke rahoitettiin puoliksi kuntien ja osaamiskeskuksen kesken. Tutkimuksen kyselyaineiston kerääminen ajoittui osuvasti keväälle 2008, näin saimme kerättyä aineistoa ennen nopeasti edennyttä talouden taantumaa. Tämä mahdollistaa hedelmällisen tilanteen mahdollisen seurantatutkimuksen kannalta.

Tutkimustulokset ovat moninaiset. Keskimäärin pääkaupunkiseudun asukkaille menee hyvin, mutta osalle arjen selviytymisessä on selkeitä vaikeuksia: pitkittynyttä taloudellista huolta tai vaikeita terveydellisiä ongelmia. Hyvinvointia rakennetaan arjessa monin tavoin. Onni koostuu monista pienistä asioista, joista useat liittyvät hyviin ihmissuhteisiin ja luontoon.

Ilman kyselyyn vastanneita tai haastateltavia ei tätäkään tutkimusta olisi olemassa; heille siis suurkiitos tutkimuksen mahdollistamisesta ja uuden tiedon tuottamiseen osallistumisesta. Kiitän myös Espoon työhönvalmennuskeskuksen henkilökuntaa ja Osuuskunta Toivoa nuorten haasteltavien löytämisen avustamisesta.

Tutkimuksen tekemisestä on vastannut Ph.D. Saija Turunen. Tutkimukseen ovat osallistuneet Socca:ssa valt. yo. Minna Luhtamäki, VTM Tellervo Nenonen, valt. yo. Vaula Tuomaala ja VTM Hanna-Kaisa Hop-

pania. Ohjausryhmässä ovat vaikuttaneet Helsingistä tutkija Vesa Keskinen ja tietohallintopäällikkö Kalle Pesonen, Espoosta tutkija Tuula Miettinen ja erikoissuunnittelija Eeva Honkanummi, Vantaalta erityisasiantuntija Leena Pääkkönen-Tarvainen, erityisasiantuntija Marianne Juosila ja erikoistutkija Juhani Riihelä, Kauniaisista Sosiaali- ja terveysjohtaja Ulla Tikkanen, Socca:sta erikoistutkija Kirsi Nousiainen, Kuntoutussäätiön tutkimusjohtaja Ullamaija Seppälä, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos erikoistutkija Pasi Moisio ja Helsingin yliopiston professori Antti Karisto. Grafiikanlaatija Pirjo Lindfors Helsingin kaupungin tietokeskuksesta on laatinut raportin kuviot. Kiitos kaikille osaamisen ja ammattitaidon jakamisesta sekä hyvästä yhteistyöstä!

Espoossa 19.3.2010

Eeva Honkanummi

Tutkimushankkeen ohjausryhmän puheenjohtaja

TIIVISTELMÄ

Numerotietoa hyvinvoinnista on helposti saatavilla, mutta subjektiivista tietoa ihmisten kokemasta hyvin- tai pahoinvoinnista, tai siitä miten se näkyy heidän jokapäiväisessä elämässään, ei löydy yhtä helposti. Pääkaupunkiseudun kunnilla (Espoo, Helsinki, Kauniainen ja Vantaa) on suhteellisen hyvä käsitys asukkaidensa objektiivisesta hyvinvoinnista. Tietoa on tarjolla eri tasoilla ja lukuisista osa-alueista (esim. koulutus, tulotaso, asumistaso, palvelujen käyttö). Kuntalaisten subjektiivisesta hyvinvoinnista tiedetään paljon vähemmän. Tästä syystä tämän tutkimusraportin tarkoituksena on esitellä pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen tuloksia, joissa asukkaiden kokemuksilla on keskeinen sija.

Tutkimus jakautuu kahteen osaan. Vuonna 2008 tehtiin laaja kyselytutkimus Espoon, Helsingin, Kauniaisten ja Vantaan asukkaille. Vastauksia palautui yhteensä 3924 ja vastausprosentti oli 41. Kyselyllä kerättiin kokonaisvaltaista tietoa ihmisten subjektiivisesta hyvinvoinnista sekä siihen vaikuttavista tekijöistä. Tutkimus jatkui kvalitatiivisella osalla vuonna 2009, jolloin syvennyttiin haastattelujen avulla alueen 18–25-vuotiaiden kokemaan hyvin- ja pahoinvointiin.

Asumisteemassa kuvastuu yleinen tyytyväisyys asuntoon ja asuinalueeseen. Erityistä kiitosta saavat alueella liikkumisen helppous, ulkoilu- ja liikuntamahdollisuudet ja liikenneyhteydet. Pääkaupunkiseudulla asumisen halua eniten lisäävät tekijät ovat arkipäivää helpottavia ja palvelukeskeisiä: läheltä löytyvät palvelut, palvelutarjonta ja ostoksillakäyntimahdollisuudet.

Aineistonkeruun ajankohdalla on tässä tutkimuksessa suuri merkitys. Uutiset taloudellisesta taantumasta eivät vielä loppukeväällä 2008 olleet osa päivittäistä uutistarjontaa. Tämä voi osaltaan selittää sen ettei taloudellinen tilanne tai huoli työpaikan säilymisestä korostu vastauksissa. Toisaalta taloudelliset tekijät eivät myöskään nouse selvästi esiin arkiviihtyvyyttä ja hyvinvointia lisäävissä tekijöissä. Arjen voimavarat ammennetaan tavarantoiminnan ja hankintojen sijaan ihmissuhteista, kiireettömyydestä ja viihtyisästä asumisesta.

Pääkaupunkiseudun ”urbaani luonto” puistojen ja viheralueiden muodossa saa paljon kiitosta. Pääkaupunkiseudulla luonnon merkitys voi korostua juuri seudun asumistiheyden vuoksi, jolloin luonnosta haetaan omaa tilaa. Luonto voi myös tarjota vastapainoa vastauksissa korostetulle kiireelle ja arjen hektisyydelle.

Fyysisen terveydentilansa arvioi hyväksi tai melko hyväksi suurin osa vastaajista ja vain viisi prosenttia arvioi sen melko huonoksi tai huonoksi. Suurin osa vastaajista on elämänsä tyytyväinen ja suhtautuu tulevaisuuteensa toiveikkaasti. Stressi, huolestuneisuus, masentuneisuus ja yksinäisyys ovat kuitenkin usein tai jatkuvasti läsnä monen arkipäivässä. Erityisen huolestuttavaa on nuorten kokemat negatiiviset mielialat ja yleisyys muuhun väestöön nähden.

Kiireisestä elämästä ja stressistä huolimatta yli 80 prosenttia nauttii työstänsä. Työn yhteys välittömästi ja välillisesti myös muuhun arkipäivään tulee esiin selvästi. Vaikuttamismahdollisuudet, taloudellinen tilanne ja viimeisen kuukauden aikana koetut mielialat ovat selvästi paremmat niillä, jotka ovat työelämänsä tyytyväisiä. Työ voidaan nähdä myös arjen voimavarana.

Suurin osa kokee taloudellisen tilanteensa suhteellisen hyväksi. Kuitenkin lähes viidesosa kokee huonon taloudellisen tilanteensa jatkuneen vuosia ja viisi prosenttia on huonon taloudellisen tilanteensa takia joutunut olemaan nälässä päivän tai kauemmin. Rahaongelmien syiksi mainitaan usein liian pienet tulot pakollisiin menoihin nähden.

Arkipäivää koskeva, avovastauksilla kerätty rikas aineisto paljasti perheen ja ihmissuhteiden, luonnon, viihtyisyyden ja kiireettömyyden parantavan arkiviihtyvyyttä. Yleisimmiksi harmin aiheiksi listattiin ilkivalta, sotkuisuus, melu ja ryhmät, kuten päihteiden väärinkäyttäjät ja maahanmuuttajat.

Tutkimuksen kvalitatiivisen osan haastatteluissa huomiota ei voi olla kiinnittämättä nuorten ongelmien yleisyyteen. Lähes jokainen haastateltu nuori oli kokenut tai koki parhaillaan elämäntilanteensa haasteelliseksi. Myös monen lähipiiristä, kuten ystäviltä löytyi ongelmia. Ongelmien yleisyys oli tavallista myös nuorten lapsuuden perheissä. Lapsuutta ja nuoruutta leimaavat perheenjäsenten työttömyys, alkoholinkäyttö, parisuhdeongelmat tai mielenterveysongelmat. Monilla nämä ongelmat ovat edelleen läsnä ja heijastuvat yhä nuoren elämään itsenäistymisestä huolimatta.

Yhteiskunnan arvot kuvastuvat selvästi nuorten puheissa. Kilpailu opiskelu- ja työpaikoista on kovaa, jossa vain vahvimmat pääsevät eteenpäin. Useimmat nuorista kokevat ulkopuolelta tulevan suorittamisen paineen ahdistavana. Jos omat voimavarat ovat rajalliset esimerkiksi mielenterveysongelmien takia, ahdistus voi tuntua moninkertaisena. Moni kokee myös pelkoa 'kelkasta putoamisesta'.

Tahtotila merkitykselliseen tekemiseen on selvästi kuultavissa nuorten haastatteluista. Haaveet ovat realistisia, usein melko pieniä ja vaatimattomia. Jo työpaikka (joskus mikä tahansa) riittäisi, koska sen avulla koetaan päästävän mukaan 'normaaliin elämään'. Haaveena on usein elää 'kuten muut'.

Huolestuttavimpana asiana esiin nousi mielenterveyspalvelujen puute. Niitä ei ole tarpeeksi saatavilla tai avunsaantia haittaa sen hitaus. Pitkät jonot, hoitosuhteiden vaihtuvuus tai nuorten tunne siitä, ettei heitä oteta tarpeeksi vakavasti, tulee esille monissa haastatteluissa. Nopea apu ja hyvä kuuntelija löytyvät useimpien toivelistalta.

Voimavaroina mainitut hyvät ihmissuhteet ja mielekäs tekeminen sekä harrastaminen kaipaavat tukemista. Ilmaisten tai halpojen kokoontumis- ja harrastustilojen tarjoaminen tukee sosiaalisten verkkojen syntymistä ja ylläpitämistä ja tarjoaa onnistumisen kokemuksia tasapuolisesti kaikille nuorille taustoista tai tulotasosta riippumatta. Monet nuorista korostavat myös yksilön omaa vastuuta itsestä ja kanssaihmisistä, keskinäisen välittämisen merkitystä elämänkaaren kaikissa vaiheissa.

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimus selvittää hyvinvoinnin tilaa asukkaiden omasta näkökulmasta. Kesällä 2008 tehtyyn kyselyyn vastasi noin 4000 satunnaisesti valittua Espoon, Helsingin, Kauniaisten ja Vantaan asukasta. Tutkimuksen toisessa vaiheessa 2009 haastateltiin 25 pääkaupunkiseudulla asuvaa 18–25-vuotiasta nuorta. Tutkimus paljastaa, että arjen voimavarat ammennetaan tavarankäytön ja hankintojen sijaan ihmissuhteista, kiireettömyydestä ja viihtyisästä asumisesta. Myös nuoret kokevat läheiset ihmissuhteet yhdeksi arjen voimavaraksi, mutta yksilöllistä, kattavaa ja nopeaa tukea kaivataan elämän haasteisiin ja vaikeisiin elämäntilanteisiin.

Tutkimuksen toteutti Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus Espoon, Helsingin, Kauniaisten ja Vantaan kaupunkien toimeksiannosta.

SAMMANFATTNING

Det är lätt att få numeriska uppgifter om välbefinnande men svårare att hitta subjektiv information om det välbefinnande eller illamående som människor upplever och om det hur välbefinnandet eller illamåendet syns i människornas vardagliga liv. Huvudstadsregionens kommuner (Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda) har en relativt bra uppfattning om det objektiva välbefinnandet av sina invånare. Det finns att få information på olika nivåer och om olika delområden (t.ex. utbildning, inkomstnivå, boendnivå, användandet av tjänster). Man vet mycket mindre om invånarnas subjektiva välbefinnande. Syftet med denna undersökning är därför att presentera resultat från välbefinnandeundersökningen i huvudstadsregionen. I dessa resultat spelar invånarnas upplevelser en central roll.

Undersökningen har två delar. År 2008 utfördes en omfattande frågeundersökning till invånarna i Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda. Sammanlagt 3924 invånare svarade på undersökningen och svarsprocenten var 41. Med undersökningen samlades in helhetstäckande information om människornas subjektiva välbefinnande och om faktorer som påverkar välbefinnandet. Undersökningen fortsätts med en kvalitativ del år 2009. Då fördjupar man sig i 18-25 åriga ungdomar och deras välbefinnande och illamående med hjälp av intervjuer. Resultat från välbefinnandeundersökningen i huvudstadsregionen rapporteras i två delar. Detta arbetspapper presenterar grova resultat från frågeundersökningen. Senare publiceras en undersökningsrapport som täcker en noggrannare analys och en resonemang om orsak och verkan av den kvantitativa delen samt resultat från den kvalitativa delen.

I boendetemat speglas en allmän belåtenhet på bostaden och boendområdet. De svarande var speciellt tacksamma för lättheten i att röra sig på området, möjligheterna till att röra sig ute och till att motionera samt för bra trafikförbindelser. De faktorer som mest ökar viljan att bo på huvudstadsområdet gör vardagen lättare och koncentrerar sig på tjänsterna: tjänsterna nära hemmet, utbudet av tjänster och möjligheterna till att gå och handla.

Tidpunkten för datainsamlingen spelar en stor roll i denna undersökning. Nyheter om den ekonomiska lågkonjunkturen var inte ännu en del av det vardagliga nyhetsutbudet i slutet av våren 2008. Detta kan vara en delvis förklaring till att den ekonomiska situationen eller oron för huruvida

man kommer att få behålla sin arbetsplats inte framhävs i svaren. Å andra sidan lyfts de ekonomiska faktorerna inte heller tydligt fram i faktorerna som ökar den vardagliga trivseln och det vardagliga välbefinnandet. Vardagens resurser öses ur människorelationer, stunder utan brådska och trivsamt boende istället för ur varor och anskaffningar.

De svarande är mycket tacksamma för den ”urbana naturen” som finns i huvudstadsregionen i form av parker och grönområden. Naturens betydelse kan framhävas i huvudstadsregionen på grund av befolkningstätheten. Då söker man eget rum i naturen. Naturen kan även erbjuda motvikt för den brådska och det hektiska vardagslivet som framhövdes i svaren.

Största delen av svarandena uppskattade sin fysiska hälsa som bra eller ganska bra. Bara fem procent uppskattade den som ganska dålig eller dålig. Största delen av svarandena är nöjd med sitt liv och förhåller sig optimistiskt till sin framtid. Stress, orolighet, depression och ensamhet är ändå ofta eller kontinuerligt närvarande i många svarandenas vardag. Särskilt oroväckande är de negativa sinnesstämningar hos ungdomar samt det hur vanliga dessa negativa sinnesstämningar var hos ungdomarna jämfört med den resterande befolkningen.

Trots det hektiska livet och stressen njuter över 80 procent av svarandena av sitt arbete. I undersökningen framhävs tydligt både de direkta och indirekta kopplingar som arbetet har med den övriga vardagen. Möjligheterna till inflytande, den ekonomiska situationen och sinnesstämningarna under den senaste månaden var tydligt bättre hos dem som var nöjda med sitt arbetsliv. Man kan se arbetet också som en resurs i vardagen.

Största delen upplever sin ekonomiska situation som relativt bra. Dock upplever nästan femtedel att sin dåliga ekonomiska situation har fortsatt flera år. Fem procent har behövt gå hungrig en dag eller längre på grund av sin dåliga ekonomiska situation. Som skäl till penningsproblem nämns ofta för låga inkomster i relation till de obligatoriska utgifterna.

Det rika materialet som samlades in med öppna svar och som handlar om vardagen kräver en fortsatt analys. Redan den grova tematiska analysen avslöjade att familj och människorelationer, natur, trivsel och briste på brådska ökade den vardagliga trivseln. Som vanligaste skäl till förargelse nämndes skadegörelse, rörighet, oväsen och grupper som missbrukare av droger och invandrare.

När det gäller intervjuerna i den kvalitativa delen av undersökningen kan man inte låta bli att uppmärksamma hur vanligt det är att unga människor har problem. Nästan varenda ung person som intervjuades

hade upplevt eller upplevde sin livssituation som utmanande. I många fall hade även människor i deras närkrets, till exempel vänner, problem. Problem är vanliga också i de ungas barndomsfamiljer. Barndomen och ungdomen präglas av familjemedlemmarnas arbetslöshet, alkoholbruk, relationsproblem eller problem med den mentala hälsan. I många fall existerar dessa problem fortfarande och påverkar den ungas liv trots att han eller hon har blivit självständig från sina föräldrar.

Samhällets värderingar speglas tydligt i de ungas anföranden. Kampen av studie- och arbetsplatser är hård och bara de starkaste vinner i den. Många av de unga upplever att det kommer press utifrån. Denna press upplever de som ångestframkallande. Ifall de egna resurserna är begränsade till exempel på grund av psykiska problem kan ångesten bli flera gånger starkare. Många är också rädda för att "falla ur släden".

Viljetillståndet för att ha vettig sysselsättning framförs tydligt i intervjuerna. De ungas drömmar är realistiska, ofta ganska små och anspråkslösa. Redan en arbetsplats (ibland vilken arbetsplats som helst) skulle räcka till, eftersom man upplever att den ger tillträde till "det normala livet". Drömmen är ofta att leva "som de andra".

Det som var mest oroväckande var bristen på vård och service när det gäller psykiska problem. Det finns inte tillräckligt med vård- och serviceplatser eller det tar en för lång tid att få hjälp. I många intervjuer framförs långa köer, växling i vårdrelationer eller känslan av att inte bli tagen på allvar. Snabb hjälp och en bra lyssnare finns på många ungas önskelista.

Välbefinnandeundersökningen i huvudstadsregionen utreder välbefinnandets tillstånd ur invånarnas egen synvinkel. Frågeundersökningen som genomfördes år 2008 svarades av 4000 slumpmässigt utvalda invånare från Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda. I undersökningens andra fas år 2009 intervjuades 25 unga som var 18-25 år gamla och bosatta i huvudstadsregionen.

Undersökningen avslöjar att vardagens resurser öses ur människorelationer, bristen på brådska och trivsamt boende istället för varor och anskaffningar. Också de unga upplever nära människorelationer som en av vardagens resurser. De saknar dock individuell, omfattande och snabb stöd vid livets utmaningar och svåra livssituationer.

Undersökningen genomförs av Socca (Det finska kompetenscentret inom det sociala området i huvudstadsregionen) på uppdrag av Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda stad.

SUMMARY

Statistical information about welfare is relatively easily available, but subjective views about people's own welfare or how it affects their everyday life is more difficult to obtain. The cities of the metropolitan area (Espoo, Helsinki, Kauniainen and Vantaa) have a relatively good understanding of the objective welfare of their inhabitants. Objective information is available on a number of levels and in many areas (e.g. education, income, housing, the use of services). However, a lot less is known about the subjective welfare of the people in the area. The aim of this report is to present results, where the experiences of individuals play an important role.

The research was carried out in two parts. In 2008, an extensive survey questionnaire was sent out to individuals living in Espoo, Helsinki, Kauniainen and Vantaa asking questions about their housing and living conditions, health, work, welfare factors and financial matters. Almost 4,000 people responded to the survey questionnaire taking the response rate to 41 per cent. In the qualitative part of the study conducted in 2009, 25 young people (18–25 years old) living in the area were interviewed in order to gain a better understanding of how young people, in particular, experience their lives.

Most people are generally happy with their housing and their area of residence. Ease of mobility in the area, outdoor and sports facilities as well as transport connections were praised in particular. The main reasons for people wanting to live in the metropolitan area are things that make everyday life easier, such as local services, the range of services available and shopping opportunities.

The timing of the data collection may have played an important role. News about the global economic downturn was not a daily occurrence in the spring of 2008. This may partly explain why worries about the financial situation or about keeping one's job do not show clearly in the results. Moreover, finances and material matters do not arise in answers to questions that asked about increasing everyday welfare. Instead of material things, the foundations of everyday wellbeing are good relationships, a slower pace of life and cosy living.

The "urban nature" of the metropolitan area in the form of parks and green spaces is highly esteemed. This may be explained by people needing their own space and this is made possible by the relative abundance of parks

and other green spaces. The urban nature can also provide a counter for an otherwise hectic lifestyle.

Most of the respondents considered their health to be good or fairly good and only five per cent felt that it was poor or fairly poor. Moreover, the majority were happy with their current lives and hopeful about their futures. Nevertheless, many considered stress, worry, depression and loneliness to be frequently a part of their daily lives. These emotions were prevalent in young people, which is of concern.

Despite a hectic lifestyle and stress, over 80 per cent enjoy their work. The connection between satisfaction at work and other aspects of life is clear. People who are happy at work feel that their ability to influence is greater, their financial situation is better and their mental state improved. Work can also be seen a positive aspect of everyday life.

The majority of people see their financial situation as being good. However, almost one fifth feel that their financial situation has been poor for years and five per cent have gone hungry for a day or longer because of a lack of money. The main reason for financial difficulties are reported as being that their income is insufficient to cover their financial commitments.

Open ended questions regarding the pros and cons of everyday life revealed that family and other relationships, nature and an unhurried pace of life are the main contributors to wellbeing. On the other hand different aspects of antisocial behaviour can make life less enjoyable.

The qualitative part of the study revealed that young people have got many problems. Almost every young person interviewed had experienced or was experiencing difficulties in their personal lives. Many related that their friends were also experiencing difficulties. Problems in the families of the young people taking part in this study were also reported by them. Childhood and youth had often been affected by unemployment, alcoholism, relationship problems and mental health problems within the families. Many felt that these factors and their experiences affected their lives.

The values of society can be heard in the speech of young people. Competition for education and employment is fierce where only the fittest survive. Many of the young find this pressure to perform overwhelming. If one's capability is limited for example because of mental health problems, the pressure can be accentuated manyfold. Many are also scared of dropping out of society.

The desire of the young interviewees to do something meaningful can clearly be heard. Dreams are realistic, often fairly small and modest. So-

metimes a job (doing anything) would be enough, as it would help to enter mainstream life. It is also a common dream to “live like everybody else”.

One of the main concerns was the provision of mental health services for young people. The perception was that the current services were inadequate. A quicker service and a good listener were at the top the wishlist for many.

Good relationships, meaningful activities and interesting hobbies were mentioned as the main factors giving positive meaning to everyday life. All these could be better supported. Irrespective of background or income, free or inexpensive meeting places would provide a good base for forming and maintaining social relationships. Finally, many of the young highlight the responsibility for oneself and for one's fellow citizens throughout life.

The welfare research in the metropolitan area project is interested in the subjective welfare of the people living in the area. In the summer 2008 almost 4,000 people responded to the survey questionnaire. In the second phase of the study in 2009, 25 young people were interviewed. The study reveals that instead of finances and material things good relationships, a slower pace of life and cosy living form the foundations of everyday wellbeing. Many of the young people experience close relationships as a vital ingredient of their welfare. However, personal, efficient and fast support is needed in challenging and difficult life situations.

Socca – the centre of expertise on social welfare in the Helsinki metropolitan area was commissioned by the cities of Espoo, Helsinki, Kauniainen and Vantaan to conduct the study.

1 Johdanto

Hyvinvointitieto koostuu myös arjen kokemuksista

Hyvinvointia on perinteisesti kuvattu objektiivisella tasolla. Numerotietoa hyvinvoinnista on helposti saatavilla, mutta subjektiivista tietoa ihmisten itsensä kokemasta hyvin- tai pahoinvoinnista tai miten se näkyy heidän jokapäiväisessä elämässään ei löydy yhtä helposti. Hyvinvointi-indikaattoreita rakennettaessa ihmisten omaa elämää koskevat odotukset sekä oman elämän muotoutumiseen vaikuttaminen on usein jätetty vähemmälle huomiolle.

Hyvin tai huonosti voivaa ei myöskään voida kuvailla yhdellä tai kahdella indikaattorilla. Ei riitä että hyvinvointia tarkastellaan vain keskitulojen perusteella tai ihmisiä luokitellaan hyvin- tai pahoinvoiviin sen mukaan, mikä heidän kokemansa terveydentila on. Kokonaisvaltainen hyvinvointitieto tarvitsee tarkoituksenmukaisia indikaattoriyhdistelmiä, joissa yhdistyvät sekä objektiivisin että subjektiivisin mittarein kerätty tieto.

Pääkaupunkiseudun kunnilla (Espoo, Helsinki, Kauniainen ja Vantaa) on suhteellisen hyvä käsitys asukkaidensa objektiivisesta hyvinvoinnista. Tietoa on tarjolla lukuisista osa-alueista (esim. koulutus, tulotaso, asuminen, palvelujen käyttö). Kuntalaisten subjektiivisesta hyvinvoinnista tiedetään paljon vähemmän. Tästä syystä tämän tutkimuksen tarkoituksena on ollut selvittää pääkaupunkiseudun asukkaiden hyvin- ja pahoinvoinnin tilaa ja kehitystä nimenomaan kuntalaisen näkökulmasta. Tutkimuksen pyrkimyksenä on parantaa kokonaisvaltaista käsitystä kuntalaisten hyvinvoinnista. Kiinnostuksen kohteena ovat niin hyvä- kuin huono-osaisetkin pääkaupunkiseutulaiset. Asiakaslähtöisen lähestymistavan merkitystä ja

sen lisääntymistä on viime aikoina korostettu entistä enemmän myös kuntaorganisaation työn näkökulmasta. (Norlamo-Saramäki, 2009).

Pääkaupunkiseutu ja Suomen viimeaikainen hyvinvointikehitys asettavat tutkimukselle omat haasteensa. Eriarvoisuuden lisääntyminen, suhteellisen köyhyyden kasvu, polarisaatio ja lukuisat sosiaaliset ongelmat ovat selvästi havaittavissa erityisesti pääkaupunkiseudulla. Myös nuoriso-työttömyyden nopea kasvu ja syrjäytymisvaarassa olevien nuorten asema lisää tarvetta ymmärtää arkea juuri nuorten silmin. Tässä tutkimuksessa tarkastellaan, missä määrin nämä ilmiöt ovat läsnä asukkaiden itsensä kokemassa hyvinvoinnissa.

Tutkimuksen toteutus jakautuu kahteen osaan. Vuonna 2008 tehtiin laaja kyselytutkimus Espoon, Helsingin, Kauniaisten ja Vantaan asukkaille. Kyselyllä kerättiin kokonaisvaltaista tietoa ihmisten subjektiivisesta hyvinvoinnista sekä siihen vaikuttavista tekijöistä. Kyselytutkimuksen tulokset viittasivat huolestuttavassa määrin nuorten negatiivisiin mielialoihin ja arkipäivän ongelmiin. Tästä syystä tutkimuksen toisessa osiossa vuonna 2009 syvennyttiin haastattelujen avulla 18–25-vuotiaisiin nuoriin. Haastattelujen avulla haluttiin saada lisää kokemuksellista tietoa erityisesti myös huonosti voimalta väestön osalta, joita kyselyt eivät yleensä tavoita. Haastatteluaineiston pohjalta pyritään syventämään kuvaa hyvinvoinnin prosesseista kokemusten pohjalta, jotka tukevat tai heikentävät asukkaan hyvinvointia.

Tutkimuksen tavoitteet

Tutkimuksen avulla pyrittiin löytämään vastauksia mm. seuraaviin kysymyksiin:

- Millaiseksi ihmiset kokevat oman elämänsä?
- Kuinka ihmiset kokevat itse voivansa?
- Mitä ihmiset elämästään ajattelevat?

Ja laadullisessa tutkimuksessa tarkasteltiin lisäksi:

- Miten ja mistä tekijöistä nuorten hyvinvointi rakentuu?

Tutkimuksesta toivotaan olevan hyötyä pääkaupunkiseudun hyvinvointipalvelujen suunnitteluun ja järjestämiseen.

Tutkimusraportin sisältö

Luvussa kaksi tarkastellaan pääkaupunkiseutua tutkimusalueena tilastotietojen valossa. Tilastojen avulla esitellään tutkimusalueen väestö sekä tutkimuksen teemojen kannalta olennaiset osa-alueet. Pääkaupunkiseutua esitellään kunnittain sekä vertaillaan muuhun Suomeen. Luku kolme esittelee tutkimuksen toteutuksen. Siinä käsitellään tutkimuksen taustaa, hyvinvoinnin käsitteitä sekä esitellään tutkimuksen kvantitatiivinen ja kvalitatiivinen toteutus. Tutkimuksen tulokset esitellään kahdessa osassa. Luku neljä käsittelee kyselylomakkeen tuloksia teemoittain. Luvussa viisi esitellään haastatteluilla saadut tulokset. Luku kuusi sisältää tutkimuksen johtopäätökset. Siinä arvioidaan tutkimuksen suorittamista sekä tuloksia.

2 Pääkaupunkiseutu tutkimusalueena

Tässä luvussa esitellään pääkaupunkiseutua tutkimusalueena. Aluetta ja väestöä tarkastellaan perustietojen sekä hyvinvointiin liittyvien aiheiden valossa.

Perustietoa väestörakenteesta ja pääkaupunkiseudun erityispiirteitä

Taulukossa 1 on koottu yhteen tilastotietoa pääkaupunkiseudun neljästä kunnasta, ja lisäksi on liitetty vertailun vuoksi koko Suomen vastaavat tiedot.

Tutkimusalueena pääkaupunkiseutu eroaa muusta Suomesta monella tavalla. Maantieteellisesti alue on poikkeuksellinen suomalaisittain korkean väestötiheyden vuoksi. Pääkaupunkiseudulla asuu jo joka viides suomalainen. Koulutustaso on täällä korkeampi kuin muualla maassa: seudun kunnista Kauniainen, Espoo ja Helsinki kuuluvat maan koulutetuimpiin. Myös tulotaso on parempi kuin muualla maassa. Kelan sairastavuusindeksin mukaan pääkaupunkiseudun väestö on muuhun maahan verrattuna keskimääräistä terveempää.

Pääkaupunkiseutu on muuhun Suomeen nähden poikkeuksellinen myös maahanmuuttotilastojen osalta. Maahanmuuttajataustaista väestöä asuu pääkaupunkiseudulla muuta maata selvästi enemmän. Kun koko maassa muuta kuin suomea tai ruotsia äidinkielenään puhuvien osuus on 3,6 prosenttia, pääkaupunkiseudun kunnissa muuta kieltä äidinkielenään puhuvien osuus on 7,5 prosenttia (Helsingissä 9,6 prosenttia). Väestöennusteen mukaan vuoteen 2025 suurin väestörakenteellinen muutos verrattuna

Taulukko 1. Tilastotietoa tutkimusalueesta.

	Espoo	Helsinki	Kauniainen	Vantaa	Koko maa
Väestö					
Väkiluku 19.3.2010	244 330	583 350	8 617	197 636	5 351 427
Muunkieliset (lkm)	21 240	59 573	326	17969	207 037
Väestötiheys (hlö/km2)	773,7	2 707,19	1 453,23	819,69	17,53
Koulutus					
Koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17–24 vuotiaat, % vastaavanikäisistä	12,9	15,2	6,7	17,5	11,8
Koulutustaso (tutkinnon suorittaneita 15 vuotta täyttäneestä väestöstä) %	73,2	69,6	78,9	65,2	65,5
Työttömyys					
Työttömien osuus työvoimasta %	4,4	6,8	3,2	6,2	8,0
Nuorisotyöttömyys % 15–24-vuotiaasta työvoimasta	3,7	3,6	2,5	5,6	8,8
Pitkäaikaistyöttömien osuus työttömistä %	23,2	21,0	23,7	26,8	21,4
Toimeentulo					
Asuntokunnan käytettävissä oleva rahatulo, mediaani €	37 340	27 418	51 490	31 953	27 665
Toimeentulotukea saaneita (2007) %	5,4	7,2	2,7	8,5	6,5
Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 18–24-vuotiaat % vastaavanikäisistä 2007	1,5	2,4	ei tietoa	4,3	2,4
Asuminen					
Ahtaasti asuvat, % kaikista asuntokunnista	9,3	9,9	8,5	10,1	9,1
Yhden hengen asuntokunnat %	34,9	49,4	30,0	37,3	40,6
Asunnottomat yksinäiset / 1000 asukasta	2,0	5,5	0,0	3,1	1,5
Ulkona, yömajoissa, tilapäissuojissa ja laitoksissa asuvat yksinäiset / 1000 asukasta	0,9	1,8	0,0	0,6	0,6

Lähteet: SOTKANet ja Tilastokeskus (tiedot vuodelta 2008 ellei muuta mainittu)

nykyiseen on vanhusväestön sekä äidinkieleltään muun kuin suomen- tai ruotsinkielisen väestön kasvu. Pääkaupunkiseudun väestön ennustetaan kasvavan lähes 130 000 hengellä vuoteen 2025 mennessä. Tästä kasvusta äidinkieleltään muun kuin suomen- tai ruotsinkielisten osuus on 75 prosenttia eli vajaa 100 000 henkeä.

Työllisyydenkin osalta pääkaupunkiseutu poikkeaa muusta maasta. Kun työttömien osuus työvoimasta on pääkaupunkiseudulla muutaman prosentin alhaisempi verrattuna koko maahan, on pitkäaikaistyöttömien

osuus työttömistä sitä vastoin pääkaupunkiseudun kolmessa kunnassa koko maata suurempi. Nuorten ikäryhmän osalta (17–24) koulutuksen ulkopuolelle jääneitä on vastaavanikäisestä väestöstä koko maassa vähemmän kuin pääkaupunkiseudulla (poikkeuksena Kauniainen). Tällä tarkoitetaan henkilöitä, jotka kyseisenä vuonna eivät ole opiskelijoita tai joilla ei ole perusasteen jälkeistä koulutusta. Toisaalta nuorisotyöttömyys on pääkaupunkiseudulla muuta maata matalampi. On kuitenkin huomattava, että tilastotiedot taulukossa 1 ovat vuodelta 2008, jolloin kerättiin myös tämän tutkimuksen kyselyaineisto. Taantuman myötä monet luvut ovat vuoteen 2010 mennessä muuttuneet. Esimerkiksi nuorisotyöttömyys kasvoi vuonna 2009 erittäin voimakkaasti.

Pääkaupunkiseutu näyttäytyy siis toisaalta paremmin voivana kuin Suomi kokonaisuudessaan, mutta toisaalta alueella on enemmän tiettyjä hyvinvoinnin vajeita ja erityispiirteitä. Pääkaupunkiseudun kuntien välillä on myös huomattavia eroja. Polarisaation käsitteen avulla on tutkittu ja pohdittu väestön ja alueiden jakautumista. Seuraavaksi esitetään muutamia näkökulmia polarisaatioon.

Näkökulmia polarisaatioon

Polarisaatiolla tarkoitetaan yhteiskuntatieteissä yleensä hyvinvointierojen kärjistymistä ja väestön jakautumista erityisesti tulojen ja toimeentulon suhteen. Väestön polarisoituessa tapahtuu ”kaksinapaistumista” joko niin, että ääripäät eriytyvät toisistaan entistä enemmän (menestyjillä menee entistä paremmin, syrjäytyneillä huonommin) tai niin, että enemmistö voi hyvin ongelmien kasautuessa osalle väestöstä. (Karvonen ja Koivusilta 2009.) Pääkaupunkiseudun on esitetty olevan polarisoitunut. Sosiaaliselta rakenteeltaan erilaisia pääkaupunkiseudun alueita on kartoittanut esimerkiksi Mari Vaattovaara (1999), jonka tutkimuksessa 10 prosenttia asuinalueista erottuu huono-osaisina. Vaikka osuus on suhteellisen pieni ja alueellinen kuva sirpalemainen, on erottuminen muusta kaupunkiseudusta varsin voimakasta. Erityisesti työttömyys ja vuokra-asuminen ovat näillä alueilla huomattavasti yleisempää ja tulotaso alhaisempi kuin muualla. Vaattovaaran mukaan paikalliset, esimerkiksi sosiaaliseen sekoittamiseen liittyvät toimet ovat kuitenkin osaltaan estäneet ongelma-alueiden kasautuvan kehityksen. Tuoreemmassa tutkimuksessa Matti Kortteinen ja Mari Vaattovaara (2007) esittävät, että näyttö pääkaupunkiseudun alueellisesta ja sosiaalisesta eriytymisestä on vahvaa. Heidän mukaansa

seutu on eriytynyt uudella tavalla 1990-luvun rakennemurroksen jälkeen. ”Kun yhtäällä tapahtuu väestön huono-osaistumista ja toisaalla varakas väestönosa menestyy aiempaa paremmin ja kun kummatkin keskittyvät Helsingin alueelle ja entistä enemmän omille alueilleen, voidaan kokoa-
vasti puhua Helsingin sosiaalisen ja alueellisen rakenteen muuttumisesta kaksijakoiseksi.” (Kortteinen ja Vaattovaara 2007, 138.) Analyysi etnisten vähemmistöjen keskittymisestä puolestaan osoittaa kuinka tämä väestön-
osa keskittyy paitsi alueellisesti myös yksittäisiin rakennuksiin. (Vilkama 2006.) On kuitenkin huomioitava, että esimerkiksi terveyden osalta on todettu, että polarisaatio on pikemminkin hypoteesi kuin todennettu väite. (Karvonen ja Koivusilta 2009.) Koko maassa havaittu taloudellisen eriar-
voisuuden kasvu 1990-luvun puolivälin jälkeen johtui pääasiassa alueiden sisäisen eriarvoisuuden kasvusta. Tulonjaon tasa-arvoisuutta mittaava Gini-
kerroin osoittaa, että pääkaupunkiseudulla tulotason lisäksi taloudellinen eriarvoisuus on korkeampaa kuin muualla maassa. (Riihelä 2009.)

3 Tutkimuksen toteutus

Tässä luvussa esitellään lyhyesti hyvinvoinnin suuntauksia ja siihen liittyvän tutkimuksen näkökulmia. Tutkimuksen toteutusta tarkastellaan esittelemällä tutkimusaineisto joka koostuu kyselylomakkeella kerätystä aineistosta ja teemahaastatteluaineistosta.

Hyvinvoinnin näkökulmia

Suurin osa suomalaisista voi hyvin, tulee taloudellisesti suhteellisen hyvin toimeen ja elää kohtuullisen terveenä. Tästä huolimatta viime aikojen kehityksen suuntaviivoja Suomessa ovat tutkimusten mukaan olleet hyvinvointierojen kasvaminen, eriarvoisuuden lisääntyminen, suhteellisen köyhyyden kasvu ja hoivan resurssien niukkeneminen. Tämä kehitys on ollut selvästi näkyvissä erityisesti pääkaupunkiseudulla, missä maamme taloudellisen hyvinvoinnin ääripäät, korkeimman ja alhaisimman tulotason ihmiset, asuvat. Pääkaupunkiseutu kantaa Suomen ainoana suurkaupunkialueena väestöosuuttaan suuremman taakan tietyistä sosiaalisista ongelmista, kuten asunnottomista, pitkäaikaistyöttömistä, syrjäytymisvaarassa olevista maahanmuuttajista ja nuorista päihdeongelmaisista.

Hyvinvoinnin käsitteellä on paljon erilaisia määritelmiä ja painotuksia. Pohjoismaisessa traditiossa hyvinvointia on yleensä mitattu indikaattoreilla, joita kutsutaan elintasoksi, elinoloiksi tai elämisen laaduksi. Suomessa tunnetuin teoreettinen hyvinvointimalli on Erik Allardtin (1976) kehittämä jaottelu hyvinvoinnin kolmeen eri osa-alueeseen: having (aineelliset resurssit), loving (liittyminen) ja being (itsensä toteuttaminen). Lista on myöhemmin usein liitetty doing (mielekäs tekeminen). Allardt (1989) on myös korostanut, että kattavan kuvan saamiseksi on yhdistettävä objektiiv-

visia ja subjektiivisia tietoja, sillä ilman mielipidetiedusteluja on olemassa aina ylhäältä ohjautumisen vaara.

Hyvinvoinnin voi sanoa koostuvan myös ihmisen jokapäiväiselle elämälle tärkeistä tekijöistä tai ulottuvuuksista. Keskeisimpiä näistä ovat terveys, taloudellinen toimeentulo, työ, koulutus, asuminen, turvallisuus ja sosiaaliset suhteet. Näiden merkitys vaihtelee ihmisen elinkaaren aikana, eikä niitä voi panna tärkeysjärjestykseen (Kautto 2006). Hyvinvoinnin tutkimukseen kehitetyillä mittareilla on pitkä perinne. Taloudellisia hyvinvointimittareita, sosiaali-indikaattoreita ja ajankäyttötutkimuksia on käytetty kuvaamaan ihmisten hyvinvointia. Samoin ihmisten kokemuksia ja näkemyksiä onnellisuudesta ja elämään tyytyväisyydestä on kartoitettu. Näiden mittareiden tarjoamassa kuvassa on kuitenkin puutteita. Ne kuvaavat hyvinvointia yhtäältä hyvin yleisellä ja toisaalta taas rajatun spesifillä tasolla. Lisäksi niissä tehdään etukäteen oletuksia siitä, mistä hyvinvointi muodostuu. Tutkimusta tulisi tehdä arjen tasolla, missä hyvinvointi syntyy ja muotoutuu henkilökohtaisena kokemuksena (Raijas 2008, 1).

Viime aikojen keskusteluun hyvinvoinnista on nostettu myös uusia ulottuvuuksia. Osallisuus on nähty tärkeänä hyvinvoinnin tuojana. Näin hyvinvoinnin olennainen osa on ihmisen mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä ja kokea se mielekkääksi. Ihmisten pahoinvointiin on nähty merkittävänä syinä heidän sitoutumisen puutteensa ja vieraantumisen omasta palvelutapahtumastaan (Mokka ja Neuvonen 2006).

Hyvinvoinnin on perinteisesti katsottu muodostuvan kokonaisuudesta, johon vaikuttavat läheiset perhesuhteet, taloudellinen turvallisuus, työ, yhteisöllisyys ja ystävät, terveys sekä henkilökohtainen vapaus ja arvot. Hyvinvointitutkimusta on tehty runsaasti, mutta tieto on pirstaloitunutta. Erityisesti tieto koetusta hyvinvoinnista on edelleen puutteellista ja sen mittaamisen vaatii kehittämistä (Raijas 2008, 11–12).

Tutkimusaineisto ja menetelmät

Kvantitatiivinen aineisto – kyselytutkimus

Tutkimus kohdistettiin Espoon, Helsingin, Kauniaisten ja Vantaan kaupunkien asukkaille. Kvantitatiivinen tutkimusaineisto kerättiin vuonna 2008 postikyselyllä, jota varten Väestörekisterikeskuksesta tilattiin satunnaisotanta 18–79-vuotiaista. Otoksen koko oli Helsingistä 4000, Espoosta ja Vantaalta molemmista 2500 ja Kauniaisista 500 eli yhteensä 9500.

Aineisto on kerätty keväällä ja alkukesällä 2008, jolloin uutiset taloudellisesta taantumasta eivät ylittäneet päivittäistä mediakynnystä. Kyselyssä oli mukana uusia, tätä tutkimusta varten kehitettyjä kysymyksiä. Kyselyssä hyödynnettiin myös aiemmin tehtyjä hyvinvointikyselyjä (esim. Stakesin hyvinvointitutkimus, Ikihyvä Päijät-Häme), joiden kysymyksiä muokattiin tätä tutkimusta paremmin palveleviksi.

Otokseen valituille henkilöille lähetettiin kyselylomake postitse toukokuussa 2008. Kyselyt lähtivät suomen- ja ruotsinkielisinä. Vastauksia karhuttiin ensimmäisen kerran eKortilla kesäkuussa. eKortti on sähköisesti tilattavissa oleva kortti, joka saapuu vastaanottajalle perinteisen postikortin muodossa. Toinen karhuaminen tehtiin myöhemmin syksyllä, jolloin karhukirjeen mukana lähetettiin myös uusi kopio kyselylomakkeesta. Tällä kertaa kyselylomakkeita lähetettiin kotimaisten kielten lisäksi myös somalin-, venäjän- ja englanninkielisinä.

Vastauksia saatiin 3924 kappaletta ja vastausprosentti oli 41 %. Kunnittain vastausprosentit vaihtelivat melkoisesti. Korkein vastausprosentti oli Kauniaisissa (48 %) ja alhaisin Vantaalla (39 %).

Taulukko 2. Vastaajamäärät ja -prosentit alueittain (kahden vastaajan asuinalue ei ole tiedossa)

Kunta	Vastaajien lukumäärä	% kaikista vastanneista	Vastausprosentti kunnittain
Espoo	1031	26	41
Helsinki	1677	43	42
Kauniainen	239	6	48
Vantaa	975	25	39
Yhteensä	3922		

Tutkimusaineisto on hieman vinoutunut iän ja sukupuolen mukaan. Naiset ja vanhin ikäluokka ovat tutkimuksessa yliedustettuina. Lisäksi yliedustettuina tutkimuksessa olivat Kauniainen, korkeasti koulutetut ja eläkeläiset. Tutkimusaineiston edustavuutta parannettiin tutkimuspopulaatiota vastaavilla painokertoimilla, joita käytetään koko pääkaupunkiseutua kuvaavissa analyyseissä. Kuntien välisissä vertailuissa tekstissä mainitaan tilastollisesti merkitsevät erot. Kuntakohtaiset tulokset löytyvät osoitteesta: <http://www.socca.fi/> kohta Julkaisut.

Taulukko 3. Vastaajien painottamattomat taustatiedot (suluissa kaupunkien todellinen jakauma 2008)

	PKS %	Espoo %	Helsinki %	Kauniainen %	Vantaa %
Ikä					
18–25	8	8 (14)	9 (15)	5 (13)	8 (13)
26–34	34	33 (20)	35 (21)	28 (11)	34 (19)
35–64	37	38 (55)	35 (51)	41 (59)	38 (56)
65–80	21	21 (11)	21 (13)	26 (17)	19 (11)
Keskiarvo (<i>keskihajonta</i>)	49 (16)	49 (16)	49 (17)	52 (16)	49 (16)
Sukupuoli					
Nainen	61	61 (51)	63 (53)	58 (51)	60 (51)
Mies	39	39 (49)	37 (47)	42 (49)	40 (49)
Siviilisäätty					
Naimaton	18	14	24	13	13
Avoliitossa	52	59	41	67	60
Avoliitossa	15	14	16	8	16
Eronnut	9	8	10	8	8
Leski	4	5	4	4	3
Korkein koulutus					
Kansakoulu/ keskikoulu/peruskoulu	12	12	11	3	16
Ammattikurssi/ työn ohessa saatu koulutus	5	5	5	5	7
Ammattikoulu tai -kurssi	12	10	11	7	17
Lukio/ylioppilastutkinto	11	10	13	9	10
Opistotason tutkinto	20	23	18	18	22
Ammattikorkeakoulututkinto	10	10	10	8	11
Yliopisto/korkeakoulututkinto	28	30	31	50	17
Muu	1	1	1	1	1

(N=3924) Lähde: SOTKANet

Kyselylomakkeen teemoina olivat asuminen, terveys, työelämä, arjen kokemukset sekä taloudellinen tilanne. Kysymykset vastaajan taustasta

löytyivät kyselyn lopusta. Suurin osa kysymyksistä oli esikoodattuja monivalintakysymyksiä. Avovastauskysymyksiä oli yhteensä neljä.

Kvalitatiivinen aineisto - nuorten teemahaastattelut

Kyselylomakkeesta nousseiden ilmiöiden perusteella haastatteluihin valittiin erityisryhmänä nuoret, 18–25-vuotiaat. Haastatteluun haluttiin mukaan työssäkäyviä, opiskelevia, toimeentulotukea ja Kelan kuntoutusrahaa saavia nuoria, toisin sanoen eri elämäntilanteissa olevia nuoria.

Haastateltavien etsiminen pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimukseen käynnistettiin toukokuussa 2009. Nuoria etsittiin Internetin keskustelupalstoille ja yliopiston ilmoitustauluille vietyjen ilmoitusten avulla. Haastattelukutsua lähetettiin eteenpäin myös Vantaan sosiaalitoimen työntekijöiden, Nuorisosuntoliiton, Espoon työhönvalmennuskeskuksen sekä nuorten hyvinvointipalveluita tuottavan Osuuskunta Toivon kautta. Muutamia haastateltavia pyydettiin haastatteluun myös lumipallomennelmällä eli jo olemassa olevien kontaktien avulla. Haastatteluja tehtiin yhteensä 25 kappaletta. Haastateltavista naisia oli 15, joista nuorin oli 18 ja vanhin 25-vuotias. Keski-ikä oli 21,5 vuotta. Naisista neljä asui Espoossa, kymmenen Helsingissä ja yksi Vantaalla. Kymmenen haastateltua miestä olivat iältään 19–25-vuotiaita, keski-ikä oli 22,5 vuotta. Heistä kuusi oli Espoosta ja neljä Helsingistä.

Haastattelut toteutettiin tutkijan ja nuoren välisinä teemahaastatteluina. Haastattelusta suurin osa tehtiin Soccan tiloissa. Osa haastatteluista tehtiin kahviloissa eri puolilla pääkaupunkiseutua ja Espoon työhönvalmennuskeskuksessa. Haastattelutilanteet olivat paikasta riippumatta pääsääntöisesti luontevia, ja nuoret haastateltavat vastasivat avoimesti luottamuksellisiinkin kysymyksiin.

Haastattelujen kestot vaihtelivat vajaasta tunnista vähän yli kahteen tuntiin. Jokaisen haastateltavan kanssa puhuttiin yhden kerran. Haastateltaville kerrottiin tutkimushankkeen taustasta ja päämääristä sekä miksi tutkimukseen haluttiin kuuluviin erityisesti nuorten ääni. Haastattelun aluksi pyydettiin lupa nauhoitukseen sekä käytiin läpi tutkimuksen vapaaehtoisuus ja mahdollisuus olla vastaamatta kysymyksiin, joihin vastaaminen olisi tuntunut epämukavalta. Vastaajalle kerrottiin myös tutkimuksen luottamuksellisuudesta sekä tutkimusraportin muodosta eli siitä, ettei yksittäistä vastaajaa voi tutkimusraportista tunnistaa.

Osa haastateltavista oli selkeästi pohtinut haastattelurungossa esitettyjä kysymyksiä jo aikaisemmin. Jotkut haastateltavista taas pohtivat selvästi

useita kysymyksiä ensimmäistä kertaa. Ensin mainittua havaintoa tukivat laveat vastaukset, joissa kuvastui asian syvempi reflektointi ja merkityksellisyys itselle. Jälkimmäistä sen sijaan kuvastivat vastaukset, joissa haastateltava ilmaisi suoraan, ettei ollut tullut ajatelleeksi asiaa aikaisemmin.

Kirsi Nousiainen (2004, 39) kuvaa väitöskirjassaan haastattelutilanteiden nostattamia ristiriitaisia tunteita. Tätä tutkimusta varten tehdyissä haastatteluissa useat haastateltavat kertoivat lapsuuteensa, perheeseensä tai elämäntilanteeseensa liittyvistä vaikeuksista. Usea haastateltava oli kokenut vanhempien avioeron, vanhempien mielenterveys- tai päihdeongelmia, tai omaan mielenterveyteen ja yleisesti oman paikan etsimiseen liittyviä hankaluuksia. Näiden asioiden jakaminen herätti myös haastattelijoiissa erilaisia tunteita. Haastattelutilanteiden purkamisen kannalta olikin ihanteellista, että hankkeessa oli useampi työntekijä, joiden kanssa haastattelutilanteissa heränneitä tunteita saattoi jälkeenpäin purkaa.

Kuten Pasi Moisio ym. toteavat (2008, 21), on nuori ikäryhmä (18–30) elämässään tärkeässä taitekohdassa, jossa niin toimeentulon kuin psykososiaaliset ja terveydelliset ongelmat ovat yleisiä. Olimme jossain määrin ennalta varautuneet siihen, että haastatteluissa saattaisi tulla ilmi vaikeita asioita ja avun tarvetta. Yllättävää kuitenkin oli, että nämä asiat olisivat ilmeisiä lähestulkoon jokaisen haastateltavan kohdalla. Moni haastateltava viittasikin siihen, että yhteiskunnassamme on vallalla kaksinaapainen, polarisoitunut käsitys (henkisestä) hyvinvoinnista, jossa mielenterveysongelmien yleisyyttä ja erilaisia asteita ei tunnisteta. Tämä heijastuu myös (kunnallisiin) mielenterveyspalveluihin, joissa vain vakavasti oireilevat saavat nopeasti apua. Moni nuori peräänkuulutti hyvinvoinnin normien ja mittareiden uudelleenmäärittelyn lisäksi tarvetta matalan kynnyksen mielenterveyspalveluiden lisäämiseen.

Haastatteluiden päätteeksi jokainen haastateltava sai tutkimuksen yhteystiedot sekä kattavan listan erilaisista nuorille suunnatuista tukipalveluista yhteystietoineen. Antamalla tietoja nuorille suunnatuista tukipalveluista haluttiin varmistua siitä, että jos haastattelu esimerkiksi herätti kipeitä muistoja, oli nuorella käsillään puhelinnumero johon hän pystyi soittamaan. Haastattelun lopuksi nuoret palkittiin elokuvalipulla.

Kaksi haastateltavaa oli taustaltaan monikulttuurisia. Haastattelurunko oli heidän kohdallaan sama kuin muilla. Haastattelun kuluessa kulttuurinen tausta tuli molempien haastateltavien kohdalla esiin lähinnä siinä, mitä haastateltavat omasta elämästään kertoivat. Olisiko haastattelukysymyksiä pitänyt pohtia ennen näitä haastatteluja kulttuurisensitiivisistä näkökul-

masta käsin? Mahdollisesti erilaiset kysymykset olisivat saattaneet tuoda paremmin esille maahanmuuttajataustaisen nuoren hyvinvointiin ja arkeen vaikuttavia tekijöitä. Tämän tutkimuksen puitteissa ei kuitenkaan ollut tarkoitus hakea vastausta juuri tähän kysymykseen, vaikka maahanmuuttajataustaisia nuoria asuukin pääkaupunkiseudulla enemmän kuin muualla Suomessa. Nämä haastattelut rikastavat osaltaan tutkimuksen tuloksia, ja laajentavat pääkaupunkiseudun nuorten hyvinvoinnista rakentuvaa kuvaa.

4 Tutkimuksen kvantitatiivinen osio – tuloksia

Tässä luvussa esitellään tutkimuksen kvantitatiivisen osion tuloksia sekä tarkastellaan niitä suhteessa muihin samoja teemoja sivuaviin tutkimustuloksiin.

Asumisoloihin ollaan tyytyväisiä

Asumiskokemuksia tarkastellaan ensin pääkaupunkiseudun näkökulmasta. Asumista koskevat kysymykset kartoittavat myös asumisaikaa, turvallisuutta sekä tyytyväisyyttä asuinalueeseen ja asuntoon. Tämän tutkimuksen tuloksia tarkastellaan myös suhteessa Kaupunki- ja kuntapalvelut–kyselyyn 2008, jossa selvitettiin asukkaiden kuntapalveluja ja hallintoa koskevia mielipiteitä.

Yli puolet vastaajista asuu kerrostalossa ja suurin osa omistusasunnossa. Asunnon henkilöluku on keskimäärin 2,4 asukasta. Yksinasujia vastaajista on lähes neljännes.

Taulukko 3. Vastaajien asumismuodot

	PKS %	Espoo %	Helsinki %	Kauniainen %	Vantaa %
Asuintalo					
Kerrostalo	58	45	77	30	45
Rivitalo	15	19	9	24	17
Paritalo	8	12	4	11	8
Omakotitalo	18	22	8	31	28
Muu	2	2	1	3	1
Asunnon omistusmuoto					
Omistusasunto	70	73	63	77	76
Asumisoikeus-tai osaomistusasunto	3	5	3	1	4
Kunnan vuokra-asunto	9	8	17	6	5
Yksityinen vuokra-asunto	10	9	14	10	5
Muu arava-asunto	4	3	4	2	6
Muu	4	3	4	4	3
Asuinkunnan keskipaino	2,4	2,5	2,2	2,8	2,5
Yksinasujia	24	19	31	18	17

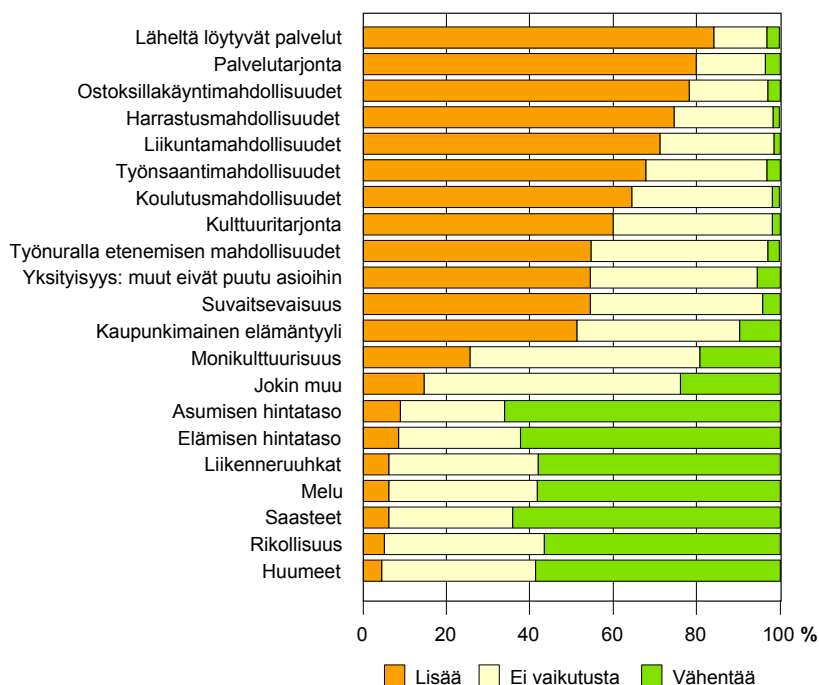
N=3924

Asuminen pääkaupunkiseudulla

Metron tuomat -tutkimuksessa tarkasteltiin itähelsinkiläisten kokemuksia hyvinvoinnistaan. Kyselytutkimus toteutettiin vuonna 2001, ja siihen vastanneita oli yhteensä 1581. Tutkimuksessa tarkasteltiin esimerkiksi osallisuutta näkökulmasta, jossa asukkaat antavat merkityksiä eri asioille elämänpiirissään. Asioiden merkityksellisenä pitämisen katsottiin osoittavan, millä käytännön tavoilla asukkaat osallistuvat asuinalueen toimintaan (Eronen ym. 2002, 45). Tutkimuksen tulokset osoittivat, että itähelsinkiläiset kokivat itselleen merkityksellisimmäksi asiaksi ulkoilu-mahdollisuudet ja luonnon. Toiseksi merkittävin oli työpaikka, sen jälkeen tulivat kirjastopalvelut, sekä liikunta- ja uimahallit. Viimeksi mainitut palvelut korostuivat erityisesti maahanmuuttajien ja vähän aikaa alueella asuneiden vastauksissa. Seuraavana merkityksellisten asioiden listalla olivat lemmikkieläimet, kulttuuritarjonta, kahvilat ja kirpputorit. Yhdistysten ja

järjestöjen toiminta, seurakuntien toiminta, kerhot ja poliittinen toiminta olivat itähelsinkiläisille vähiten merkityksellisiä (mt. 2002, 46).

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa listattiin 20 pääkaupunkiseutuun liitettyä asiaa ja vastaajia pyydettiin arvioimaan viisiportaisella asteikolla missä määrin listatut tekijät lisäävät tai vähentävät halua asua pääkaupunkiseudulla. Eniten halua asua pääkaupunkiseudulla lisäsivät konkreettiset, usein jokapäiväistä elämää helpottavat tekijät, kuten läheltä löytyvät palvelut, palvelutarjonta ja ostoksillakäyntimahdollisuudet. Eniten halua asua pääkaupunkiseudulla vähensivät asumisen ja elämisen hintatasot sekä saasteet. Kohtaan 'jokin muu' vastaajat listasivat yhteensä 276 muuta asiaa, jotka joko lisäsivät tai vähensivät halua asua pääkaupunkiseudulla. Näitä muita lisääviä tekijöitä olivat muiden muassa lähellä asuvat ystävät ja sukulaiset sekä hyvät yhteydet ulkomaille, kun taas ilkeävalta, epäsiisteys ja marginaaliryhmät koettiin asumisen halua vähentäväksi tekijäksi.



Kuvio 1. Tekijät, jotka lisäävät tai vähentävät halua asua pääkaupunkiseudulla

Kuntien välisissä vertailuissa löytyi useita tilastollisesti merkitseviä eroja. Kaupunkimainen elämäntyyli saa selvästi vähemmän kannatusta Espoossa ja Vantaalla kuin Helsingissä. Kauniaisissa harrastus- ja liikuntamahdollisuudet sekä läheltä löytyvät palvelut kiinnittävät asukkaita pääkaupunkiseutuun Espoon, Helsingin ja Vantaan asukkaita enemmän, kun taas asumisen ja elämisen hintatasot sekä rikollisuus eivät vähennä kauniaislaisten halua asua pääkaupunkiseudulla. Kauniaislaiset kokevat myös muita useammin, että monikulttuurisuus ei vähennä heidän haluansa asua pääkaupunkiseudulla. Vantaalla niiden osuus, joiden mielestä monikulttuurisuus ja suvaitsevaisuus lisää halukkuutta asua pääkaupunkiseudulla on pienempi kuin Helsingissä ja Kauniaisissa. Palvelutarjonta ei lisää espoolaisten ja vantaalaisten halua asua pääkaupunkiseudulla yhtä paljon kuin kauniaislaisten. Muualla pääkaupunkiseudulla niiden osuus, jotka kokevat kulttuuritarjonnan lisäävän heidän asumishaluaan on suurempi kuin Vantaalla.

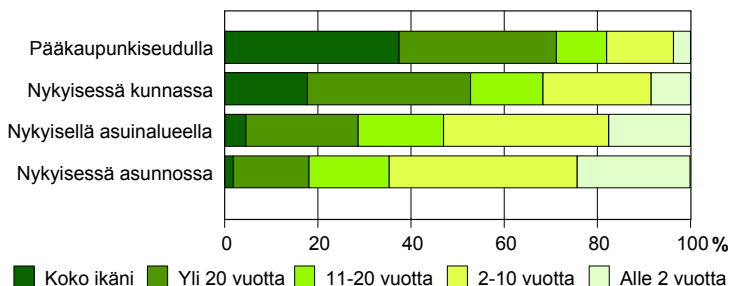
Kaksi nuorinta ikäluokkaa (18–25 ja 26–45) kokee muita ikäluokkia enemmän, että harrastus- ja liikuntamahdollisuudet, monikulttuurisuus, palvelutarjonta ja suvaitsevaisuus lisää heidän haluaan asua pääkaupunkiseudulla. Elämänvaihe näkyy nuorten vastauksissa selvästi. Kaksi nuorinta ikäluokkaa (18–25 ja 26–45) arvostaa työnsaantimahdollisuuksia vanhempia ikäluokkia enemmän. Heille tärkeää pääkaupunkiseudulla on myös tyouralla eteneminen, koulutusmahdollisuudet ja läheltä löytyvät palvelut, ostosillakäyntimahdollisuudet ja kaupunkimainen elämäntyyli. Vanhin ikäluokka (65–79-vuotiaat) ei koe liikenneuhkien, melun, saasteiden, rikollisuuden sekä elämisen ja asumisen hintatasojen vähentävän heidän haluansa asua pääkaupunkiseudulla yhtä paljon kuin muut ikäluokat.

Naiset kokevat kulttuuritarjonnan, harrastus- ja liikuntamahdollisuudet pääkaupunkiseudulla merkittävämmäksi kuin miehet. Naiset myös arvostavat enemmän alueen palvelutarjontaa, koulutusmahdollisuuksia, ostosillakäyntimahdollisuuksia, suvaitsevuutta ja kaupunkimaista elämäntyyliä. Miehet kokevat naisia useammin monikulttuurisuuden vähentävän halua asua pääkaupunkiseudulla. Naisten halua pääkaupunkiseudulla asumiseen sen sijaan vähentävät saasteet, ja rikollisuus enemmän kuin miesten.

Asumisaika

Vastaajilta kysyttiin asumisaikaa pääkaupunkiseudulla, omassa kunnassa, omalla asuinalueella ja nykyisessä asunnossa. Yli puolet vastaajista oli asunut pääkaupunkiseudulla ja nykyisessä asuinkunnassaan joko koko ikänsä tai

yli 20 vuotta. Nykyisellä asuinalueella tai nykyisessä asunnossa yli puolet vastaajista oli asunut kymmenen vuotta tai vähemmän aikaa.



Kuvio 2. Asumisaika

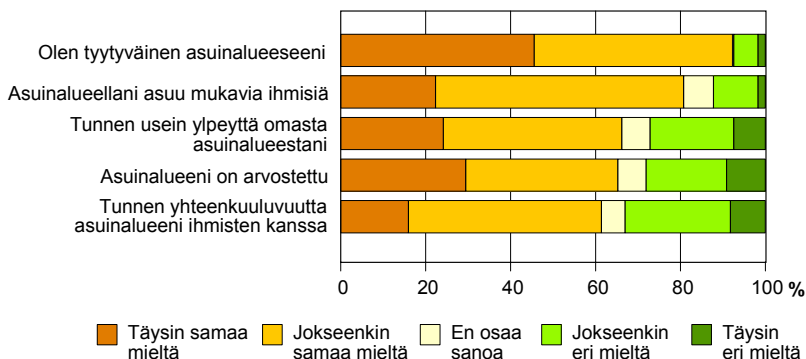
Helsinkiläiset ovat asuneet pääkaupunkiseudulla keskimäärin vähemmän aikaa kuin muut pääkaupunkiseutulaiset. Ikäryhmistä 18–25-vuotiaat jakautuvat selvimmin niihin, jotka ovat asuneet pääkaupunkiseudulla joko koko ikänsä tai muuttaneet seudulle viimeisen kymmenen vuoden aikana. Tasaisimmin asumisajan suhteen jakautuvat 26–45-vuotiaat. Kaksi vanhinta ikäryhmää (46–64- ja 65–79-vuotiaat) ovat asuneet pääkaupunkiseudulla yleisimmin yli 20 vuotta, ja suuri osa heistä koko ikänsä.

Asuinkunnassaan ovat alle 10 vuotta asuneet yleisimmin 26–45-vuotiaat. Nuoret jakautuvat taas kahtia asumisajan perusteella – koko ikänsä kunnassaan asuneisiin ja vastamuuttaneisiin. Iäkkäimmät ovat asuneet asuinalueellaan vähintään 20 vuotta. Asuinalueellansa ja nykyisessä asunnossa ovat kaksi nuorinta ikäluokkaa asuneet lyhimmän, ja kaksi vanhinta ikäluokkaa keskimäärin pisimmän ajan.

Tilastollisesti merkitseviä eroja asumisajassa löytyi myös tuloluokkien välillä. Suurituloisimmat vastaajat ovat asuneet keskimäärin pisimpään ja pienituloisimmat lyhimmän ajan pääkaupunkiseudulla, asuinalueella, kunnassaan sekä asunnossaan.

Tyytyväisyys asuinalueeseen

Tyytyväisyyttä asuinalueeseen mitattiin aluetta koskevilla väittämillä ja monivalintakysymyksillä. Vastauksista kuvastuu yleinen tyytyväisyys asuinalueeseen ja siellä asuviin ihmisiin, sekä ylpeys asuinalueesta ja arvostuksen tunne omaa asuinaluetta kohtaan.

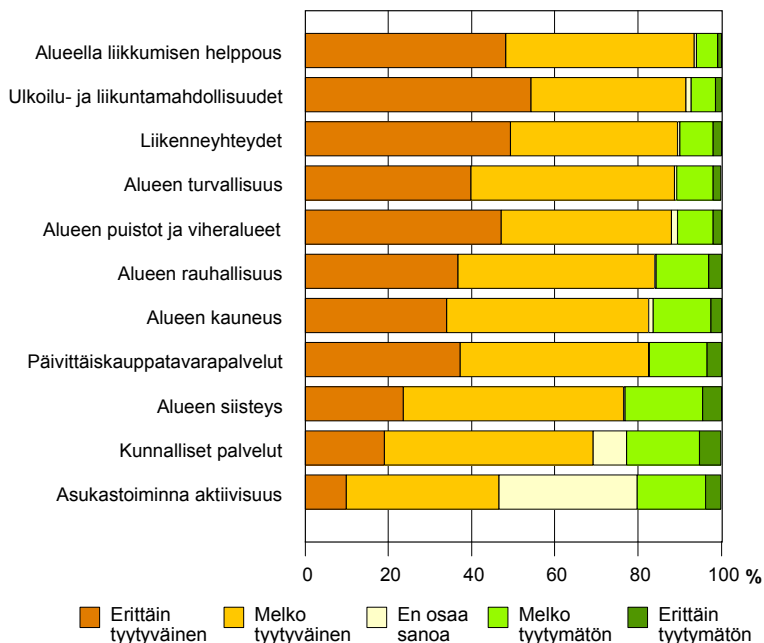


Kuvio 3. Tyytyväisyys asuinalueeseen

Vaikka suurin osa (89 %) vantaalaisista on tyytyväinen asuinalueeseensa, he ovat kuitenkin hieman muita tyytymättömämpiä asuinalueeseensa. Kauniaislaiset ovat selvästi tyytyväisimpiä. He myös tuntevat eniten yhteenkuuluvuutta muiden alueen asukkaiden kanssa, pitävät alueen ihmisiä mukavina, tuntevat ylpeyttä asuinalueestaan ja pitävät sitä arvostettuna.

Tyytyväisyys asuinalueeseen kulkee lineaarisesti iän kanssa. Vanhimmat ikäluokat (46–64 ja 65–79) ovat selvästi tyytyväisempiä asuinalueeseensa joka suhteessa. Myös naiset kokevat miehiä useammin että heidän asuinalueellaan asuu mukavia ihmisiä. He ovat myös miehiä ylpeämpiä asuinalueestaan.

Tyytyväisyyttä asuinalueeseen mitattiin myös monivalintakysymyksellä 11 muuttujan avulla. Näitä olivat liikenneyhteydet, päivittäiskauppatavarapalvelut, kunnalliset palvelut, ulkoilu- ja liikuntamahdollisuudet, alueen puistot ja viheralueet, alueen kauneus, alueen siisteys, alueen rauhallisuus, alueen turvallisuus, alueella liikkumisen helppous ja asukastoiminnan aktiivisuus. Lukuun ottamatta asukastoiminnan aktiivisuutta, yli puolet vastaajista on tyytyväisiä kysyttyihin asioihin.



Kuvio 4. Tyytyväisyys asuinalueita kuvaaviin muuttujiin

Liikenneyhteyksiin tyytyväisimpiä ovat helsinkiläiset ja kauniaislaiset, vähiten tyytyväisiä espoolaiset ja vantaalaiset. Kauniaisissa asuvat ovat kunnallisiin palveluihin erittäin tyytyväisiä, muiden välillä ei ole eroja. Alueensa kauneuteen tyytymättömmimpiä ovat vantaalaiset.

Vanhimmat ikäryhmät (46–64 ja 65–79) ovat alueeseensa yleisesti tyytyväisimpiä. Eroja ikäryhmien välillä löytyy tyytyväisyydessä kunnallisiin ja muihin palveluihin, ulkoilu- ja liikuntamahdollisuuksiin, puistoihin ja viheralueisiin, alueen kauneuteen ja turvallisuuteen, alueella liikkumisen helppouteen sekä asukastoiminnan aktiivisuuteen. Nuorin ikäryhmä (18–25) on asuinalueen siisteyteen hieman muita tyytyväisempi ja mutta tyytymättömin sen rauhallisuuteen.

Ulkoilu- ja liikuntamahdollisuudet, kunnalliset palvelut, alueen turvallisuus sekä asukastoiminnan aktiivisuus tuottivat sukupuolten välille eroja siten, että naiset ovat miehiä useammin erittäin tyytyväisiä kunnallisiin palveluihin, sekä ulkoilu- ja liikuntamahdollisuuksiin. Myös asukastoiminnan aktiivisuuteen he ovat jonkin verran tyytyväisempiä. Miehet

kokevat ainoastaan asuinalueensa turvallisuuden paremmaksi kuin naiset. Suurituloisimmat ovat tyytyväisimpiä asuinalueeseensa rauhallisuuteen, kauneuteen ja turvallisuuteen.

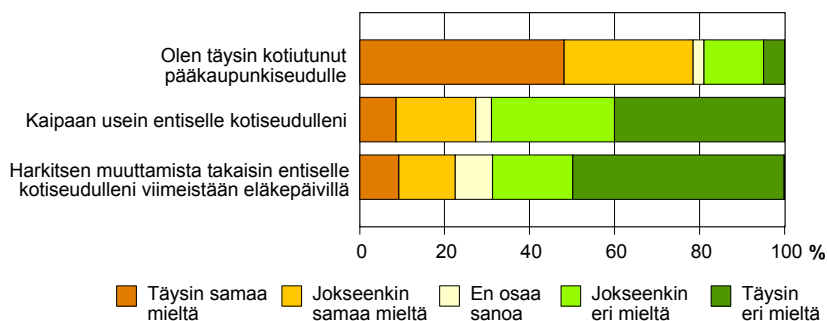
Kaupunki- ja kuntapalvelut – kysely 2008 (myöhemmin tekstissä KAPA 2008) tiedusteltiin vastaajien tyytyväisyyttä asuinalueensa liikenneyhteyksiin. Espoolaisista 76 prosenttia oli tyytyväisiä, 18 prosenttia tyytymättömiä. Helsinkiläisistä 88 prosenttia oli tyytyväisiä, 8 prosenttia tyytymättömiä. Kaikista vastaajista tyytyväisiä oli keskimäärin 65 prosenttia.

KAPA 2008 -kyselyssä kysyttiin tyytyväisyyttä rakennetun ympäristön viihtyvyyteen ja kauneuteen. Tämä poikkeaa pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen kysymyksestä, jossa tiedusteltiin tyytyväisyyttä ”asuinalueen kauneuteen”. Tulosten mukaan ympäristön viihtyvyyteen ja kauneuteen oli tyytyväisiä keskimäärin 68 prosenttia vastaajista. Helsingissä tyytyväisiä oli 70 prosenttia vastaajista, tyytymättömiä taas 19 prosenttia. Espoossa tyytyväisten osuus oli 69 prosenttia ja tyytymättömien 19 prosenttia vastaajista.

Samassa kyselyssä kysyttiin tyytyväisyyttä asuinalueen rauhallisuuteen ja yleiseen järjestykseen. Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa kysyttiin vastaajien tyytyväisyyttä asuinalueen rauhallisuuteen. Vastaajista rauhallisuuteen ja yleiseen järjestykseen tyytyväisten osuus oli keskimäärin 83 prosenttia. Espoolaisista vastaajista 83 prosenttia oli tyytyväisiä rauhallisuuteen ja yleiseen järjestykseen, 11 prosenttia tyytymättömiä. Helsingin vastaajien keskuudessa vastaava jakauma oli 77 ja 17 prosenttia.

Muualta muuttaneiden kotiutuminen pääkaupunkiseudulle

Kyselyssä oli oma osionsa niille, jotka olivat muuttaneet pääkaupunkiseudulle sen ulkopuolelta. Osiossa tiedusteltiin kolmen väittämän avulla kuinka hyvin he ovat kotiutuneet pääkaupunkiseudulle. Muualta muuttaneista yli neljäsosa (28 %) kaippaa usein entiselle kotiseudulleen ja lähes saman verran (23 %) harkitsee muuttamista takaisin viimeistään eläkkeelle jäätyään. Kolmannessa väittämässä suurin osa (79 %) ilmoitti kuitenkin täysin kotiutuneensa pääkaupunkiseudulle.



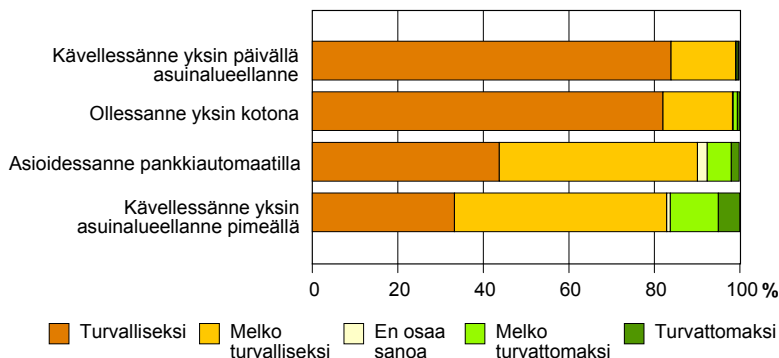
Kuvio 5. Muualta muuttaneiden kotiutuminen pääkaupunkiseudulle

Ikäryhmistä nuorin (18–25) kaipaa eniten entiselle kotiseudulleen, harkitsee eniten takaisin muuttamista ja kokee vähiten kotiutuneensa pääkaupunkiseudulle. Vantaalaiset kaipaavat entiselle kotiseudulleen muita enemmän. Täysin pääkaupunkiseudulle kotiutuneita löytyy enemmän naisista kun miehistä. Pienituloisimmat ovat kotiutuneet tänne huonommin ja kaipaavat enemmän takaisin kotiseudulleen kuin suurituloisimmat.

Turvallisuus

KAPA 2008 -kyselyssä oli mukana turvallisuutta koskeva kysymys, joka vastaa pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa käytettyä kysymystä. KAPA 2008 -kyselyssä vastaajia on pyydetty arvioimaan, kokevatko he asuinalueellaan kävelyn päivällä ja myöhään illalla turvalliseksi. Hyvinvointitutkimuksessa on vastaavasti kysytty, tunteeko vastaaja asuinalueella kävelyn turvalliseksi päivällä ja pimeällä.

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa kysyttiin lisäksi, kuinka turvalliseksi vastaajat tuntevat olonsa asioidessaan pankkiautomaatilla ja ollessaan yksin kotona. Vastausvaihtoehdot olivat hyvinvointitutkimuksessa ja KAPA 2008 -kyselyssä samat: turvalliseksi, melko turvalliseksi, melko turvattomaksi, turvattomaksi ja en osaa sanoa. Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen vastaajista suurin osa tunsikin olonsa turvalliseksi tai melko turvalliseksi kaikissa tilanteissa. Eniten turvattomuutta koettiin käveltäessä yksin pimeällä (17,2 %). KAPA 2008 -kyselyssä Espoon vastaajista 11 prosenttia koki olonsa turvattomaksi liikkeessaan asuinalueella jalan myöhään illalla. Vastaava luku Helsingissä oli 16 prosenttia. Päivällä kävelemisen helsinkiläiset ja espoolaiset kokivat turvalliseksi tai melko turvalliseksi.

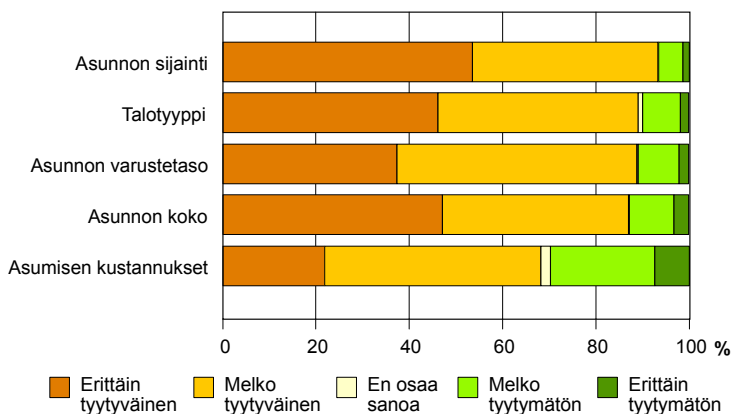


Kuvio 6. Turvallisuus

Vantaalaiset tuntevat olonsa vähiten turvalliseksi, kauniaislaiset turvallisimmaksi. Ikäryhmistä kaikkein turvallisimmaksi olonsa tuntevat nuoret ja turvattomuutta kokee eniten vanhin ikäluokka. Miehet tuntevat olonsa merkittävästi turvallisemmaksi liikkueessaan asuinalueellaan pimeällä kuin naiset. Miehistä pimeällä olonsa tuntee turvalliseksi 50 prosenttia, naisista 23 prosenttia. Naiset tuntevat kuitenkin olonsa melko turvalliseksi (55 %). Sama tulos pätee asioimiseen pankkiautomaatilla. Jonkin verran eroja löytyi myös kysyttäessä turvallisuuden tunnetta yksinään kotona ollessa. Tuloluokkien vertailussa olonsa turvattomimmiksi tuntevat pienituloisimmat.

Tyytyväisyys asuntoon

Tyytyväisyyttä asuntoon mitattiin viiden muuttujan avulla: miten tyytyväinen on asunnon kokoon, varustetasoon, kustannuksiin, talotyyppiin ja sijaintiin. Yleisesti ottaen kaikkiin asunnon piirteisiin oltiin tyytyväisiä. Eniten tyytymättömyyttä ilmaistiin asumisen kustannuksiin.



Kuvio 7. Tyytyväisyys asuntoon

Asuntonsa kokoon ja varustetasoon ovat tyytymättömmimpiä helsinkiläiset. Asunnon sijainti miellyttää vähiten vantaalaisia. Tyytyväisyys asunnon kokoon, varustetasoon ja asumisen kustannuksiin, talotyyppiin ja asunnon sijaintiin on selkeästi yhteydessä ikään. Vanhimmat ikäryhmät ovat niihin tyytyväisimpiä, tyytymättömmimpiä ovat nuoret. Edelleen vanhimmat ovat talotyyppiinsä ja asuntonsa sijaintiin tyytyväisimpiä, nuoret tyytymättömmimpiä. Talotyyppi ja asunnon sijainti tuottivat eroja sukupuolten välille. Hieman tyytyväisempiä talotyyppiinsä ovat naiset. Asunnon sijainnin suhteen naiset ovat useimmin erittäin tyytyväisiä. Samoin suurituloiset ovat yleisesti tyytyväisempiä asuntonsa ominaisuuksiin kuin muut.

KAPA 2008 -kyselyssä tyytyväisiä asunnon kokoon ja varusteisiin oli keskimäärin 89 prosenttia vastaajista. Espoossa asunnon kokoon ja varusteisiin tyytyväisiä oli 87 prosenttia ja Helsingissä 85 prosenttia vastaajista. Tyytyväisyys asumisen kustannuksiin oli Espoossa 62 prosenttia ja Helsingissä 63 prosenttia. Kaikkien kuntien vastaajien keskimääräinen tyytyväisyys asumiseen oli 70 prosenttia.

Asuminen ja muut hyvinvoinnin osa-alueet

Asumisteeman osa-alueet korreloivat merkittävästi paitsi keskenään, myös kyselyn muiden osa-alueiden kanssa. Asuinalueeseen tyytyväisimmät ovat tyytyväisimpiä myös asuntoonsa, tuntevat olonsa turvallisemmaksi ja terveemmäksi sekä kokevat voivansa vaikuttaa arkeensa enemmän.

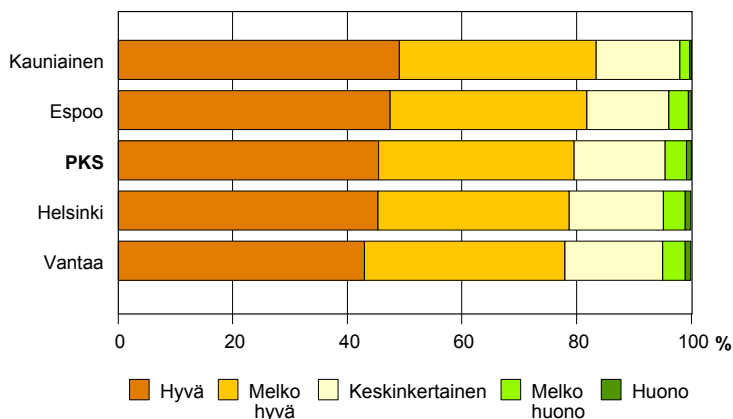
Tyytyväisyys asuntoon korreloi tyytyväisyyden kanssa myös muilla osaluueilla. Asuntoonsa tyytyväiset olivat tyytyväisiä myös perhesuhteisiinsa, naapuruussuhteisiinsa, mielihyvän saamiseen arkisista asioista, varallisuuteensa, tuloihinsa ja kulutusmahdollisuuksiinsa, mahdollisuuksiinsa matkustella ja harrastaa kulttuuria, luonnosta nauttimiseensa, elinympäristönsä puhtauteen sekä mahdollisuuteensa elää ympäristössä, jossa tuntee olevansa kotonaan. Tyytyväisyys asuntoon korreloi myös jokapäiväistä elämää haittaavien ongelmien ja rahaongelmien kanssa. Tyytyväisillä vastaajilla oli vähiten kysyttyjä ongelmia. Yhteys löytyi myös asuntoon tyytyväisyyden ja viimeaikaisten tuntemusten väliltä. Tyytyväisimpien vastaajien viimeaikaiset tuntemukset olivat positiivisempia kuin tyytymättömien.

Terveys kunnossa – negatiivisiakin mielialoja löytyy

Pääkaupunkiseudun asukkaiden terveyttä tarkastellaan sekä fyysisen terveydentilan että viimeaikaisten mielialojen näkökulmista. Vastaajia pyydettiin ensin arvioimaan oma terveydentilansa. Sen jälkeen heiltä tiedusteltiin pitkäaikaissairauden, vaivan tai vamman olemassaoloa ja sen mahdollista vaikutusta jokapäiväiseen elämään. Lopuksi vastaajia pyydettiin vielä arvioimaan miltä heistä on viimeisen kuukauden aikana tuntunut.

Oman terveydentilan arvioiminen

Suurin osa (80 %) vastaajista arvioi oman terveydentilansa joko hyväksi (46 %) tai melko hyväksi (34 %). Melko huonoksi tai huonoksi terveytensä arvioi alle viisi prosenttia vastaajista. Koettu terveydentila huononee iän lisääntyessä. Miehet kokevat terveytensä jonkin verran huonommaksi kuin naiset. Tuloluokalla on selkeä lineaarinen yhteys terveydentilaan. Suurituloisemmat kokevat itsensä terveemmiksi kuin pienituloisemmat vastaajat.



Kuvio 8. Koettu terveydentila

Hyvinvointi- ja palvelut -tutkimuksessa (HYPA) kerätään joka kolmas vuosi puhelinhaastatteluilla ja rekistereistä tietoa suomalaisten hyvinvoinnista ja hyvinvointipalveluiden käytöstä. HYPA 2006 -kyselyssä tiedusteltiin vastaajien kokemusta omasta terveydentilastaan samalla asteikolla kuin käsillä olevassa tutkimuksessa. Hyväksi tai melko hyväksi terveystensä koki 70 prosenttia ja huonoksi seitsemän prosenttia koko maan väestöstä.

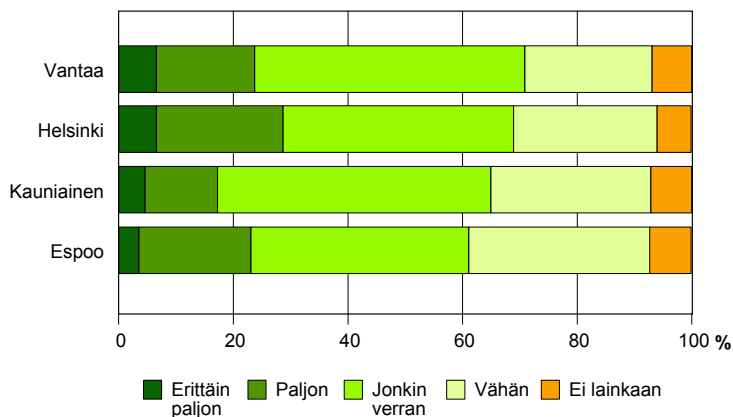
Hyvinvointitutkimuksen tulosten tavoin iän vaikutus arvioon omasta terveydentilasta näkyy Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrin 2008 tuloksissa: 39 prosenttia alle 35-vuotiaista pitää terveystään hyvänä, mutta yli 64-vuotiaista enintään joka kymmenes. Kaikista Päijäthämäläisistä vastaajista pitää terveystään hyvänä 22 prosenttia, melko hyvänä 38 prosenttia, ja keskitasoisena 31 prosenttia. Melko huonoksi tai huonoksi terveystensä arvioi noin 9 prosenttia vastaajista.

Kansalaisbarometrin 2009 mukaan 78 prosenttia täysi-ikäisistä suomalaisista pitää fyysisestä terveydentilaansa ja toimintakykyään hyvänä tai melko hyvänä. Vireyttä ja henkistä mielialaansa hyvänä tai melko hyvänä pitää puolestaan 82 prosenttia. Melko huonona tai huonona terveydentilaansa pitää kymmenesosa. Koettu fyysinen terveydentila kytkeytyy barometrissa vahvasti myös muihin arvioituihin elämänalueisiin kuten sosiaalisiin suhteisiin, taloudelliseen tilanteeseen, osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksiin sekä elämänhallinnan tunteeseen. (Siltaniemi ym. 2009, 47–48.) Alueellisista tutkimuksista esimerkiksi Raahen seudulla fyysisen toimintakykynsä ja terveystensä koki hyväksi tai melko hyväksi 70 prosenttia ja henkisen

vireyden ja mielialan vastaavasti 74 prosenttia täysi-ikäisistä. (Kurkinen 2004, 110.) Pääkaupunkiseutulaiset siis kokevat fyysisen terveytensä jopa paremmaksi kuin muualla maassa. Myös objektiivisin mittarein, kuten Kelan ikävakioidun sairastavuusindeksin mukaan, pääkaupunkiseudun kunnissa terveydentila on parempi kuin maassa keskimäärin, mutta keskimääräinen elinajan odote on alle koko maan tason. (Gartman ym. 2007.) Koettua henkistä mielialaa ei mitattu erikseen niin, että se olisi verrannollinen suhteessa yllä mainittuihin muihin tutkimuksiin.

Terveydentilan vaikutus jokapäiväiseen elämään

Lähes joka neljännellä vastaajalla oli pitkäaikaissairaus, vaiva tai vamma. Jokapäiväistä elämää se häyttasi joko erittäin paljon tai melko paljon 25 prosentilla näistä vastaajista. Jonkin verran tai vähän se häyttasi 68 prosenttia vastaajista. Vanhemmilla ikäluokilla pitkäaikaissairaus, vaiva tai vamma on nuorempia useammin, ja heitä se häyttasi myös eniten. Suurituloisilta vastaajilta pitkäaikaissairautta, vaivaa tai vammaa löytyi pienituloisempia harvemmin, ja heitä vamma myös häyttää vähemmän.



Kuvio 9. Pitkäaikaissairauden, vamman tai vaivan häittävyys jokapäiväisessä elämässä

Kansalaisbarometrin mukaan täysi-ikäisistä suomalaisista 44 prosentilla on jonkinasteinen lääkäriin toteama pitkäaikainen sairaus tai vamma, joka vaikeuttaa jollakin tavalla omaa elämää (Siltaniemi ym. 2009, 48). On

tosin huomattava, että kansalaisbarometrissa tutkimusaineiston poiminta kohdistettiin yli 18-vuotiaaseen väestöön, kun taas pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa poiminnassa asetettiin myös yläikäraja 79 vuotta. Historiallista perspektiiviä pitkäaikaissairastavuuteen antavat Kansaneläkelaitoksen tutkimukset 1960- ja 1970-luvuilta. Tuolloin pitkäaikaissairaiden osuudeksi saatiin noin kolmasosa koko maan aikuisväestöstä (1964 31,5 %, 1968 30,8 % ja 1976 33,3 %). Kuntamuodolla ja taloudellisella asemalla havaittiin olevan selvä yhteys pitkäaikaissairastavuuteen: maalaiskunnissa ja alemmissa tuloluokissa pitkäaikaissairaus oli yleisempää kuin kaupungeissa ja ylemmissä tuloluokissa. (Kalimo ym. 1982, 63–66.)

Viimeisen kuukauden aikaiset mielialat

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa kartoitettiin vastaajien mielialoja viimeisen kuukauden ajalta. Vastaajia pyydettiin arvioimaan viisiportaisella asteikolla (1 = ei lainkaan – 5 = jatkuvasti) stressaantuneisuuttaan, masentuneisuuttaan, huolestuneisuuttaan, yksinäisyyden kokemistaan, tyytyväisyyttään elämään ja toiveikkuuttaan tulevaisuuden suhteen.

Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrissa vastaajia pyydettiin arvioimaan kuusiportaisella asteikolla (1 = koko ajan – 6 = ei lainkaan), kuinka suuren osan ajasta he ovat viimeisen kuukauden aikana olleet hyvin hermostuneita, tunteneet mielialansa niin matalaksi ettei mikään ole voinut heitä piristää, tunteneet itsensä tyyneksi ja rauhalliseksi, tunteneet itsensä alakuloiseksi ja apeaksi, ja olleet onnellisia. Kyselyssä kysyttiin myös erikseen sitä, tuntee vastaaja itsensä yksinäiseksi. Vastaukset pyydettiin viisiportaisella asteikolla, jossa 1 = ei koskaan ja 5 = jatkuvasti.

Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrin (Haapola ym. 2009, 28) viisi viimeisen kuukauden mielialaa mittaavaa kysymystä ovat peräisin RAND-36 -mittarista. Tulosten analysoimiseksi kysymyksistä on muodostettu psyykkisen hyvinvoinnin indeksi (0–100) Anna-Mari Aallon ym. (1999) ohjeiden mukaan. Korkea indeksi kuvaa hyvää psyykkistä hyvinvointia. Päijäthämäläisten psyykkisen hyvinvointi-indeksin keskiarvo oli 73,3, joka vastaa valtakunnallista keskiarvoa (73,6). Eri ikäryhmien indeksit poikkesivat toisistaan tilastollisesti merkitsevällä tavalla siten, että alle 35-vuotiaiden psyykkinen hyvinvointi (indeksi 70,5) oli huonompi kuin sitä vanhempien ikäryhmien.

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa suurin osa vastaajista (74 %) oli elämäänsä jatkuvasti tyytyväisiä. Vastaajista 75 prosenttia oli toiveikkaita tulevaisuutensa suhteen. Lähes neljäsosa vastaajista (24 %)

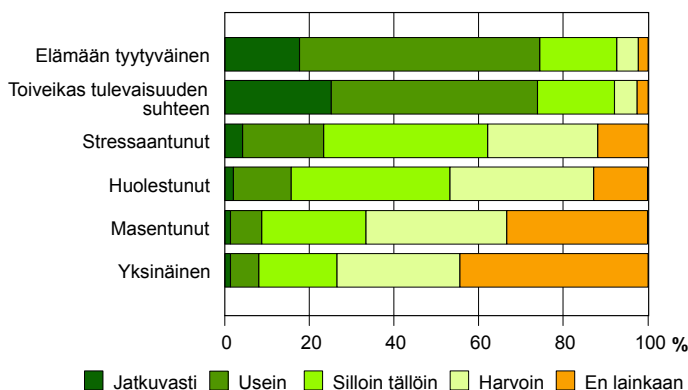
on tuntenut olonsa usein tai jatkuvasti stressaantuneeksi viimeisen kuukauden aika, 16 prosenttia on tuntenut itsensä huolestuneeksi ja 9 prosenttia masentuneeksi. Tässä tutkimuksessa ei ole laskettu psyykkisen hyvinvoinnin indeksiä, mutta tulokset antavat viitteitä samansuuntaisista, ikäryhmäkohtaisista psyykkisen hyvinvoinnin eroista kuin Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrissa. Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen tuloksissa stressaantuneisuus ja masentuneisuus kulkivat lineaarisesti iän mukaan siten, että nuorin ikäryhmä (18–25) oli selvästi stressaantunein ja masentunein. Ainoa tilastollisesti merkitsevä ero pääkaupunkiseudun kuntien välillä löytyi suhtautumisessa tulevaisuuteen. Valoisimmin siihen suhtautuvat Kauniaisissa asuvat

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen vastaajista noin 44 prosenttia ei tuntenut itseään lainkaan yksinäiseksi. Itsensä yksinäiseksi tunsu harvoin 29 prosenttia, silloin tällöin 18,5 prosenttia ja usein tai jatkuvasti 8 prosenttia. Vastaavat luvut Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrissa olivat 24,5 prosenttia (ei koskaan), 42 prosenttia (harvoin), 27 prosenttia (silloin tällöin) ja noin 7 prosenttia (usein tai jatkuvasti). Molempien tutkimuksen tuloksissa näkyi, että naiset tuntevat itsensä useammin yksinäiseksi kuin miehet.

Sosiaaliset suhteet nousevat pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa terveyden ohella merkittävimmiksi hyvinvointitekijöiksi. Erityisesti suhteet perheenjäseniin ja luottamukselliset ihmissuhteet ovat tärkeitä hyvinvoinnin kannalta. Yksinäisyys puolestaan on yksi iso terveydentilaan vaikuttavana tekijä sekä riskitekijä syrjäytymiselle. Koettua yksinäisyyttä pidetäänkin merkittävänä sosiaalisen huono-osaisuuden indikaattorina. (Moisio ja Rämö 2007.) Myös Kansalaisbarometrin mukaan heikko terveys yhdistyneenä yksinäisyyteen ja toimeentulovaikeuksiin heikentää hyvinvointia huomattavasti (Siltaniemi ym. 2009, 222).

Kansalaisbarometrin mukaan yksinäisyyttä on kokenut vähintään satunnaisesti yli puolet (53 %) täysi-ikäisistä suomalaisista. Yhdeksän prosenttia on kokenut yksinäisyyttä viime aikoina melko usein ja neljä prosenttia jatkuvasti. Yksin asuvista neljännes kokee yksinäisyyttä melko usein tai jatkuvasti. Yksin asuvien lisäksi yksinäisyyden tunne on suhteellisen yleistä myös työttömissä lapsiperheissä, joista runsaassa viidenneksessä ainakin toinen aikuisista on kokenut viime aikoina itsensä yksinäiseksi. Taustalla on työttömyys, joka syrjäyttää työpaikan sosiaalisista verkostoista ja usein myös muista sosiaalisista kontakteista. (mt., 69, 227)

On kuitenkin huomattava, että subjektiivisen kokemuksen, kuten yksinäisyyden, mittaaminen on herkkä käytetyille mittarille ja tiedonkeruun tavalle (Moisio ja Rämö 2007, 392). Pasi Moisio ja Tuomas Rämö toteavat yksinäisyyttä esiintyvän kaikissa ikäryhmissä, ja sitä selittävät oman toimintakyvyn lisäksi sosiaalinen verkosto, osallisuus ja perhetyyppi. Asuinalueella ei heidän tutkimuksen mukaan näyttäisi olevan merkittävää vaikutusta koetun yksinäisyyden yleisyyteen. Tosin pääkaupunkiseutua ei tässä eroteltu muista kaupunkimaisista kunnista. Eniten yksinäisyyttä raportoivat työkyvyttömyyseläkkeellä olevat ja työttömät. Terveydentilansa huonoksi kokeneiden keskuudessa yksinäisyys on huomattavasti yleisempää kuin hyväksi terveydentilansa kokevilla. Vuosien 1994 ja 2006 tietoja verratessaan Moisio ja Rämö havaitsivat yksinäisyyden kokemisen vähenneen. Väheneminen näyttää selittyvän työttömyyden vähenemisellä ja koetun terveydentilan kohenemisella. (mt. 2007, 393–399). Tässä valossa pääkaupunkiseudulla vähäisempi yksinäisyyden kokeminen muuhun maahan verrattuna näyttäisi liittyvän paremmaksi koettuun terveydentilaan ja yleisesti parempaan työllisyystilanteeseen kuin muualla maassa.



Kuvio 10. Viimeisen kuukauden aikaiset mielialat

Stressaantuneisuus ja masentuneisuus kulkevat lineaarisesti iän mukaan. Nuorin ikäryhmä (18–25) on selvästi stressaantunein ja masentunein. He ovat myös huolestuneimpia ja yksinäisimpiä. Vanhempien (65–79) vastaajien joukossa tyytyväisyydessä elämään löytyy molempia ääripäitä muita enemmän – joko todella tyytyväisiä tai todella tyytymättömiä.

Tulevaisuuteen toiveikkaasti suhtautuvia on kaikista vähiten vanhimmassa ikäluokassa (65–79).

Naiset ovat useammin stressaantuneita ja myös huolestuneempia sekä yksinäisempiä kuin miehet. Tyytyväisyydessä elämään korostuvat miehillä molemmat ääripää: miehiä on eniten niin ‘ei lainkaan’ tai ‘harvoin’ tyytyväisten kuin ‘jatkuvasti’ tyytyväisten joukossa. Naiset suhtautuvat myös tulevaisuuteen toiveikkaammin. Pienituloisemmat ovat useammin suurituloisempia stressaantuneempia, masentuneempia, huolestuneempia ja yksinäisempiä sekä tyytymättömämpiä elämäänsä. Suurituloiset suhtautuvat pienituloisia toiveikkaammin tulevaisuuteensa.

Viimeisen kuukauden aikaiset mielialat korreloivat useiden kyselyn teemojen kanssa. Negatiiviset mielialat olivat yhteydessä tyytymättömyyteen asuinalueeseen, asuntoon, ihmissuhteisiin ja omien vaikutusmahdollisuuksiin. Negatiiviset mielialat olivat yhteydessä myös turvattomuuteen, arkipäivän ongelmiin ja rahahuoliin johtaneisiin syihin. Negatiivisia mielialoja kokevat eivät myöskään tunteneet itseään rakastetuksi, eivät kokeneet saavansa arvostusta eivätkä mielihyvää arkisista asioista toisin kuin positiivisia mielialoja kokevat. Lisäksi selvä yhteys löytyi fyysiseen kuntoon, ulkonäköön, terveyteen, sukupuolielämään, varallisuuteen, työtilanteeseen tyytymättömyyden ja viimeaikaisten negatiivisten mielialojen välillä. Myös tyytymättömyys mahdollisuuksiin (matkustella, oppia uusia asioita, harrastaa liikuntaa ja kulttuuria, osallistua viihteeseen ja hausekanpitoon, nauttia luonnosta, kuulua yhteisöön tai osallistua järjestö- ja asukastoimintaan sekä asua ympäristössä, jossa tuntee olevansa kotonaan) ja negatiiviset tuntemukset korreloivat selvästi keskenään.

Kansalaisbarometrissa vastaajilta puolestaan tiedusteltiin, kuinka usein he ovat viime aikoina tunteneet itsensä yllirasittuneeksi. Täysi-ikäisistä 53 prosenttia kokee itsensä yllirasittuneeksi silloin tällöin, melko usein tunteesta kärsii viidesosa ja lähes jatkuvasti kahdeksan prosenttia. (Siltaniemi ym. 2009, 49)

Työelämä hallinnassa haasteista huolimatta

Työtä kartoittavat kysymykset oli tarkoitettu työelämässä parhaillaan oleville. Tarkastelimme ensin työssä viihtymistä monelta kannalta: tunnetta oman työn ja koulutuksen vastaavuudesta, omalla alalla olemisesta, työnsä hallitsemisesta, yleisistä vaikutusmahdollisuuksista työpaikan asioihin, työpaikan ilmapiiristä sekä oman työpaikan säilymisestä tulevaisuudessa. Kysyimme myös työajan riittävydestä työasioiden hoitamiseen sekä siitä,

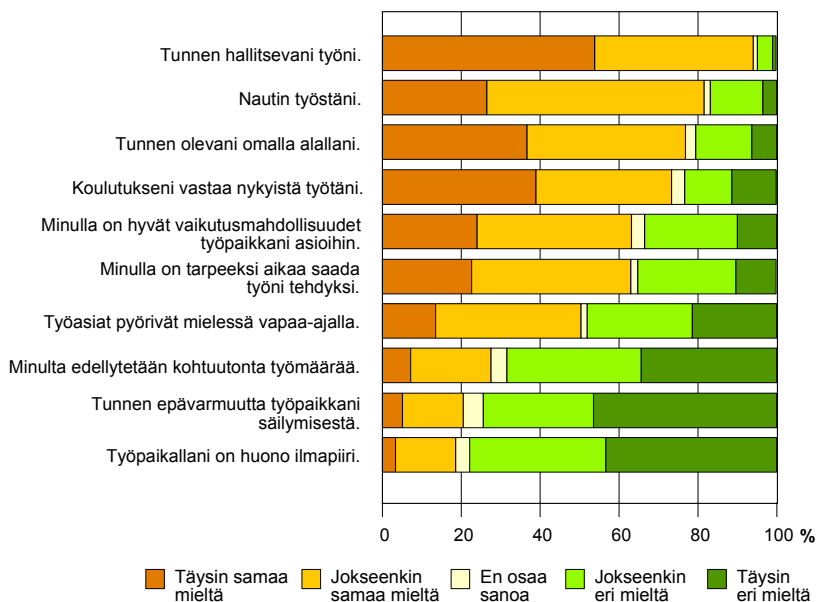
miten vastaaja kokee oman työpanoksensa ja häneltä vaaditun työmäärän kohtaavan. Lopuksi kysyimme, kuinka monta työtuntia vastaaja tekee keskimäärin viikossa sekä onko hän tyytyväinen työaikaansa, eli haluaisiko hän pidentää sitä, lyhentää sitä vai pitää ennallaan.

Taulukko 4. Vastaajien päätoimet ilman painokertoimia (suluissa kaupunkien todelliset prosenttiluvut)

Päätoimi	PKS %	Espoo %	Helsinki %	Kauniainen %	Vantaa %
Ansiotyössä	53	54 (51)	53 (50)	44(43)	54(51)
Yrittäjä	6	6	5	11	5
Opiskelija	6	5	8	5	5
Työtön	3	3 (3)	4 (6)	2(4)	2 (8)
Eläkkeellä	27	27(13)	26(19)	28(21)	28(15)
Äitiys-/ vanhempainvapaa tai hoitovapaa	3	4	3	4	4
Kotiäiti tai -isä	1	1	1	2	0.3
Muu	2	2	2	4	2

(N=3924) Lähde: Tilastokeskus – Kuntaportaali: Espoo, Vantaa, Helsinki, Kauniainen

Useimmiten työelämään ollaan tyytyväisiä. Työstään nauttii yli 80 prosenttia, omalla alallaan tuntee olevansa 77 prosenttia ja 75 prosenttia tuntee olevansa koulutustaan vastaavassa työssä. Työnsä tuntee hallitsevansa 94 prosenttia vastaajista, ja hyvät vaikutusmahdollisuudet työpaikkansa asioihin on 64 prosentilla. Lähes joka viides (19 %) pitää työpaikkansa ilmapiiriä huonona, ja saman verran tuntee epävarmuutta työnsä säilymisestä. Puolella vastaajista työasiat pyörivät mielessä vapaa-ajalla. Ajanpuutetta työasioiden hoitamisessa tuntee noin 35 prosenttia.



Kuvio 11. Tyytyväisyys työelämään

Kauniaislaiset ovat tyytyväisimpiä työasioihinsa. Eniten koulutustaan vastaamatonta työtä tekevät helsinkiläiset. Eniten epävarmuutta työpaikkansa säilymisestä tuntevat helsinkiläiset ja vantaalaiset. Nuorimmat (18–25) nauttivat työstänsä vähiten, eivät koe olevansa omalla alallaan tai hallitsevansa työtään eivätkä koe vaikutusmahdollisuuksiansa työpaikan asioihin hyviksi. Nuorimmat kuitenkin kokevat työpaikan ilmapiirin muita paremmaksi ja työasiat pyörivät mielessä vähiten. Nuorin ikäluokka myös kokee, ettei heiltä odoteta kohtuutonta työmäärää ja että heillä on tarpeeksi aikaa saada työnsä tehdyksi.

Miehet kokevat olevansa omalla alallaan ja pystyvänsä vaikuttamaan työpaikkansa asioihin paremmin kuin naiset. Vapaa-ajalla työasiat pyörivät enemmän miesten mielessä. Naiset kokevat miehiä useammin, että heiltä odotetaan kohtuutonta työmäärää.

Tuloluokkien välisessä vertailussa suurituloisimmat vastaajat nauttivat eniten työstään, tuntevat olevansa omalla alallaan, tuntevat koulutuksensa vastaavan työtänsä, hallitsevat työtään ja kokevat vaikuttavansa työpaikkansa asioihin enemmän kuin pienituloisimmat. He eivät myöskään tunteneet yhtä paljon epävarmuutta työpaikkansa säilymisestä. Toisaalta suurituloi-

silla pyörivät työasiat useimmin vapaa-ajalla mielessä, ja he kokevat varsin usein, että heiltä edellytetään kohtuutonta työmäärää.

Viikoittainen työaika on keskimäärin 39 tuntia, yleisimmin 40 tuntia (32 %). Yli 40 tunnin työviikkoa tekee 26 prosenttia vastaajista. Kyselylomakkeessa pyydettiin vastaajia valitsemaan heille mieleisin vaihtoehto kohdista ”pidentäisin työaikaani ja ansaitsisin enemmän”, ”pitäisin työaikani ennallaan ja ansaitsisin saman verran” ja ”lyhentäisin työaikaani ja ansaitsisin vähemmän”. Suurin osa (58 %) haluaa säilyttää työaikansa ja ansionsa nykyisellä tasolla. 12 prosenttia haluaisi pidentää työaikaansa ja ansaita enemmän, 17 prosenttia taas lyhentää työaikaansa ja ansaita mieluummin vähemmän. 13 prosenttia vastaajista ei osannut kertoa kysymykseen kantaansa. Yli 40 tuntia viikossa työskentelevistä neljäsosa olisi valmis lyhentämään työaikaansa ja ansaitsemaan vähemmän. Nuorin ikäluokka (18–25) haluaisi muita ikäluokkia useammin pidentää työaikaansa ja ansaita lisää. Työaikaansa haluaisivat lyhentää eniten suurituloiset. Keskituloiset ovat tyytyväisimpiä nykytilanteeseen eli työmääräänsä ja palkkaansa.

Suomalaiset ja työ -raportissa (Melin ym. 2007) vastaajilta tiedusteltiin seuraavaa: jos voisit vapaasti muuttaa omaa ajankäyttöäsi, mihin asioihin käyttäisit nykyistä enemmän aikaa ja mihin vähemmän? Vastaajia pyydettiin arvioimaan kuusiportaisella asteikolla haluaan muuttaa vapaa-ajan harrastuksien, ystävien, perheen, kotitöiden ja ansiotöiden parissa vietetyn ajan määrää. 45 % vastaajista halusi vähentää ansiotyöhön käyttämänsä aikaa jonkin verran tai paljon. Eniten työaikaansa halusivat lyhentää tietyöläiset ja työnjohtotehtävissä olevat sekä lapsiperheet. Ansiotyöhön käytettyä aikaa olivat valmiita lisäämään etenkin työttömät, opiskelijat ja pienituloiset. Nuorimman ikäryhmän (15–30) kohdalla halu käyttää ansiotyöhön enemmän aikaa oli suurempi kuin muissa ikäryhmissä. (Melin ym. 2007, 10–12).

Työteemaa tarkasteltiin myös suhteessa kyselyn muihin teemoihin. Tyytyväisyys työtilanteeseen korreloi omaan elämän vaikuttamisen, rahaongelmien syiden sekä viimeisen kuukauden aikaisten tuntemusten kanssa. Työelämäänsä tyytymättömät vastaajat kokivat vaikutusmahdollisuutensa huonoiksi, heillä oli lukuisia rahaongelmiin johtaneita syitä ja he kokivat viimeisen kuukauden aikana negatiivisia mielialoja muita vastaajia enemmän.

Tilastokeskuksen työolotutkimuksessa kartoitettiin palkansaajien vaikutusmahdollisuuksia työtehtäviin, työjärjestykseen, työtahtiin, työmenetelmiin, siihen miten työt jaetaan työntekijöiden kesken, keiden kanssa

työskentelee sekä projektien ja palveluiden aikatauluihin ja työaikoihin. Vuosina 1977–2008 trendi on ollut kohoava kaikilla muilla alueilla paitsi työjärjestykseen ja työtahtiin vaikuttamisessa. Työtahtiin vaikuttamisessa suunta on kääntynyt laskuun vuoden 1990 jälkeen. Lasku näyttäisi tosin nyt kuitenkin pysähtyneen. Siihen, missä järjestyksessä työt tehdään, voidaan nyt vaikuttaa suunnilleen samalla tasolla kuin vuoden 1984 tutkimuksessa. Naiset voivat vaikuttaa vähemmän kaikkiin työn eri osatekijöihin. Kun kaikilla palkansaajilla selkein kasvu näkyi työtehtävien sisältöön vaikuttamisessa, ovat miehet edenneet siinä vielä pidemmälle kuin naiset. (Lehto ja Sutela 2008, 57–58.)

Arjen kokemuksia

Arkipäivän hyvinvoinnin kokemuksia kartoitettiin ensin kysymysparilla, jossa pyydettiin arvioimaan kouluarvosana-asteikolla (4–10) oma tyytyväisyys hyvinvointitekijään ja sen jälkeen kertomaan mikä merkitys tekijällä on hyvinvoinnille. Myös omia vaikutusmahdollisuuksia tiedusteltiin elämän eri osa-alueiden kohdalla. Jokapäiväistä elämää vaikeuttavia ongelmia arviointiin sekä vastaajan että läheisen näkökulmasta. Arkipäivän hyvinvointia lisääviä ja vähentäviä tekijöitä sekä viime vuoden kohokohtaa kysyttiin avokysymyksillä. Lopuksi kysyttiin vielä onnellisuutta asteikolla 0–10.

Tyytyväisyys hyvinvointitekijöihin ja niiden merkitys

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa käytettiin Päijät-Hämeen ensimmäiseen hyvinvointibarometriin kehitettyä mittaria, jossa tarkasteltiin koettua hyvinvointia eri elämänalueilla. Mittarissa on mukana aihealueita, joita empiirinen hyvinvointitutkimus ei aikaisemmin ole tavoittanut (Haapola ym. 2009, 20).

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen mittarissa oli mukana 28 elämänaluetta, Päijät-Hämeen barometrin hyvinvointimittarissa 30. Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen mittarin elämänalueet vastasivat Päijät-Hämeen barometrissa käytettyjä siten, että pääkaupunkiseudulla käytetyssä mittarissa oli neljä elämänaluetta jotka puuttuivat Päijät-Hämeessä käytetystä, ja kolmen elämänalueen kohdalla kysymyksen muotoilussa oli eroja.

Vastaajia pyydettiin molemmissa tutkimuksissa arvioimaan kouluarvosanalla (4–10), kuinka tyytyväisiä he ovat listattuihin asioihin nykyisessä

elämäntilanteessaan. Sen jälkeen vastaajia pyydettiin arviomaan hyvinvointitekijän merkitystä omalle hyvinvoinnilleen viisiportaisella asteikolla (1 = ei lainkaan merkitystä, 2 = pieni merkitys, 3 = kohtalainen merkitys, 4 = suuri merkitys, 5 = erittäin suuri merkitys).

Eri elämänaalueille annettujen kouluarvosanojen keskiarvot poikkesivat pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen ja Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrin tulosten vertailussa eniten seuraavissa osioissa: mahdollisuus osallistua järjestö- tai asukastoimintaan (Päijät-Häme 6,4/ pääkaupunkiseutu 7,7), mahdollisuus kulttuuriharrastuksiin (6,9/8,1), luottamukselliset ihmissuhteet (7,4/8,6), sekä mahdollisuus viihteeseen ja hauskanpitoon (7,2/8,1). Keskiarvoerojen merkitsevyyttä ei ole testattu.

Taulukko 6. Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen ja Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrin vertailua asteikolla 4–10

	Päijät-Häme	Pääkaupunkiseutu
Mahdollisuus osallistua järjestö- tai asukastoimintaan	6,4	7,7
Mahdollisuus kulttuuriharrastuksiin	6,9	8,1
Luottamukselliset ihmissuhteet	7,4	8,1
Mahdollisuus viihteeseen ja hauskanpitoon	7,2	8,1
Mahdollisuus uskonnon harjoittamiseen	7,1	8,0
Suhteet naapureihin	8,2	7,5
Mahdollisuus kuulua johonkin yhteisöön	7,2	7,9

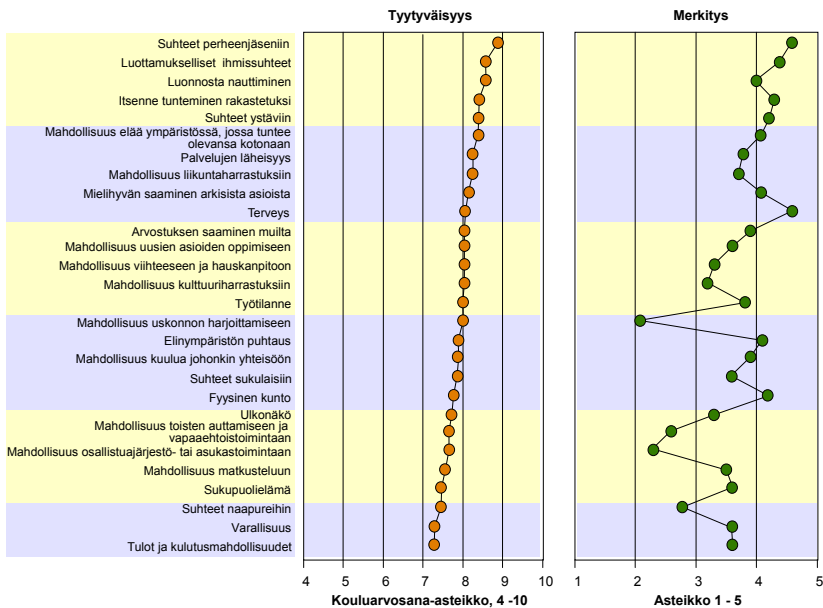
Mahdollisuus uskonnon harjoittamiseen oli muotoiltu Päijät-Hämeessä käytetyssä mittarissa seuraavasti: uskon tai henkilökohtaisen vakaumuksen antama elämänsisältö. Mahdollisuus kuulua johonkin yhteisöön oli määritelty Päijät-Hämeessä käytetyssä mittarissa seuraavasti: kuuluminen johonkin itselle tärkeään ryhmään tai yhteisöön.

Vastaajia pyydettiin myös molemmissa tutkimuksissa arvioimaan eri elämänaalueiden merkitystä omalle hyvinvoinnilleen viisiportaisella asteikolla. Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrissa ja pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa eri hyvinvointitekijöille annetut merkitykset jakaantuivat pääpiirteittäin samalla tavalla.

Eroja oli seuraavissa kohdissa: pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimukseen vastanneista suurin osa (52,4 %) arvioi luottamuksellisilla ihmissuhteilla olevan erittäin suuren merkityksen hyvinvoinnilleen, kun

Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrissa vastaajista suuri osa (43 %) arvioi luottamuksellisten ihmissuhteiden merkityksen suureksi. Itsensä tunteminen rakastetuksi ja arvostuksen saaminen muilta oli myös merkityksellisempää pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimukseen vastanneille.

Merkityksellisyyden tasolla eroja löytyi myös mahdollisuudessa uusien asioiden oppimiseen, jolla oli pääkaupunkiseudun vastaajista yli kolmannekselle (38,3 %) suuri merkitys, Päijät-Hämeessä taas kohtalainen merkitys (42 %). Lisäksi uskonnon harjoittamisen mahdollisuuden painoarvot poikkesivat toisistaan siten, että pääkaupunkiseudulla asialla ei ollut suurimmalle osalle vastaajista lainkaan merkitystä (36,1 %). Päijät-Hämeessä taas lähes kolmas osa vastaajista (31,3 %) koki uskon tai henkilökohtaisen vakaumuksen antaman elämänsisällön kohtalaisen merkitykselliseksi.



Asteikko 1 - 5: 1 = Ei lainkaan merkitystä, 2 = Pieni merkitys, 3 = Kohtalainen merkitys, 4 = Suuri merkitys, 5 = Erittäin suuri merkitys

Kuvio 12. Tyytyväisyys hyvinvointitekijöihin ja niiden merkitys pääkaupunkiseudulla

Kansalaisbarometri kertoo, että suomalaisista valtaosa on tyytyväisiä perhe- (89 %), ystävyys- (87 %) ja sukulaissuhteisiinsa (84 %). Taloudellisen tilanteeseensa tyytyväisiä on 70 prosenttia (Siltaniemi ym. 2009, 54, 67).

Naapureiden merkitys suurin Kauniaisissa ja Vantaalla

Kuntien välisessä vertailussa kauniaislaiset ja espoolaiset ovat tyytyväisimpiä varallisuuteensa ja tuloihinsa. He ovat myös tyytyväisimpiä luonnosta nauttimiseen, palvelujen läheisyyteen, mahdollisuuteen kuulua yhteisöön ja elää ympäristössä, jossa tuntee olevansa kotonaan sekä auttamismahdollisuuksiinsa. Mahdollisuuksiinsa uusien asioiden oppimiseen, kulttuuriharrastuksiin ja matkusteluun tyytyväisimpiä ovat helsinkiläiset ja kauniaislaiset. Vantaalaiset ovat tyytymättömiä palvelujen läheisyyteen. Hyvinvointitekijöiden merkitystä kysyttäessä helsinkiläisille sukulais- ja naapuruussuhteiden merkitys on pienempi kuin muille. Naapuruussuhteet merkitsevät eniten kauniaislaisille ja vantaalaisille. Kulttuurin, viihteen ja hauskanpidon merkitys on suurin helsinkiläisille ja kauniaislaisille. Sukupuolielämä ja elinympäristön puhtaus merkitsee helsinkiläisille vähiten.

Nuorimmille luottamukselliset ihmissuhteet merkitsevät eniten

Nuorin ikäryhmä (18–25-vuotiaat) on muita ikäryhmiä tyytyväisempi luottamuksellisiin ihmissuhteisiin ja mahdollisuuteensa oppia uusia asioita. Tyytymättömin ikäryhmä he ovat suhteessa varallisuuteensa, tuloihinsa ja kulutusmahdollisuuksiinsa, työtilanteeseensa, mahdollisuuksiinsa kulttuuriharrastuksiin, mahdollisuuksiinsa elää ympäristössä, jossa tuntee olevansa kotonaan ja elinympäristönsä puhtauteen sekä mahdollisuuksiinsa osallistua järjestö- ja vapaaehtoistoimintaan. Ystävillä, luottamuksellisilla ihmissuhteilla, itsensä rakastetuksi tuntemisella ja arvostuksen saamisella on eniten merkitystä juuri heille.

26–45-vuotiaat on tyytyväisin ryhmä itsensä rakastetuksi tuntemisessa. Fyysiseen kuntoonsa, ulkonäköönsä, terveyteensä sekä sukupuolielämäänsä he ovat tyytyväisimpiä, samoin kuin 18–25-vuotiaat. Ulkonäöllä, terveydellä, viihteellä ja hauskanpidolla on suurin merkitys nuorimmille ja pienin vanhimmille. Yhteisöön kuulumisen mahdollisuus merkitsi vähiten kahdelle nuorimmalle ikäluokalle (18–25 ja 26–45). Suurin merkitys työtilanteella on 26–45-vuotiaille. Palvelujen läheisyyteen tyytyväisimpiä ovat 26–45- ja 46–64-vuotiaat, mutta eniten merkitystä sillä on 65–79-vuotiaille.

Elinympäristön puhtaudella on suurin merkitys 26–64-vuotiaille, pienin alle 26-vuotiaille. Luonnosta nauttimiseen selkeästi tyytyväisimpiä ovat sekä 46–64, että 65–79-vuotiaat. Vähiten liikuntaharrastuksille antavat merkitystä yli 65-vuotiaat. Suurin merkitys kulttuurin harrastamiseen on sekä vanhimmille (yli 65) että nuorimmille (alle 26). Matkustelumahdollisuuksiinsa tyytyväisimpiä ovat 46–64-vuotiaat, mutta se

vähenee lineaarisesti iän kertyessä. Nuorimmat arvostavat matkustamista vanhimpia enemmän.

Vanhin ikäryhmä (65–79) on tyytyväisin suhteisiinsa perheenjäseniin, sukulaisiin ja naapureihin, mielihyvän saamiseen arkisista asioista. Tyytyväisimpiä he ovat mahdollisuuksiinsa liikuntaharrastuksiin, viihteeseen ja hauskanpitoon. Kysymysparin merkitysosiossa suurin merkitys suhteilla perheenjäseniin on 26–45- ja 46–64-vuotiaille. Vanhimmalle ikäluokalle (65–79) merkitsevät sukulaiset ja naapurit, järjestö- ja vapaaehtoistoiminta sekä uskonnon harjoittaminen muita ikäryhmiä enemmän, mutta arkiset, mielihyvää tuottavat asiat, varallisuus, tulot ja kulutusmahdollisuudet, uusien asioiden oppiminen, luonnosta nauttiminen sekä sukupuolielämä vähemmän.

Naiset tyytyväisempiä ihmissuhteisiinsa

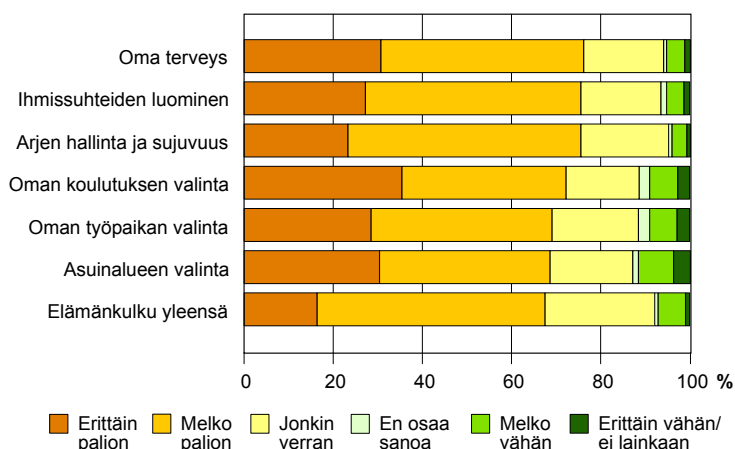
Naiset antoivat keskimäärin miehiä parempia arvosanoja suhteista perheenjäseniin, sukulaisiin, ystäviin ja naapureihin. Tyytyväisyys luottamuksellisiin ihmissuhteisiin on naisilla huomattavasti miehiä korkeammalla, samoin rakastetuksi tuleminen ja arvostuksen saaminen. Suhteet perheenjäseniin, sukulaisiin ja ystäviin sekä luottamukselliset ihmissuhteet, itsensä tunteminen rakastetuksi, arvostuksen saaminen muilta ja mielihyvän saaminen arkisista asioista merkitsevät naisille enemmän kuin miehille. Naiset ovat myös tyytyväisempiä arkisista asioista saamaansa mielihyvään, kuntoonsa, terveyteensä, luonnosta nauttimiseensa ja palvelujen läheisyyteen samoin yhteisöön kuulumisen mahdollisuuteensa ja toisten auttamismahdollisuuksiin sekä uskonnon harjoittamiseen sekä mahdollisuuteensa elää useammin ympäristössä, jossa he tuntevat olevansa kotonaan. Varallisuuteensa, tuloihinsa ja kulutusmahdollisuuksiinsa, ulkonäköönsä ja sukupuolielämänsä tyytyväisempiä ovat miehet. Edellä mainituilla asioilla on kuitenkin naisille erittäin suuri merkitys. Etenkin ulkonäkö ja terveys merkitsevät naisille miehiä enemmän. Sukupuolielämä merkitsee miehille enemmän kuin naisille. Työtilanne, mahdollisuus oppia uusia asioita, mahdollisuus matkustella ja harrastaa kulttuuria merkitsee naisille enemmän kuin miehille. Luonnosta naiset kuitenkin haluavat nauttia miehiä enemmän, samoin elinympäristön puhtaudesta ja yhteisöön kuulumisen mahdollisuudesta, lähellä olevista palveluista, toisten auttamisesta, uskonnon harjoittamisesta ja ennen kaikkea asumisesta ympäristössä, jossa tuntee olevansa kotonaan.

Tuloluokat ja hyvinvointitekijät

Tuloluokkien välisestä vertailusta käy ilmi, että pieni- ja keskituloiset ovat tyytyväisimpiä sukulaissuhteisiinsa. Naapureihin, luottamuksellisiin ihmisiin sekä rakastetuksi ja arvostetuksi tulemiseen tyytymättömimmät löytyvät pienituloisista. He myös saavat vähemmän nautintoa arkisista asioista ja ovat tyytymättömiä fyysiseen kuntoonsa. Suurituloiset ovat selkeästi tyytyväisimmät varallisuuteensa, tuloihinsa ja terveyteensä sekä harrastusmahdollisuuksiinsa. Perhesuhteita, luottamuksellisia ihmissuhteita, itsensä rakastetuksi tuntemista, terveyttä ja sukupuolielämää suurituloiset arvostavat muita enemmän. Ulkonäkö, tulot ja varallisuus, mahdollisuus viihteeseen ja hauskanpitoon, palvelujen läheisyys, vapaaehtois- ja järjestötoiminta sekä mahdollisuus uskonnon harjoittamiseen merkitsevät pienituloisimmille ryhmille kaikkein eniten. Työtilanteella on suurin merkitys suuri- ja keskituloisille.

Omaan elämään vaikuttaminen

Suurin osa kokee voivansa vaikuttaa joko erittäin paljon tai melko paljon kaikkiin kyselyssä listattuihin asioihin. Parhaimmat vaikuttamismahdollisuudet koetaan terveyteen, ihmissuhteiden luomiseen, arjen hallintaan ja omaan koulutuksen valintaan.



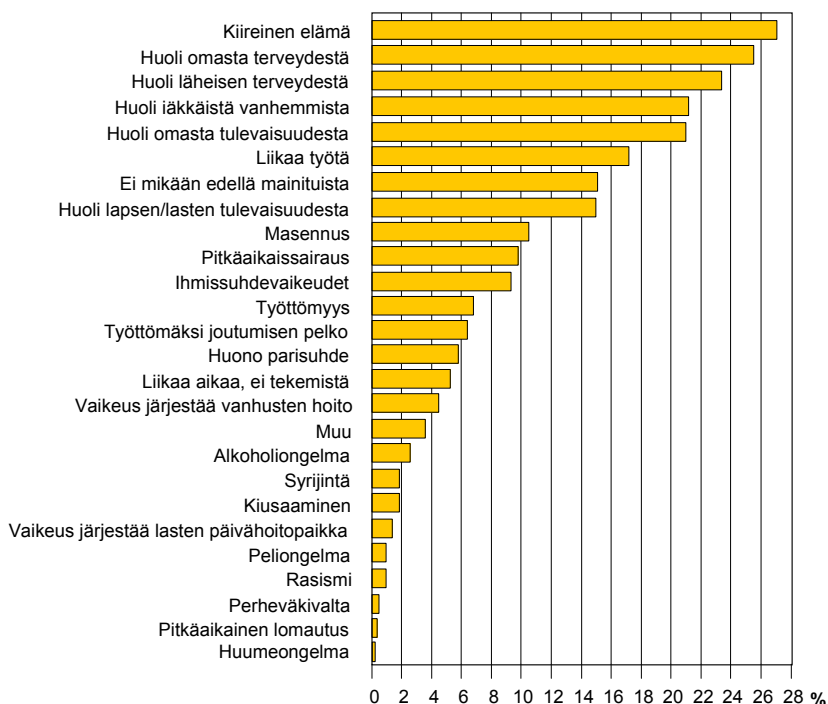
Kuvio 13. Vaikuttamismahdollisuudet

Kuntien välisessä vertailussa koulutukseensa ja työpaikkansa valintaan kokevat voivansa vaikuttaa eniten kauniaislaiset. Asuinpaikkansa valintaan kokevat voivansa vaikuttaa eniten espoolaiset ja kauniaislaiset. Terveystensä, elämänsä kulkuun, koulutuksensa valintaan kokee vaikuttavansa eniten nuorin ikäluokka (18–25), vähiten vanhin (65–79). Työpaikkansa valintaan ja arjen hallintaan kokevat vaikuttavansa eniten 26–45-vuotiaat. Vähiten asuinalueensa valintaan kokee voivansa vaikuttaa nuorin ikäluokka (18–25) kun taas vanhimmat (65–79) kokevat voivansa vaikuttaa muita vähemmän ihmissuhteiden luomiseen.

Naiset kokevat voivansa vaikuttaa miehiä enemmän koulutuksen ja asuinalueen valintaan sekä arjen hallintaan. Selkeimmin erot näkyvät ihmissuhteiden luomisessa, johon naiset kokevat voivansa vaikuttaa paljon enemmän kuin miehet. Tuloluokkien välisessä vertailussa suurituloiset kokevat vaikuttavansa kaikilla osa-alueilla pienituloisia enemmän.

Jokapäiväistä elämää vaikeuttavia omia ja läheisten ongelmia

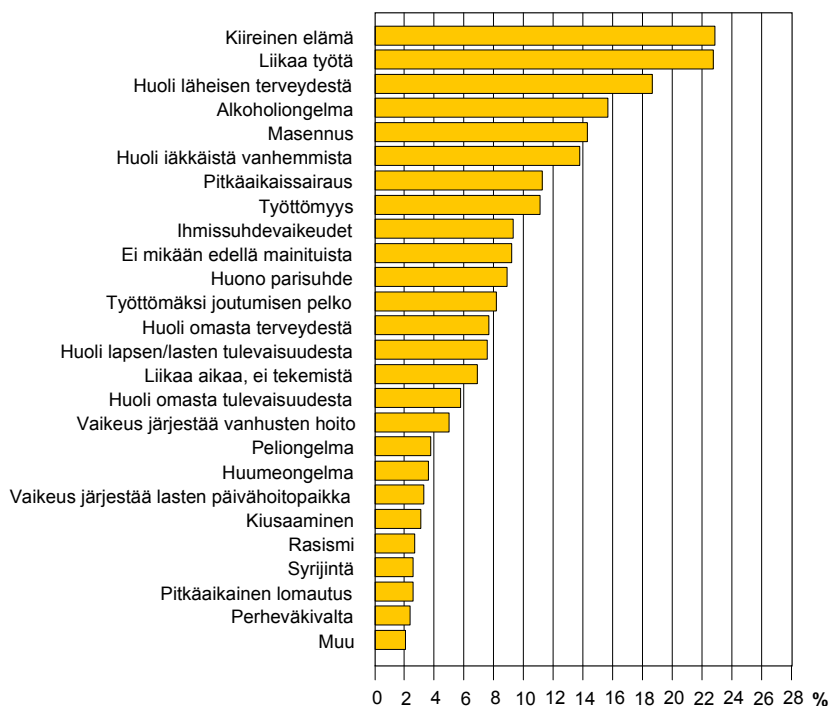
Omista ongelmista yleisimmäksi nousevat kiireinen elämä (27 %), huoli omasta terveydestä (25 %) ja huoli läheisen terveydestä (23 %). Keskimäärin vastaajilta löytyy 2,2 ongelmaa. Työttömyys, työttömäksi joutumisen pelko ja pitkäaikainen lomautus eivät vielä aineiston keruun ajankohtana kuuluneet jokapäiväistä elämää vaikeuttaviin ongelmiin.



Kuvio 14. Jokapäiväistä elämää vaikeuttavat omat ongelmat (%)

Espoo on koonnut vuonna 2008 tehdyn kaupunki- ja kuntapalvelututkimuksen kyselyaineiston perusteella tietoisesti espoolaisten arjen ongelmista (Miettinen 2009). Espoolaisia vaivaa kyseisen tutkimuksen mukaan eniten ajan puute ja liiallinen työmäärä. Ajan puute vaikeutti joka kolmannen espoolaisen arkielämää ja työtä oli liikaa joka neljännellä. Terveysteen liittyviä arjen ongelmia ei tarjottu Espoota koskevassa tutkimuksessa vastausvaihtoehtoina.

Läheisten ongelmia tiedusteltaessa ongelmia löytyy keskimäärin myös 2,2. Läheisilläkin yleisin ongelma on kiireinen elämä (23 %). Seuraavaksi yleisimmät ovat liikaa työtä (23 %) ja huoli läheisen terveydestä (18,6 %).



Kuvio 15. Jokapäiväistä elämää vaikeuttavat läheisten ongelmat (%)

Arkipäivän ilot, harmit, kohokohta ja onnellisuus

Arkipäivän viihtyvyyttä ja hyvinvointia lisääviä sekä todellista mielihyvää tuottavia tekijöitä kysyttäessä vastaus saatiin yhteensä 2500 ihmiseltä. Kaikkiaan tekijöitä mainittiin 3766, eli keskimäärin vastaaja kirjasi 1,5 asiaa. Useimmat näistä liittyivät ihmissuhteisiin ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Mainintoja saivat esimerkiksi läheisten kanssa käydyt keskustelut ja ystävien kanssa vietetty aika, lasten ja lastenlasten hyvinvointi ja menestyminen, sekä rakkaus, läheisyys ja sukupuolielämä. Vastausten ryhmittelyssä ihmissuhteiden tuottamista arjen hyvinvointia lisäävistä tekijöistä eniten mainintoja saivat lapsiin liittyvät asiat, sen jälkeen ystävien, perheen ja lähisuvun sekä parisuhteen tuottama mielihyvä. Myös kohteliaat, ystävälliset tai iloiset ihmiset ja tuntemattomilta saatu huomio ja kohteliaisuudet saivat runsaasti mainintoja. Toiseksi yleisin kategoria vastauksissa liittyi vapaa-aikaan, ennen kaikkea luontoon ja luonnossa liikkumiseen, mutta myös liikuntaan, kulttuuriharrastuksiin ja ruokakulttuuriin. Luonnon-

läheisyys korostui myös kolmanneksi yleisimmässä kategoriassa, asuinalueen hyvinvointia lisäävissä tekijöissä. Vastaajia ilahduttivat esimerkiksi puistot, puhdas ilma ja rakentamaton ympäristö. Lisäksi hyvät ja toimivat palvelut, kodin ja ympäristön siisteys, viihtyisyys ja rauhallisuus sekä kiireetön aika ovat merkittäviä arkipäivän viihtyvyyttä lisääviä tekijöitä. Samoin työhön liittyvät positiiviset asiat kuten mieluisa työ, työssä menestyminen ja hyvä työyhteisö saivat useita mainintoja. Muita vastauksissa esille nousevia arjen hyvinvointia tuottavia tekijöitä ovat muiden muassa hyvä terveys, toimiva ja turvallinen arkielämä sekä huumori. Alla olevasta taulukossa on nähtävillä kirjattujen asioiden karkea jaottelu. Tarkempi jaottelu löytyy liitteestä 4.

Taulukko 7. Arkisten mielihyvää tuottavien asioiden karkea luokittelu

Arkisia asioita, jotka tuottavat Teille todellista mielihyvää tai joilla on merkitystä hyvinvoinnillenne?	Vastauksia N
Perhe ja ihmissuhteet	1174
Vapaa-aika	887
Asuinalue ja palvelut	643
Muut asiat	346
Asuminen	295
Terveystila	98
Ajankäyttö	82
Työ ja eläke	152
Toiveet	42
Taloudellinen tilanne	29
Ei yksittäistä asiaa	18

Arkiviihtyvyyttä ja hyvinvointia vähentävistä harmin aiheista avovastauksissa kirjoitti yhteensä 2503 vastaajaa. Asioita mainittiin kaikkiaan 3465, eli keskimäärin vastaaja mainitsi 1,4 harmia aiheuttavaa asiaa. Yleisimmin ne liittyivät ympäristöön ja asumiseen, ennen kaikkea sotkuihin, roskiin ja likaisuuteen sekä meluun. Osa vastaajista tarkensi melun aiheutuvan huonosta äänieristyksestä, möykkäävistä naapureista tai auto- tai lentoliikenteestä. Myös saasteet, huono ilmanlaatu ja ilkkivalta nousivat vahvasti esiin arkiviihtyvyyttä vähentävinä tekijöinä asuinympäristössä. Lisäksi asumisen erilaiset puutteet ja huono taso, jatkuvat ja häiritsevät rakennustyöt, teiden

huono kunto sekä parveketupakointi ja koirien ulosteet ja haukkuminen saivat lukuisia mainintoja. Julkinen juopottelu, lähikapakat, kaduille virtsaaminen ja taloyhtiöön liittyvät ongelmat ovat esimerkkejä muista mainituista arjen hyvinvointia vähentävistä tekijöistä asuinympäristössä.

Vastausten ryhmittelyssä toiseksi eniten mainintoja saivat ihmisiin liittyvät harminaiheet. Erityisesti esiin nousivat eri ihmisryhmät, ennen kaikkea naapurit, mutta myös juopot, nuoriso, narkomaanit, ulkomaalaiset ja häiriköt. Vastaajat nimesivät myös sellaisia ryhmiä tai ihmistyyppejä kuten hullut, sekopäät, avohoitopotilaat, retkut ja joutenolijat. Perhe- ja ihmissuhdeongelmat, riidat ja eripuraisuus sekä ihmisten asenteet, negatiivinen tunneilmasto ja huono käytös vähentävät myös monien arjen hyvinvointia. Näistä erityisesti piittaamattomuus ja välinpitämättömyys toistuivat useissa vastauksissa.

Kolmanneksi eniten vastaajien hyvinvointia vähentävät arjenhallintaan liittyvät vaikeudet, etenkin kiire, ajan puute ja stressi. Seuraavaksi yleisimpänä harminaiheina esiin nousevat liikenteen ongelmat, kuten ruuhkat, piittaamattomuus liikenteessä sekä julkisen liikenteen osalta heikot yhteydet ja myöhässä olevat tai ajamatta jäävät vuorot. Merkittäviä harminaiheuttajia ovat myös taloudelliset ongelmat, joiden syyksi osassa vastauksia eriteltiin liian pieni palkka sekä korkeat elinkustannukset ja asumisen kalleus. Lisäksi runsaasti mainintoja saivat työelämän erilaiset vaikeudet ja liika työ, terveydentilaan liittyvät vaivat sekä palvelujen riittämättömyys ja puutteet. Muita arjen hyvinvointia vähentäviä tekijöitä vastauksissa olivat muun muassa huono sää, päihteet, väkivalta ja politiikan sotkut. Alla olevassa taulukossa on nähtävillä kirjattujen arkisten harmien karkea jaottelu. Tarkempi jaottelu löytyy liitteestä 5.

Taulukko 8. Arjen harmien karkea luokittelu

Harmin aiheita, jotka vähentävät arkiviihtyvyyttänne ja hyvinvointianne?	Vastauksia N
Ympäristö ja asuminen	1043
Ryhmät	405
Arki	326
Liikenne ja liikkuminen	227
Sairaudet ja vaivat	187
Tunteet ja asenteet	176
Talous ja toimeentulo	174
Työelämä	164
Perhe ja ihmissuhteet	160
Palvelut	141
Ihmisten käytös	115
Julkinen liikenne	88
Muut	88
Sää ja ilmasto	47
Lapsiin ja nuoriin liittyvät asiat	45
Yhteiskunta ja politiikka	36
Päihitteet	26
Jonkin puute	11
Kulttuuriset ongelmat	6

2684 ihmistä vastasi kysymykseen viime vuoden elämän kohokohdasta. Useimmiten se liittyi perheeseen ja ihmissuhteisiin. Lapsen tai lapsenlapsen syntymä, uusi ihmissuhde sekä syntymäpäivät, hääät ja muut merkkitapahtumat olivat tyypillisiä vuoden kohokohtia. Seuraavaksi yleisimmin mainittiin matkustaminen erityisesti ulkomaille. Kaikki vastaajat eivät vastauksessaan eritelleet lomamatkan kohdetta, sen sijaan osa mainitsi lomamatkan nimenomaan ystävien tai perheen kanssa tai heidän luokseen. Myös matkat kotimaassa saivat mainintoja. Kolmanneksi yleisimpänä alueena esiin nousi vapaa-aika erilaisine aktiviteetteineen. Usein vuoden kohokohta liittyi myös työhön tai opiskeluun, asumiseen (etenkin muuttoon) ja terveydentilaan. Mainintoja saivat myös muun muassa taloudellisen

tilanteen koheneminen ja hankinnat. Jotkut vastaajista kertoivat kohokohtia olleen vuodessa monta tai että vuosi oli tasainen, vailla kohokohtia. Alla olevasta taulukossa on nähtävillä kohokohtien karkea jaottelu. Tarkempi jaottelu löytyy liitteestä 6.

Taulukko 9. Vuoden kohokohtien karkea luokittelu

Mikä oli viime vuoden kohokohta elämässänne?	Vastauksia N
Perhe ja ihmissuhteet	982
Matkustaminen	525
Vapaa-aika	481
Työ ja eläke	215
Asuminen	170
Terveystila	152
Taloudellinen tilanne	42
Ei kohokohtaa, tasaista, en osaa sanoa	69
Monta kohokohtaa	29
Koko vuosi	14
Koko vuosi vaikea	3
Uskonto	2

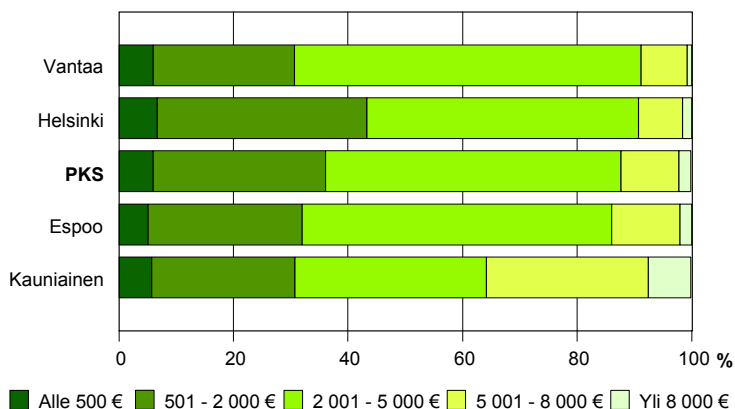
Asteikolla 0—10 onnellisuus pääkaupunkiseudulla on 8,2. Kuntien välisessä vertailussa luku on korkeampi Kauniaisissa ja Espoossa. Ikäluokkien välillä erot eivät ole merkitseviä. Naiset ovat miehiä hieman onnellisempia ja suurituloiset ovat pienituloisempia onnellisimpia.

Taloudellinen tilanne jakaa vastaajia

Taloudellisen tilanteen osiossa kysyttiin vastaajan kotitalouden kuukausituloja sekä kuinka hyvin he kokevat tulevansa niillä toimeen. Lisäksi taloudellista tilannetta tarkasteltiin väittämiin, joiden kanssa vastaaja voi olla joko samaa tai eri mieltä. Seuraavaa, tavanomaisista arkimenoista poikkeavaa menokohdetta, johon rahaa ajateltiin käyttää lähitulevaisuudessa, kysyttiin avokysymyksellä. Kysely kartoitti myös autojen määrää kotitaloudessa. Vastaajille, joilla oli vaikeuksia saada rahat riittämään, oli

kyselyssä oma osionsa. Siinä kartoitettiin asioita, joista rahapulan vuoksi tingitään, sekä rahaongelmiin vaikuttaneita syitä.

Vastaajan kotitalouden kuukausituloja verojen jälkeen kysyttiin 9-portaisella asteikolla. Alin tuloluokka oli alle 500, korkein taas yli 8000 euroa. Kun 9-luokkainen kuukausituloihin perustuva aineisto ryhmiteltiin viiteen luokkaan, muodostavat suurimman ryhmän 2001–4000 euroa kuukaudessa ansaitsevat. Heitä on vastanneista 52 prosenttia. Alhaisimpaan tuloryhmään, alle 500 euroa kuukaudessa ansaitseviin, kuului vastanneista 6 prosenttia. Vastaavasti korkeimpaan tuloluokkaan, yli 8000 euroa kuussa ansaitseviin, kuului 2 prosenttia vastanneista. Alhaisimmassa tuloluokassa yli puolet on joko opiskelijoita (36 %) tai työttömiä (23 %).



Kuvio 16. Kotitalouden kuukausitulot kunnittain

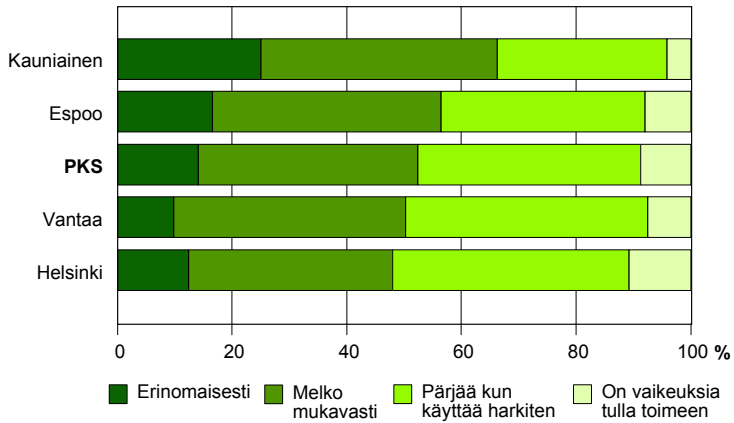
Kysyttäessä kotitalouden tulojen riittävyttä toimeentulon kannalta, kertoi yli puolet (52 %) tulevansa toimeen joko erinomaisesti tai melko mukavasti. Vastaajista 39 prosenttia pärjää, kun käyttää rahaa harkiten, kun taas 9 prosentilla on vaikeuksia tulla toimeen.

EVA:n kansallisessa arvo- ja asennetutkimuksessa vuodelta 2005, Onnellisuuden vaikea yhtälö (Torvi ja Kiljunen 2005, 57), on käytetty samaa mittaria. Siinä vastaajista 59 prosenttia ilmoitti pärjäävänsä tuloillaan käyttäessään rahaa harkiten, 23 prosenttia tuli toimeen melko mukavasti, 12 prosentilla vastaajista oli vaikeuksia tulla toimeen ja 5 prosenttia tuli toimeen erinomaisesti. EVA:n tutkimuksessa toimeentuloarviot suhteutettiin onnellisuusarvioihin, ja tulokset osoittivat onnellisuuden kasvavan vau-

rauden myötä. Toimeentulovaikeuksia ilmoittaneista 54 prosenttia kertoi olevansa onnellinen, kun taas erinomaisesti toimeentulevista 91 prosenttia. Erinomaisesti toimeentulevat edustavat kuitenkin pientä väestönosaa (EVAn tutkimuksessa 5 %), kuten myös erittäin onnelliseksi itsensä tuntevat.

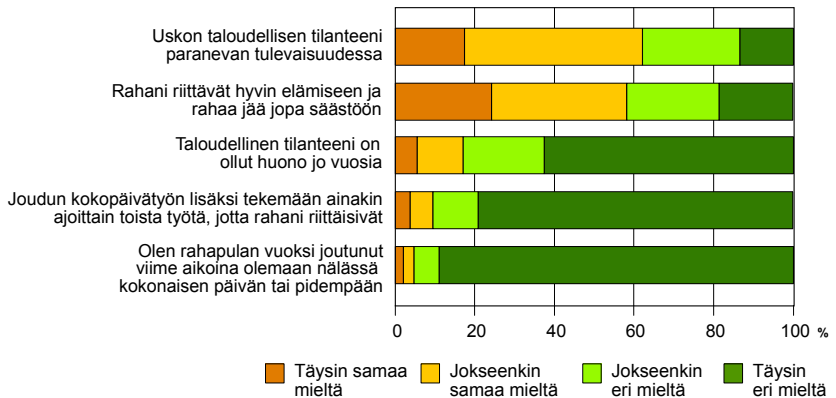
Kansalaisbarometrin mukaan valtaosa suomalaisista arvioi oman ajankohtaisen taloudellisen tilanteensa hyväksi tai melko hyväksi. Huonona taloudellista tilannettaan piti kuusi prosenttia ja melko huonoksi sen arvioi kahdeksan prosenttia. (Huom. uusimman kansalaisbarometrin aineistoin keruuvaihe oli keväällä 2008.)

Kansalaisbarometrissa taloudellista tilannetta lähestyttiin myös koko kotitalouden kannalta tulojen riittävyyden näkökulmasta. Huonoksi (6%) tai melko huonoksi (12%) kotitaloutensa tulojen riittävyyden arvioi 18 prosenttia, kohtalaiseksi 36 prosenttia ja hyväksi (11%) tai melko hyväksi (35%) 46 prosenttia. Barometrissa todetaan, että yleinen taloudellinen tilanne ja tulojen riittävyys näyttävät kuvaavan taloudellisen toimeentulon arvioissa toisiaan täydentäviä näkökulmia. Barometrissa näistä kahdesta muodostettiin summamuuttuja, jota käytettiin alueellisia eroja tarkasteltaessa. Vertailussa maakuntien erot olivat pieniä, mutta keskimääristä enemmän erityisen hyvänä taloudellista toimeentuloaan pitäviä on Keski-Pohjanmaalla ja Uudellamaalla. Paras-kuntaryhmittelyn mukaan korostui pääkaupunkiseudun ja sen ympäristökuntien muita kuntia myönteisempi taloudellisen toimeentulon kokemus. (Siltaniemi ym. 2009, 53–56.) Toimeentulon ja hyvinvoinnin suhdetta on arvioitu ristiriitaiseksi. Silti niiden välillä on usein havaittu lievää positiivista korrelaatiota (Torvi ja Kiljunen 2005, 55).



Kuvio 17. Tulojen riittävyys kunnittain

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksessa taloudellista tilaa tarkemmin kuvaava väittämä rahojen riittämisestä elämiseen ja säästöön jakaantuu melko tasaisesti, kun 58 prosenttia on väittämän kanssa samaa mieltä ja 42 prosenttia eri mieltä. Kymmenesosa joutuu taloudellisen tilanteensa takia tekemään ainakin ajoittain toista työtä. Kokonaisen päivän tai pidempään rahapulnan vuoksi nälässä on ollut 5 prosenttia vastaajista. Lähes viidesosalla (17 %) huono taloudellinen tilanne on jatkunut useita vuosia, ja 38 prosenttia ei usko sen paranevan tulevaisuudessa.



Kuvio 18. Taloudellisen tilanteen kokeminen

Pääkaupunkiseudulla joudutaan rahapulan vuoksi tinkimään eniten omista vaatteista ja jalkineista (21 %) sekä omista harrastuksista (18 %). Lääkkeistä joutuu tinkimään 4 prosenttia ja terveydenhuollosta 6 prosenttia. Vähiten pääkaupunkiseudulla tingitään lasten harrastuksista (2 %) ja lasten vaatteista ja jalkineista (3 %).

Rahavaikeuksiin pääkaupunkiseudulla vaikuttavat eniten 25 listatusta syystä selvästi eniten pieni palkka (10 %), liian pienet tulot pakollisiin menoihin nähden (10 %) sekä korkea vuokra (9 %). Vähiten rahavaikeuksiin vaikuttavat rahapelien pelaaminen (0,4 %), onnettomuus (kolari, tulipalo, tms. 0,5 %) sekä puolison kuolema (0,5 %). Muita vastaajien ilmoittamia rahaongelmien syitä oli yhteensä 170 kappaletta. Koodauksessa esille nousevat näistä etenkin äitiysloma ja kodinhoitotuen pienuus, opintotuen tulorajat, palkan tai avustuksen pienuus tai epäsäännöllisyys, läheisen tai oma sairaus sekä lasten tai lastenlasten avustaminen opinnoissaan elämiseen alkuun pääsemisessä.

Myös edellä mainitussa Espoota koskevassa tutkimuksessa yleisimmiksi syiksi taloudellisiin vaikeuksiin nousevat pieni palkka, liian pienet tulot pakollisiin menoihin nähden sekä korkea vuokra (Miettinen 2009). Samoin Kansalaisbarometrin tuloksissa keskeiseksi toimeentulovaikeuksien taustalla olevaksi syyksi nousi pienituloisuus (Siltaniemi ym. 2009, 65).

Yli puolet vastaajista (51 %) asui kotitalouksissa, joissa on käytössä yksi auto. Autottomissa kotitalouksissa asui 27 % vastaajista. Kahden auton talouksia löytyi 18 % ja kolmen tai useamman auton talouksia 3 %.

Taulukko 5. Autojen lukumäärä kunnittain

Autojen lukumäärä	Espoo %	Helsinki %	Kauniainen %	Vantaa %
Ei yhtään	20	39	12	18
Yksi	54	48	42	56
Kaksi	22	11	40	22
Kolme tai useampia	4	2	6	4

Avokysymyksellä kysytty lähitulevaisuuden seuraava, tavanomaisista arkimenoista poikkeava menokohde tuotti 2854 vastaajan tuotoksen. Selvästi yleisimmin mainittu menokohde on lomamatkat, mutta myös kodin remontointi ja sisustus sekä kodin elektroniikka mainitaan usein.

Taloudellinen tilanne on selvästi yhteydessä myös muihin kyselyn teemoihin. Vastaajat, joiden taloudellinen tilanne on huono, ovat myös

tyytymättömiä asuntoonsa, heidän terveydentilansa on huonompi ja heillä on enemmän ongelmia. He ovat myös tyytymättömiä varallisuuteensa, tuloihinsa ja kulutusmahdollisuuksiinsa, mahdollisuuteensa markustella, työtilanteeseensa, mahdollisuuteensa kulttuuriharrastuksiin sekä mahdollisuuksiinsa viihteeseen ja hauskanpitoon.

Vastaajien lisäkommentteja

Kyselyn lopuksi vastaajat saivat vielä muutaman rivin tilaa halutessaan lisätä ajatuksiaan. Yli 600 vastaajaa kirjoitti tähän kohtaan jotakin. Vastausten sisältö oli hyvin vaihtelevaa. Joukossa oli lyhyitä kiitoksia ja hyvän jatkon toivotuksia, palveluiden puutteisiin liittyviä asioita, politiikkaan ja yhteiskunnan prioriteetteihin liittyviä kommentteja, tarkennuksia omaan elämäntilanteeseen, arvioita omasta asuinalueesta ja asuinkunnasta, positiivista ja negatiivista palautetta kyselylomakkeesta ja niin edelleen.

Useimmat vastaukset olivat palveluihin ja sosiaalipolitiikkaan liittyviä kriittisiä kommentteja. Erityisesti eläkeläisten toimeentuloon ja vanhusten hoitoon ja palveluihin perättiin lisää resursseja. Asumisen kalleus ja korkeat elinkustannukset mainittiin useasti kohtuuttomina ja mahdottomina. Moni toivoi joukkoliikenteeseen parempia yhteyksiä tai edullisempia hintoja. Asuinympäristöön liittyviä näkemyksiä esitettiin runsaasti; liian tiivistä rakentamista, meluisuutta ja epäsiisteyttä moitittiin ja ympäristön viihtyvyys ja puistoihin toivottiin panostamista. Myös terveydenhoitopalveluita kritisoitiin ja lapsiperheille, yksinhuoltajille ja nuorille kaivattiin lisää palveluita ja tukia. Muutama toivoi päättäjien tai virkamiesjohdon joutuvan kokeilemaan köyhän tai keskivertokansalaisen varoilla elämistä. Positiivisiakin kommentteja esitettiin liittyen esimerkiksi kirjastoihin ja ulkoilumahdollisuuksiin, ja omaa kuntaa kehuttiin hyvänä paikkana elää.

Seuraavaksi yleisimmät olivat kyselylomakkeeseen liittyvät kommentit, joista yli puolet oli neutraalisia, reilu neljännes positiivisia ja noin viidennes kriittisiä tai negatiivisia. Vastaajat kirjoittivat muun muassa kyselyn täyttämiseen liittyvistä tuntemuksista, siitä kuinka mukava oli päästä vastaamaan, pysähtyä miettimään omaa tilannetta tai huomata olevansa hyvässä elämäntilanteessa. Muutama pahoitteli myöhästynyttä vastaustaan, ja jotkut toivoivat, että kyselyyn vastaamisesta saisi pienen palkinnon, vaikkapa liikuntasetelin, kahvikupongin tai elokuvalipun. Toive tai kysymys tutkimuksen tulosten saannista ja julkaisusta toistui useamman kerran. Lomakkeiden tunnistenumerointi ja vastaajien ano-

nyymina pysyminen huoletti muutamaa. Kahden vastaajan mielestä olisi hyvä, että kyselyyn voisi vastata sähköisesti. Kyselylomaketta kiitettiin ja keuhuttiin hyvin laadituista kysymyksistä ja selkeistä vastausvaihtoehdoista, ja tutkimusta pidettiin mielenkiintoisena ja tärkeänä. Kritiikki kohdistui useimmiten lomakkeen laajuuteen, sitä pidettiin liian pitkänä ja aikaa vievänä. Lisäksi joitakin kysymyksiä pidettiin epäselvinä, hankalina tai huonosti laadittuina. Muutama epäili tutkimuksen hyödyllisyyttä. Muita lisäyksiä olivat esimerkiksi ilmoitus, että kyselyn täyttikin taloudessa joku muu kuin se, kenelle lomake oli osoitettu, kysymys palautuspäivämäärän puuttumisesta ja kiittäminen ruotsinkielisestä lomakkeesta.

Kolmanneksi useimmin vastaukset liittyivät vastaajan elämäntilanteen tarkennuksiin. Monissa viitattiin kyselyn vastauksiin ja huomioitiin, että oma tilanne talouden, asumisen tai perhemuodon suhteen on väliaikainen, juuri muuttumassa tai vastikään muuttunut. Jotkut kertoivat asumisjärjestelyistään, esimerkiksi, että asuvat osan vuodesta muualla tai että asuvat muiden kanssa, mutta erillistalouksina.

Hyvän jatkon toivotuksia ja lyhyitä kiitoksia vastauksissa oli myös paljon. Lisäksi kerrottiin omaan perheeseen tai ihmissuhteisiin liittyviä seikkoja, keuhuttiin omaa asuinaluea ja kerrottiin lemmikkieläimen tärkeydestä. Kirjavia mielipiteitä ilmaistiin esimerkiksi pääkaupunkiseudun kuntien liitoksista, verotuksesta, ulkomaalaisista, eriarvoisuudesta sekä kuntalaisten ja kansalaisten näkemysten ja hyvinvoinnin huomioon ottamisesta politiikassa. Vastauksissa oli myös lukuisia sanontoja, humoristisia huomautuksia, iskulauseita, toiveita ja ilmaisuja, ettei ole mitään lisättävää.

Yhteenveto

Tutkimukseen pyrittiin tuomaan suurkaupunkinäkökulmaa valitsemalla ja muokkaamalla lomakkeen kysymykset aluetta ja sen ilmiöitä parhaiten kuvaaviksi. Pääkaupunkiseudulla asumisen halua eniten lisäävät tekijät ovat arkipäivää helpottavia ja palvelukeskeisiä: läheltä löytyvät palvelut, palvelutarjonta ja ostoksillakäyntimahdollisuudet. Myös alueen mahdollisuuksien laaja tarjonta heijastuu vastauksissa. Pienemmillä paikkakunnilla sekä palvelut että mahdollisuudet ovat usein rajatumpia. Urbanista kasvottomuudesta voi löytyä myös arkipäivän voimavaroja. Arkipäivän viihtyvyyttä ja hyvinvointia lisääväksi tekijäksi mainittiin usein juuri tuntemattomilta saatu huomio tai ystävällinen ele.

Aineistonkeruun ajankohdalla on tässä tutkimuksessa suuri merkitys. Uutiset taloudellisesta taantumasta eivät vielä loppukeväällä 2008 olleet osa päivittäistä uutistarjontaa. Tämä voi osaltaan selittää sen, ettei taloudellinen tilanne tai huoli työpaikan säilymisestä korostu vastauksissa. Uudelleen mitattaessa tulos voisi olla aivan toinen. Toisaalta taloudelliset tekijät eivät myöskään nouse selvästi esiin arkiviihtyvyyttä ja hyvinvointia lisäävissä tekijöissä. Arjen voimavarat ammennetaan tavaran ja hankintojen sijaan ihmissuhteista, kiireettömyydestä ja viihtyisästä asumisesta. Huonoina aikoina näiden ”pienten” ja ”ilmaisten” hyvinvointitekijöiden ja sosiaalisen pääoman rooli korostunee entisestään.

Asumisteemassa kuvastuu yleinen tyytyväisyys asuntoon ja asuin-alueeseen. Vastaajista yli 80 prosenttia oli erittäin tai melko tyytyväinen suurimpaan osaan kysytyistä aluetta koskevista tekijöistä. Erityistä kiitosta saavat alueella liikkumisen helppous, ulkoilu- ja liikuntamahdollisuudet ja liikenneyhteydät. Jatkoanalyysi asumisviihtyvyydestä voi tuoda esiin alueiden välisiä eroja ja puutteita.

Pääkaupunkiseudun ” urbaani luonto ” puistojen ja viherväestön muo-
dossa saa paljon kiitosta. Usein rakentamaton luontokaan ei ole kaukana. Kaupunkiympäristössä luonnon korostaminen arkiviihtyvyyden lisääjänä ja hyvinvointitekijänä voi olla moniselitteinen ilmiö. Rakkaus luontoon on tunnetusti suomalainen ilmiö. Pääkaupunkiseudulla luonnon merkitys voi korostua juuri seudun asumistiheyden vuoksi, jolloin luonnosta haetaan omaa tilaa. Luonto voi myös tarjota vastapainoa vastauksissa korostetulle kiireelle ja arjen hektisyydelle. Ulkotilan merkitystä ilmentävät esimerkiksi pienikin oma piha tai parveke.

Terveyttä tarkasteltiin sekä fyysisen terveydentilan että viimeaikaisten mielialojen näkökulmasta. Fyysisen terveydentilansa arvioi hyväksi tai melko hyväksi suurin osa vastaajista ja vain 5 % arvioi sen melko huonoksi tai huonoksi. Mielialojen kokemisessa on enemmän vaihtelua. Suurin osa vastaajista on elämäänsä tyytyväinen ja suhtautuu tulevaisuuteensa toiveikkaasti. Stressi, huolestuneisuus, masentuneisuus ja yksinäisyys ovat kuitenkin usein tai jatkuvasti läsnä monen arkipäivässä. Erityisen huolestuttavaa on nuorten kokemat negatiiviset mielialat ja yleisyys muuhun väestöön nähden. Tutkimuksen kvalitatiivinen osio hakee parempaa ymmärrystä nuorten kokemaan pahoinvointiin haastattelujen avulla.

Kiireisestä elämästä ja stressistä huolimatta yli 80 prosenttia nauttii työstänsä. Työn yhteys välittömästi ja välillisesti myös muuhun arkipäivään tulee esiin selvästi. Vaikuttamismahdollisuudet, taloudellinen tilanne ja

viimeisen kuukauden aikana koetut mielialat ovat selvästi paremmat niillä, jotka ovat työelämäänsä tyytyväisiä. Työ voidaan nähdä arjen voimavarana. Taantuman vaikutukset työtyytyväisyyteen ja sitä kautta muihin hyvinvointitekijöihin tarjoaa mielenkiintoisen kohteen jatkotutkimukselle.

Suurin osa kokee taloudellisen tilanteensa suhteellisen hyväksi. Kuitenkin lähes viidesosa kokee huonon taloudellisen tilanteensa jatkuneen vuosia ja viisi prosenttia on huonon taloudellisen tilanteensa takia joutunut olemaan nälässä päivän tai kauemmin. Rahaongelmien syiksi mainitaan usein liian pienet tulot pakollisiin menoihin nähden. Nämä luvut ovat huolestuttavia erityisesti siitä syystä, etteivät kyselyt usein tavoita kaikkein huonoiten voivaa väestöä.

Arkipäivää koskeva, avovastauksilla kerätty rikas aineisto vaatii jatkoanalyysiä. Jo karkea teemoittelu paljasti perheen ja ihmissuhteiden, luonnon, viihtyisyyden ja kiireettömyyden parantavan arkiviihtyvyyttä. Yleisimmiksi harmin aiheiksi listattiin ilkivalta, sotkuisuus, melu ja ryhmät, kuten päihteiden väärinkäyttäjät ja maahanmuuttajat. Tämä aineisto voi tarjota kunnille asukkaiden ”äänen” ja viitteitä arkipäivän voimavarojen tukemiselle ja harmin aiheiden työstämiselle.

5 Kvalitatiivinen tutkimus – tuloksia

Taustaa

Haastattelujen kohderyhmäksi valittiin 18–25-vuotiaat pääkaupunkiseudulla asuvat nuoret kyselyaineistosta nousseiden ilmiöiden perusteella. Tutkimuksen kvantitatiivisen osan tuloksista käy ilmi, että nuorten viimeaikaiset negatiiviset mielialat olivat yleisempiä kuin muilla ikäryhmillä. Nuoret olivat stressaantuneimpia, masentuneimpia, huolestuneimpia ja yksinäisimpiä. Muita hyvinvointitekijöitä kartoittaessa 18–25-vuotiaiden tyytymättömyys kohdistui erityisesti varallisuuteen, tuloihin ja kulutusmahdollisuuksiin, työtilanteeseen, mahdollisuuksiin harrastaa kulttuuria, mahdollisuuksiin elää ympäristössä, jossa tuntee olevansa kotonaan, elinympäristön puhtauteen sekä mahdollisuuksiin osallistua järjestö- ja vapaaehtoistoimintaan. Nuorimmalle ikäryhmälle eniten merkitystä oli ystävillä, luottamuksellisilla ihmissuhteilla, itsensä tuntemisella rakastetuksi sekä arvostuksen saamisella.

Nuorten hyvinvoinnin tutkimisesta

Sami Myllyniemi (2007, 107) ehdottaa, että parhaisiin tuloksiin hyvinvointiin liittyvissä tutkimuksissa voitaisiin päästä yhdistämällä objektiivisia ja subjektiivisia mittareita: objektiivisten mittareiden ja indikaattoreiden lisäksi ihmisiltä itseltään pitäisi kysyä henkilökohtaisia kokemuksia onnellisuudesta ja tyytyväisyydestä elämään. Koettua hyvinvointia tarkastelemalla voidaan löytää myös siihen vaikuttavia objektiivisia tekijöitä. Tämän tutkimuksen

kvalitatiivisessa osassa syvennyttään nuorten subjektiivisiin kokemuksiin hyvinvoinnista ja pahoinvoinnista sekä nuorten omiin käsityksiin niihin vaikuttavista seikoista.

Tässä luvussa esitellään ensin viimeaikaisia nuorten hyvinvointitutkimuksia. Lisäksi haastatteluista nousseiden teemojen yhteydessä esittelemme nuorten hyvinvoinnista kertovia, samoihin teemoihin liittyviä tutkimustuloksia, joita on usein mitattu objektiivisilla mittareilla.

Nuorten hyvinvoinnin tekijöitä ja suuntauksia

Pirjo Turtiaisen ja Timo M. Kauppinen (2004, 128) mukaan nuorten hyvinvointikäsityksissä yhdistyvät tietyt piirteet. Tämänhetkisen hyvinvoinnin kannalta merkittäviä asioita ovat hyvät perhe- ja ystävyys-suhteet, koulutus, kuuluvuuden tunne, arvostuksen saaminen sekä mahdollisuus vaikuttaa omaa elämää koskeviin valintoihin ja päätöksiin. Nuorisobarometrin 2007 tulosten perusteella nuorille elämän tyytyväisyyden kannalta tärkeimpiä asioita puolestaan ovat terveys ja ihmissuhteet. Niiden jälkeen tulevat vapaa-aika, työ, koulutus ja taloudellinen tilanne (Myllyniemi 2007, 111-112).

Kouluterveyskyselyiden mukaan nuorten hyvinvoinnissa ei ole tapahtunut viime vuosina suuria muutoksia. Silti vakavimpien ongelmien, kuten vaikean tai keskivaikean masennuksen etenkin tyttöjen kohdalla, on havaittu lisääntyneen. (Myllyniemi 2007, 102 ref. Rintanen 2007, 36–40.)

Nuoret, onni ja menestyminen

Nuoriin kohdistuvat vaatimukset ovat moninaisia: nuorena on yritettävä parhaansa, jaksettava sekä kyettävä harkittuihin valintoihin, joista tärkeimmät liittyvät koulutukseen ja työhön (Ollila 2008, 179). Nuorten tekemiin valintoihin taas vaikuttavat konkreettisesti esimerkiksi paikalliskulttuuriset mallit ja sukupuolten mukaiset toimintatavat (Ollila 2008, 309 ref. Tolonen 2005, 33–65). Ajatus rajattomasta valinnan vapaudesta kätkee taakseen sosiaalisten, kulttuuristen ja materiaalistien erojen sanelemia mahdollisuuksien ehtoja (mt. 2008, 210).

Nuorisobarometrin (Myllyniemi, 2008) mukaan suurin muutos arvostusten kohdalla on tapahtunut hyvän ja arvostetun yhteiskunnallisen aseman tavoittelun tärkeydessä. Vuonna 2000 sitä piti arvossa joka kymmenes, 2008 joka viides nuori. Kilpailua ja valinnanvapautta korostava individualismi ja oletus rationaalisesti valitsevastä yksilöstä vaikuttavat siihen, millaiseksi kuva menestymisestä ja epäonnistumisesta muodostuu. Nuorille jätetään

usein yhä suurempi vastuu omista valinnoistaan, kun yhteiskunnalliset ongelmat ja rakenteelliset olosuhteet palautetaan yksilön kriiseiksi. Nuorten onnellisuuspuhe ja menestyksen määritelmät ovat sukupuolituneita siten, että materiaallinen menestys korostui poikien kohdalla, kun taas perhe ja ihmissuhteet tyttöjen kohdalla (Ollila 2008, 132–137).

Syrjäytyminen

2000-luvulla mielenterveyden häiriöihin ja erityisesti masennukseen perustuvat nuorten ja nuorten aikuisten sairauspäivät ja työkyvyttömyys ovat lisääntyneet huomattavasti enemmän kuin iäkkäämpien. Vuonna 2008 Kela korvasi yli 400 000 sairauspäivää alle 30-vuotiaiden masennuksen takia. Määrä on 44 prosenttia suurempi kuin vuonna 2004. 20–24-vuotiaiden kohdalla kasvu on ollut yli 47 prosenttia. Päivärahakausissa mitattuna suurin prosentuaalinen muutos vuodesta 2004 tapahtui 16–19-vuotiaiden miesten masennuksen vuoksi alkaneiden kausien lukumäärässä; ne kasvoivat jopa 75 prosenttia. Naisilla vastaava suurin muutos oli 20–24-vuotiailla (52 %). (Raitasalo ja Maaniemi 2009.)

Kelan tutkijoiden mukaan kasvu ei johdu mistään yksittäisestä syystä, vaan terveydentilaltaan herkästi haavoittuvia nuoria tukevan sosiaalisen turvaverkoston haurastumisesta. Tämä koskee perheen, koulun ja opiskelun, työn ja terveydenhuollon muodostamaa kokonaisuutta. Opiskelun ja työelämän osalta suorituspaineeet ovat kasvaneet siinä määrin, että kaikkien nuorten kapasiteetti tai kognitiivinen ja sosiaalinen kyvykkyys ei siihen välttämättä riitä. Mitä aikaisemmin häiriöistä kärsivät nuoret tavoitetaan ja saadaan hoidon sekä sitä tukevan kuntoutuksen piiriin, sitä vähemmän haittoja häiriöt aiheuttavat. (Raitasalo ja Maaniemi 2009.)

Viimeisimmän nuorisobarometrin (Myllyniemi 2009)mukaan nuorten omat käsitykset nuorten syrjäytymisen syistä painottavat sosiaalisia tekijöitä. Ystävien puutetta pidetään tärkeimpänä syynä syrjäytymiselle, toiseksi tärkeimpänä joutumista huonoon seuraan. Myös päihteet koetaan erittäin vahvasti syrjäytymisen syyksi ja enemmistön mielestä syrjäytyminen johtuu ainakin jonkin verran työpaikan tai koulutuksen puutteesta. (Mt., 125)

Teemahaastattelujen tuloksia

Haastattelumenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua teemahaastattelua, joka on astetta strukturoidumpi kuin avoin haastattelu. Teemahaastattelu oli tämän tutkimuksen menetelmänä tarkoituksenmukainen, koska tutki-

muksen tavoitteena oli antaa ”ääni” nuorten yksilöllisille kokemuksille ja tuntemuksille. Aiempien tutkimusten ja aihepiiriin tutustumisen pohjalta valittiin haastattelurungon teemat, jotka ovat kaikille haastateltaville samoja. Myös kysymykset ovat kaikille samat, mutta vastaajille ei anneta valmiita vastausvaihtoja, vaan heille annetaan mahdollisuus vastata omin sanoin ja annetaan tilaa heidän tulkintoilleen ja merkityksenannoilleen. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47–48, 66; Eskola & Suoranta 2000, 86–87.)

Haastattelurunko koostui useammasta osa-alueesta, kuten lapsuus, perhe, arki, ihmissuhteet, ongelmat ja vaikeudet, päihteet, talous, urbaani ja pääkaupunkiseutu ja tulevaisuus. Haastattelukysymyksiin vastaamisen lisäksi haastateltavia pyydettiin täyttämään ihmissuhteiden ympyrä, elämänviiva ja tulevaisuuden viiva. Nämä selitetään tarkemmin vastausten käsittelyn yhteydessä.

Haastatteluaineiston analyysimenetelmänä on käytetty teemoittelua. Aineistosta on nostettu esiin nuoria yhdistäviä teemoja. Myös poikkeavia näkemyksiä haluttiin tuoda esiin. Teemat esitellään seuraavaksi haastattelurungon mukaisessa järjestyksessä. Suoria lainauksia haastatteluista esitellään tässä luvussa tarkoituksella runsaasti. Esimerkiksi ongelmista ja vaikeuksista puhuttaessa nuorten ääni kuuluu parhaiten juuri sitaattien avulla.

Lapsuus

Haastattelu alkaa lapsuusteemalla, johon sisältyvät kysymykset asuinpaikasta, -talosta ja -ympäristöstä sekä alueen sosiaalisista kontakteista. Lapsuuden asuinalueita käydään läpi myös mukavien muistojen ja harmin aiheiden kautta. Lisäksi tiedustellaan lapsuuden leikki- ja harrastusympäristön laajuutta.

Haastateltavat olivat asuneet lapsuudessaan erilaisilla alueilla, osa kaupunkiympäristössä ja osa maalla. Osa oli asunut useammassa eri ympäristössä, välillä jopa ulkomailla, osalla taas paikkakunta oli pysynyt samana koko elämän ajan. Maaseutua kuvattiin muun muassa ilmauksilla *”punainen tupa ja perunamaa”*, *”peltoa ja kasvimaata”*, *”palvelut kauempana”*. Kaupunkiympäristöstä jotkut kuvasivat asuintalojaan *”perinteinen 70-luvun harmaa kerrostalo”*. Kaupunkiympäristön asuinalueita kuvattiin myös pieneksi kyläksi. Asuinalueen kuvaukset käsittävät usein suhteellisen pienen, lähes kotiportailta nähtävissä olevan alueen sekä lapsena usein vierailleet paikat, kuten kaupan ja koulun.

Useat muistelivat asuinaluettaan positiivisessa valossa ja kuvasivat luontoa, merenrantaa, metsää sekä asuinalueen kauneutta. Rakentamaton ympäristö on toiminut monilla inspiraation lähteenä. Lapsuuden asuinalueen kuvauksissa keskeisinä teemoina ovat myös lapsuuden leikit ja leikkikaverit. Lapsuuden leikeissä kuvastuu lasten mahdollisuus ja oma rooli käyttää mielikuvitusta omien leikkien rakentajina. Valmiiksi rakennettuja tai tarjottuja leikkimahdollisuuksia tai – paikkoja ei mainita. Leikeistä mainittiin muun muassa kallioilla kiipeily, majojen rakentaminen, kirkonrotta ja kaupan leikkiminen naapureiden lasten kanssa. Ainoastaan yksi haastateltava kertoi tekemisvaihtoehtojen puutteesta.

Keskeinen teema on myös palvelujen, koulun ja päiväkodin läheisyys. Leikkikavereiden lisäksi yhden haastateltavan kuvauksessa nousi esiin asuinympäristössä vallinnut yhteisöllisyys myös aikuisten kesken, joka oli niin positiivista, että haastateltava haluaisi jopa muuttaa takaisin asuinympäristöön *”paljon grillijuhlia pihaihmissen kesken, aika paljon oltiin pihalla keskenään”*. Sen lisäksi, että asuinaluetta kuvattiin pitkälti lapsen silmin, kertoi kaksi haastateltavaa kokeneensa lapsena ympäristön tietynlaiseksi ja myöhemmin ymmärtänyt asioiden olevan toisella tavalla. Esimerkiksi välimatkat kavereiden luo tuntuivat pitkiltä vaikka myöhemmin ymmärsi, etteivät kaverit niin kaukana asuneetkaan tai asuinympäristö tuntui rauhallista vaikka oikeasti sosiaalisia ongelmia olikin.

Positiivisten kuvausten ohella juuri asuinalueen rauhattomuus, levottomuus, ’pultsarit’ ja huumoruiskut nousivat joidenkin haastateltavien vastauksissa esiin. Negatiiviseksi koettiin myös toistuvat muutot ja niiden vaikutukset lapsuuden ihmissuhteisiin ja koulunkäyntiin.

Lapsuuden asuinalueen mukavista ja harmittavista asioista monet olivat samoja kuin asuinympäristöä kuvattaessa esiinnousseet asiat. Usein vastaukset liittyivät tunnepitoisiin muistoihin: *”alkoholistit ja kehitysvammaiset olivat ikäviä ja pelottavia, ”hauskoja setiä, jotka antoi karkkia”, ”vastapäisessä talossa asui tyttö, josta tuli hyvä ystävä ja jonka kanssa oli oikeastaan aina”, ”puusta löytyi pelottava mutta toisaalta myös kiehtova mäyrän pääkallo”, ”koulun pihalla oli mielettömän upea vaahterapuu, joka palkittiin kilpailussakin”*.

Ihmissuhteisiin liittyviä muistoja saattoi kavereiden löytymisen ohella olla myös niiden puuttuminen tai niihin liittyvät ongelmat. Näitä olivat esimerkiksi asuinalueella ei samanhenkisiä ihmisiä, itsensä kokeminen erikoiseksi ja oudoksi, samassa talossa asuvan pojan arastelu. Eräs haastateltava muisti mukavan tavaravaihtohuoneen, josta lapset löysivät mieleisiään ja jännittäviäkin tavaroita. Jotkut haastateltavat pohtivat asuinalueen

kokemista, jos sinne palaisi aikuisiällä: *"poismuutettua tuli ehkä missattua mukavia asioita, toisaalta aina voi palata takaisin", "jos sinne Malmille menee, tulee semmonen jotenki mukava filis"*. Eräs haastateltava koki alueen yhteisöllisyyden jopa liiallisena *"alueen sisäsiittoisuus harmitti"*.

Useimmilla haastateltavilla oli lapsena ollut kavereita, joita he olivat saaneet pihapiiristä, koulusta tai harrastusten kautta. Toisilla kavereita oli vähän ja tärkeämpiä olivat läheiset ystävät, joita oli muutama. Toisilla taas kavereita oli ollut paljon, mutta läheisiä ystäviä vähemmän. Joillakuilla oli kerrallaan yksi kaveri, joka vaihtui asuinpaikkakunnan tai elämäntilanteen mukaan. Edellä mainittujen pihaleikkien lisäksi jotkut kävivät kavereiden kanssa asuinpaikkakunnan keskustassa tai elokuvissa.

Useat haastateltavat kertoivat kavereus- ja ystävyys-suhteiden muuttuneen iän myötä. Kavereita on saattanut olla lapsena useitakin muttei enää niinkään vanhempana. Kavereiden kanssa olemiseen vaikuttaa myös muu elämä: eräs haastateltava mainitsi läksyjen vieneen aikaa niin paljon, ettei juurikaan ollut kavereiden kanssa vapaa-ajalla, vaikka hänellä koulussa olikin paljon kavereita. Kansainvälisen ystäväjoukon lapsuusiällä koettiin auttaneen hyväksymään erilaisuutta myös vanhemmalla iällä.

Eräät toisetkin haastateltavat pohtivat kavereussuhteita enemmän aikuisen näkökulmasta tai itseensä viitaten (*"koulussa oli paljon kavereita, olin vähän ehkä semmonen kaikkien ystävä", "on ollut kavereita, tulen toimeen ihmisten kanssa", "kavereita ollut lapsesta asti paljon, tuntuu jopa, ettei aika riitä kaikille, ja osan voisi antaa sellaisille, joita niitä ei ole" ja "ei oikeastaan ollut kavereita, olin lapsena syrjään vetäytyvä ja omissa oloissa viihtyvä"*).

Osalla haastateltavista on ollut lapsena harrastuksia ja osalla ei. Jotkut olivat aloittaneet harrastuksia ja kokeilleet useampaakin asiaa, mutta sittemmin lopettaneet harrastukset, koska ne eivät tuntuneet "omilta". Harrastaminen linkittyy myös kavereussuhteisiin yhtäältä siten, että kavereiden kanssa saatettiin olla lähinnä pihapiirissä eikä omia harrastuksia tällöin ollut, ja toisaalta siten, että kavereussuhteita syntyi harrastusten kautta tai kavereiden kanssa harrastettiin esimerkiksi maastopyöräilyä.

Usein mainittuja harrastuksia olivat partio ja ratsastus. Myös liikuntakerhot, muskari, luova tanssi, kuoro, voimistelu, 4H-kerho ja jalkapalloharrastus sekä toisaalta halu pelata jalkapalloa mainittiin. Harrastuksista kerrottaessa näkyi myös ajankuva siten, että eräs haastateltava mainitsi Pokemonin olleen vahvasti esillä. Tietokonetta tai sillä pelaamista ei mainittu lapsuuden harrastuksena. Se voi johtua siitä, etteivät tietokoneet vielä olleet jokaisen lapsen huoneen vakiovaruksena. Toisaalta se voi johtua

myös siitä, että harrastus käsitetään säännöllisenä tai ohjattuna toimintona (Stenvall, 2009).

Yhtä haastateltavaa olivat opettajat kannustaneet etsimään harrastuksia ja *”hankkimaan elämän muualtakin kuin asuinympäristöstä”*. Haastateltava oli kuitenkin pysytellyt kotikaupunginosassaan kavereiden kanssa. Edellisessä asuinpaikassaan hän kertoi jopa *”sekoilleen kavereidensa kanssa”* heittelemällä ihmisiä kivillä, mutta rauhoittuneensa sittemmin. Toista haastateltavaa taas vanhemmat olivat kannustaneet harrastuksiin, jotta tämä löytäisi uusia kavereita perheen jouduttua muuttamaan uudelle paikkakunnalle kesken lukuvuoden.

Perhe

Perheteeman kysymykset liittyvät kuvauksiin perheen kokoonpanosta, vanhempien työhistoriasta, sisaruksista, perhe-elämän kuvauksista sekä tuttavien ja sukulaisten tapaamisesta. Lisäksi kysyttiin esiintyikö perheessä lapsuudessa tai esiintyykö nykyisin työttömyyttä, mielenterveys- ja päihde- tai terveysongelmia, parisuhdeongelmia, kiirettä tai asumiseen liittyviä ongelmia. Myös näiden vaikutusta perheen arkeen kysyttiin. Lopuksi kysyttiin vielä haastateltavan nykyistä suhdetta lapsuuden perheeseensä. Tässä luvussa esitellään myös haastateltavien pääasiallinen toimi haastatteluhetkellä samassa yhteydessä lapsuuden perheenjäsenten toimien kanssa.

Haastatteluhetkellä suuri osa vastaajista joko opiskeli tai kävi työssä ja usea teki molempia. Haastateltavat työskentelivät esimerkiksi palveluammateissa ja sosiaalialalla. Haastateltavien joukossa oli yliopisto-, ammattikorkeakoulu- sekä toisen ammattioppilaitosten opiskelijoita. Opiskelualoja oli monia erilaisia eläinlääketieteestä taideopintoihin. Suurin osa opiskelevista nuorista puhui töissä käymisestä luonnollisena osana elämänvaihetta. Joissakin tapauksissa se voi olla myös välttämätöntä, koska vanhempien taloudellinen tilanne ei salli nuoren tukemista rahallisesti.

Osa haastateltavista ei ollut vielä löytänyt omaa alaansa tai paikkaansa (*”pitäis keksiä, mikä on mun juttu”*), tai he eivät olleet eri syistä johtuen onnistuneet saamaan työpaikkaa, vaikka olivatkin valmistuneet ammattiin. Useampi oli myös opiskellut jonkin aikaa tiettyä alaa ja sitten todennut, ettei se ole *”oma juttu”* ja keskeyttäneet. Haastateltavista moni olikin jonkinlaisessa *”välivaiheessa”*: hakeutumassa ensimmäiseen ammatilliseen koulutukseen tai yliopistoon, hakeutumassa tai aikeissa hakeutua uuteen koulutukseen, hakemassa työtä, palannut hiljattain ulkomailta tai lähdössä piakkoin ulkomaille esimerkiksi au pairiksi tai opiskelemaan, menossa

armeijaan tai kuntoutumassa. Välivaihe kuvastuu nuorten puheessa monella tapaa. Jotkut kokevat sen kuuluvan osaksi nuoruuttaan, ja useat eri mahdollisuudet tuntuvat jopa positiivisilta. Toisia epävarmuus tulevasta ahdistaa. Tulevaisuuden suunnittelun mielletään usein kuuluvan nuorten elämänvaiheeseen. Ilman tietoa avautuvista mahdollisuuksista opiskelu- tai työrintamalla, pitkälle tähtäävien suunnitelmien teko on lähes mahdotonta.

Työelämän tai opiskelun ulkopuolella olevat haastateltavat saivat erilaisia tukia (Kelan kuntoutustuki, toimeentulotuki, työmarkkinatuki, työttömyyskorvaus tai asumislisä). Osa oli kuntouttavassa työtoiminnassa työhönvalmennuskeskuksessa, jossa nuoret voivat tehdä ja oppia töitä, jotka voivat auttaa työmarkkinoille tai koulutuksen hakeutumisessa.

Haastateltavien vanhemmilla oli monia erilaisia ammatteja, ja useat olivat vaihtaneet ammattia elämänsä aikana. Osa haastateltavien vanhemmista myös oli toiminut tai toimi yrittäjinä. Myös vanhempien koulutus-taso vaihteli. Monen äiti oli hoitanut jonkin aikaa lapsia kotona, ja osan vanhemmat tai toinen vanhemmista oli myös opiskellut. Maahanmuuttajataustaisten haastateltavien vanhempien työssäkäyntiin vaikuttivat lisäksi kulttuuriset tavat niin, että äidit eivät olleet käyneet joko lainkaan työssä tai olivat käyneet vain vähän. Joidenkin haastateltavien vanhemmat olivat tai toinen vanhemmista oli työkyvyttömyyseläkkeellä. Useimmilla työkyvyttömyys johtui fyysisestä sairaudesta, mutta erään haastateltavan äiti oli eläkkeellä mielenterveysongelmien vuoksi. Moni haastateltava kertoi isän alkoholinkäytöstä, joka joissakin tapauksessa oli johtanut siihen, ettei isä käynyt työssä tai kävi siellä jaksottaan.

Monen haastateltavan sisarusten joukossa oli vielä alle kouluikäisiä tai kouluikäisiä lapsia. Hieman vanhemmista sisaruksista monet opiskelivat. Aikuisista sisaruksista useimmat olivat työssäkäyviä ja osa oli äitiyslomalla tai vanhempainvapaalla.

Kuten yllä olevasta kuvauksesta käy ilmi, on vanhempien työssäkäymättömyys toisinaan sidoksissa alkoholi- tai muihin ongelmiin. Perheen mahdollisten ongelmien ja perheenjäsenten pääasiallisten toimien tarkastelu yhdessä on tärkeää myös siksi, että vanhempien työssäkäynnin ohella ongelmat voivat vaikuttaa perheen lasten opiskeluun tai työssäkäyntiin. Yhteen perheeseen saattaa näin kasautua useampia tai useaa sukupolvea koskettavia ongelmia.

Useilla opiskelussa ja työssä vaikeuksia kokeneilla nuorilla oli mielenterveysongelmia. Heistä monen lapsuudenperheessä oli ollut ongelmia, kuten vanhempien päihteidenkäyttöä, mielenterveysongelmia, muita

terveysongelmia tai parisuhdeongelmia ja niistä seuraavia riitoja. Jotkut haastateltavat kertoivat kokeneensa vanhempiensa tai toisen vanhemman taholta vähättelevää suhtautumista, laiminlyöntiä tai rankaisua. Jotkut kertoivat myös ongelmallisista suhteista vanhempiensa uusiin puolisoihin. Avioeroaperheiden nuorten kokemukset vaihtelevat suuresti. Osalle avioero oli ollut helpotus vanhempien riitojen loputtua, ja välit molempiin vanhempiin olivat säilyneet hyvinä. Joukossa oli myös nuoria, jotka eron jälkeen yrittivät asua vuoroin kummankin vanhemman luona, mutta tilanteet kärjistyivät siten, että nuori valitsi itsenäisen asumisen heti kun se oli mahdollista. Näissä tapauksissa omia vanhempia tärkeämmäksi nousi joku muu aikuinen, esimerkiksi isoäiti.

Haastateltujen nuorten kohdalla oli havaittavissa jonkin verran vaikeuksien kasautumista. Nuorten omat ongelmat eivät välttämättä keskittyneet vain yhteen elämänalueeseen, kuten ainoastaan taloudellisiin ongelmiin tai terveysongelmiin, vaan samoilla nuorilla voi olla useammankin alueen ongelmia. Esimerkiksi työttömyydestä seuraava rahapula voi rajoittaa sosiaalista elämää ja alentaa itsetuntoa, mistä puolestaan voi seurata yksinäisyyttä ja masentuneisuutta. Joidenkin omassa jaksamisessa, opiskelussa ja työssäkäynnissä ongelmia kokeneiden haastateltavien sisaruksilla oli samankaltaisia ongelmia (*"pikkuveli on niin arka --, että se estää työnhaun", "pikkuveli on oikeastaan heikommassa kuosissa kuin mä --, mikään ei motivoi"*). Toisaalta haastateltavien kertomuksissa esiintyi myös eroja oman ja sisarusten toiminnan kuvauksissa (*"veli tähtää kaikessa huipulle -- mä oon sitten jäänyt vähän tämmöseks tavallisemmaks henkilöks"*).

Haastateltavien muistot ja kokemukset koulu- ja opiskelumaailmasta vaihtelevat laidasta laitaan ja monella koulunkäyntiin liittyy erilaisia vaiheita. Muutama haastateltu on käynyt pari vuotta koulua ulkomailla. Toiset kertovat pitäneensä koulunkäynnistä, kun taas toisille koulunkäynti ei maistunut. Peruskoulun ajalta mukavana asiana esiin nousevat erityisesti kaverit. Lisäksi positiivisina seikkoina mainitaan esimerkiksi hyvä ryhmähenki, upea vaahterapuu koulun pihalla ja koulussa menestyminen. Varsinaista koulutyötä tai kouluainetta ei mainita.

Meil oli tosi kiva se luokka, missä mä olin. Se luokka pysy aika pitkään samana, koko ala-asteen. Sit yläasteella se jakautu kahtia, silleen et puolet luokasta pysy saman ja sit toinen puoli hajaantuu. Mut se oli tosi kiva niinku semmonen ryhmähenki siinä luokassa. (Nainen, 21)

Negatiivisia tekijöitä koulussa puolestaan olivat kiusaaminen, rasismi, yksinäisyys, koulun vaihtaminen, viihtymättömyys, vaikeudet opinnoissa ja ulkopuolisuuden tunne. Ystäväpiirin ja sieltä saadun tuen koko moni nuori erittäin tärkeäksi. Ne nuoret, joilla ei juurikaan ystäviä ollut lapsuuden aikana, muistelivat sitä edelleen negatiivisena kokemuksena, jotkut jopa kokivat sen vaikuttavan edelleen heidän elämäänsä.

Mua kiusattiin koko ala-aste suurin piirtein et se oli ihan helvettiä se koulussakäynti mut se taas niinkun, mä opin kumminki ihan hyvin. Et mul oli numerot ihan hyvät siitä kiusaamisesta huolimatta. Mut se oli pahimmillaan mut eristettiin koko koulusta. (Nainen, 25)

Ala-asteelta haastateltavilla on enemmän hyviä muistoja kuin yläasteelta, ja monella käänne huonompaan ajoittui nimenomaan yläasteelle siirtymiseen. Ala-asteikäisenä kodin ja koulun sääntöihin voi olla helpompi mukautua. Yläasteella nuoruusiän itsenäistymisprosessi ja omien rajojen hakeminen voi tuoda mukanaan myös muita ongelmia, joissa koti ja koulu eivät välttämättä kykene auttamaan nuoren tarvitsemalla tavalla. Haastateltujen kohdalla kiusaaminen, motivaation puute, lintsaaminen ja muut vaikeudet lisääntyivät tai alkoivat yläasteella. Kiusaamisesta onkin kokemusta useammalla. Toisia on kiusattu pahasti, toiset kokevat kiusaamisen olleen lievää. Yksi huomioi olleensa jollain tapaa itse kiusaajan roolissa.

Sit yläasteella mua vähän kiusattiinki, et se on ehkä semmonen negatiivinen aspekti aika voimakkaasti. Ja sit mä tosiaan tossa 13–14-vuotiaana mulla alko sit niinku näkymään ehkä vähän tämmöstä ahdistusoireilua, siitä että suorituspainetta ja muuta. En tiedä johtuko se kiusaamisesta tai muuta, et semmosta. Et siit on semmosta aika nega... tai niinku yläasteelta. (Nainen, 23)

Et yläaste oli tosi huonoa aikaa tavallaan. Et siellä oli tosi paljon selkäänpuukottamista, sellasta niinku katkeruutta. Ja ihmiset muuttu tosi nopeasti yläasteen aikana. (Mies, 20)

Haastatteluissa nousee esiin myös kokemus koulussa tapahtuvasta luokitelusta tai jakaantumisesta suosittuihin ja ei-suosittuihin, tai ”coolimpiin” ja ”nörttilapsiin” tai ”nörttipoiikiin” ja ”koviksiin”. Ne haastateltavat, jotka puhuvat tästä jakaantumisesta sijoittavat itsensä ”alempaan luokkaan” tai vähemmän suosittuihin/nörtteihin. Yksi mainitsee muuten luokittelusta

puhumatta olleensa aina ”niin sanotusti suosittu tyttö”. Tätä jakaantumista ja luokittelua haastateltavat eivät ihmettele tai kritisoi, päinvastoin ilmiöstä puhutaan toteavaan tai normalisoivaan sävyyn:

[M]ä olin sitä, kun on ne suositut, ja on ne ei-suositut, niin mä olin niitä epä-suosituttuja. Kyl mulla oli kavereita eikä mua koskaan kiusattu silleen näkyvästi, mitä nyt puhuttiin selän takana pahaa, mut sitähän ne kaikki tekee. Et silleen et, kyl mulle jäi siitä sellanen olo, et mä oon vähän semmonen, toisen luokan kansalainen. (Nainen, 19)

[E]t tavallaan mä aattelen et kun aina on jaoteltu semmoseen luokkiin niinku ihmiset, ja ite aina on ollut siinä alimmassa luokassa. Tai silleen et on ne suositut, sit on ne keskitaso, sit on ne paskat. Tai siis se sellai niinku. (Nainen, 21)

Yhdelle kouluajoista tulee erityisesti mieleen tasotestit, joihin joutumisen hän koki aiheettomana ja ikävänä. Luokitteleminen tasojen mukaisiin ryhmiin voi olla perusteltua oppimisen kannalta, mutta nuoren itsetunnolle herkässä kehitysvaiheessa se voi olla haitallista ja jopa oppimista lamauttavaa.

[K]oska jokaisella ihmisellä on niinku ne heikot aineet, muillakin oli, et en nähny mitään syytä... – Mut sit mä kävin ne testit, ja mä muistan mä vihasin sitä että kellon kanssa käydään eri aloja tai noit läpi. (Nainen, 21)

Lukiosta ja ammattioppilaitoksesta kokemukset taas ovat useimmilla huomattavasti parempia. Opinnot ovat oman valinnan mukaisia ja uudessa ympäristössä tapahtuva opiskelu voi lisätä itsenäisyyden tunnetta.

Lukiosta alkoi tulla, kun on luokaton lukio. Semmosta vapautuneisuutta, et tosiaan semmonen selkeä muisto, että kun mä ajattelin, kun mä lukiossa, et voi laittaa mitä vaan päälle eikä kukaan sano mitään negatiivista. (Nainen, 23)

Toisaalta jotkut päätyivät opiskelemaan alaa joka ei tuntunut omalta ja opinnot ovatkin muutamalla jääneet kesken. Käsitykset koulutusalaista eivät välttämättä vastanneetkaan todellisuutta. Myös psyykkiset ongelmat ovat vaikeuttaneet opintojen edistymistä, ja motivaatio-ongelmia koetaan myös lukio- ja ammattikouluopinnoissa. Kesken jääneiden opintojen syyksi mainitaan lisäksi oppilaitoksesta saadun tuen puute ja opetuksen epätydyttävä taso.

Oon mä alottanu kaikkii kouluja, mut ei oo sit tullu käytyy loppuun. ammattikouluja. Se vaan ei tuntunu sit omalta. Niin, en mä tiedä mikä siinä sit oli, ei vaan huvittanu mennä sinne. (Mies, 24)

Nyt ku alkoi jälkikäteen miettii, että se on ehkä yks sellanen, joka pisti maihin tai masentuneeks, ku totes, että on niinku valinnu väärän linjan että. Tuntu silleen, että on niinku hukannu niin kauan elämästään. Ei se tässä vaiheessa tunnu mitään. Kokemus sekin. Sitte oon ollu muutamassa oppisopimuksessa mutta nekin on sit kaatunu. Ehkä oikeestaan just sen masennuksen takia on tullu jotain stoppeja. (Mies, 24)

Arki ja harrastukset

Nuorten kulttuuri- ja taideharrastuksista sekä nuorten kokemuksista taidetta ja kulttuuria kohtaan kerättiin tietoa viimeisimmässä nuorisobarometrissä (Myllyniemi 2009). Sen mukaan yleisimpiä luovan toiminnan muotoja ovat käsityöt, soittaminen, valokuvaaminen, piirtäminen ja muu kuvataide, joita kutakin harrastaa noin viidennes nuorista. Kyselyssä ilmeni myös, että nuorten luovuuskäsitys on laaja, esimerkiksi liikuntaharrastukset koetaan usein luoviksi. Ainakin jokin luova harrastus on kahdella kolmesta nuoresta. Aktiivisimmin harrastukseensa panostavat jotakin soitinta soittavat tai laulavat nuoret. Barometri selvitti myös osallistumishaluja, ja halukkuutta luoviin harrastuksiin onkin enemmän kuin toteutunutta toimintaa. Yleisin este osallistumiselle kulttuuriharrastukseen on ajanpuute. Toinen merkittävä luovien harrastusten este on niiden kalleus. Tärkeimmät syyt taiteen ja kulttuurin parissa toimimiseen ovat ilo, elämykset ja onnistumiset. Hyvin tärkeitä syitä ovat myös itseilmaisuus, uuden luominen sekä tietojen ja taitojen oppiminen. Tärkeimpiä kulttuuripalveluita nuorten vapaa-ajan ja elämän kannalta ovat konsertit, kirjastot ja televisio. (Mt. 2009)

Tässä tutkimuksessa haastateltuja pyydettiin kuvailemaan tämänhetkistä arkeaan kuvailemalla tyypillinen viikko ja kertomaan harrastuksistaan. Lisäksi kysyttiin Internetin käytöstä, arjen mukavista ja harmittavista tilanteista, sekä vaikutusmahdollisuuksista ja ulkopuolelta tulevista paineista.

Työssäkäyvien ja opiskelevien nuorten arkea rytmittää luonnollisesti työ ja opinnot. Muutama haastatelluista käyvät osa-aikaisesti kuntouttavassa työtoiminnassa. Yhden kuntoutustuella elävän viikkoa rytmittää terapia. Yksi toimeentulotuella elävä haastateltu viettää päivänsä lastaan hoitaen. Kaverit ja harrastukset kuuluvat useimpien arkeen.

Monet kokevat arjessaan stressiä, kiirettä ja väsymystä. Elämäntilanteen mukaan toisilla työttömyys, vapaa oleilu tai masennus voi olla osa arkea. Esiin nousee myös työtilanteen epävakaisuuden vaikutus arkeen. Joillekin epätietoisuus tulevasta voi olla suurin stressin aiheuttaja, kun taas osa nauttii siitä, ettei säännöllisiä menoja ole tai että niitä on vain vähän. Joillakin ei ole kokemusta peruskoulun jälkeisestä säännöllisestä opiskelu- tai työpäivistä, joten joissakin tapauksissa epäsäännöllisyys ja rajaton vapaa-aika voivat tuntua myös normaalilta arjelta.

Kotona ollessa luetaan, ollaan netissä, pelataan, katsotaan televisiota ja leffoja, kuunnellaan musiikkia, ollaan vaan, tai sitten tehdään kotitöitä, laitetaan ruokaa, siivotaan. Moni lenkkeilee tai ulkoilee, osa koiran kanssa. Kavereita nähdään etenkin viikonloppuisin, viikolla kavereiden näkemiseen ei välttämättä ole aikaa tai energiaa. Muutamalla haastatellulla ei ole ystäviä, ja heidän sosiaalinen elämänsä on vähäistä. Kavereiden kanssa vietetään aikaa ulkona, käydään kahvilla, baarissa, ollaan vaan, jutellaan, joskus käydään elokuvissa tai keikoilla.

Kyl mä oon aika paljon ulkonakin, mä pelaan fudista, mä teen kaikenlaisii, mä pyörin kavereiden kanssa, ihan normaali. (Mies, 19)

Mä useimmiten hengaan jossain kahviloissa, tai nyt kun on kesä niin puistos mennään juomaan, tai sit mennään johonkin baariin juomaan. Et kavereita, mä haluan melkein aina nähdä kavereita. Ja ystävien kans pitää olla silleen. (Mies, 20)

Haastatelluista osalla ei ole varsinaisia harrastuksia lainkaan, tai ne ovat jääneet pois. Useimmat kuitenkin harrastavat, vähintään lenkkeilyä, ulkoilua, lukemista tai muuta järjestymätöntä toimintaa kuten valokuvausta, kirjoittamista, elokuvia tai pelaamista. Muutamalla on koira, jonka kanssa ulkoillaan. Mainittuja harrastuksia ovat ratsastus, uiminen, tanssi, kuntosalilla käynti, jalkapallo, jumppa, jooga, sähly, pyhäkoulun pitäminen sekä puolue- ja järjestötoiminta. Kulttuuriharrastuksista puhuttaessa moni mainitsee kalliiden hintojen rajoittavan harrastamista.

Harrastusten tärkeys koetaan eri lailla. Harrastukset voivat tuoda tärkeää sisältöä elämään, virkistää mieltä ja ne voivat olla vastapainoa arjelle. Yhdelle nuorista esimerkiksi koira on suorastaan henkireikä, jota ilman elämää olisi vaikea kuvitella. Jotkut taas suhteellistavat harrastustensa tärkeyttä ”*vaan harrastuksena*”. Toisilla harrastuksia ei ole, mutta ”oman

jutun” löytäminen koetaan toivottavaksi. Toiveena on harrastus, jonka itse löytää ja joka olisi aidosti kiinnostavaa tekemistä.

No kyl ne [harrastukset] on tärkeitä, auttaa jaksamaan ja pitää mielen virkeenä. (Mies, 20)

Mut se on kuitenkin VAAN harrastus. Että siis jos mä joutuisin sen jostain syystä lopettamaan niin ei se mulle mikään elämää suurempi menetys olisi. (Nainen, 23)

Mut mä haluaisin tavata enemmän kavereita ja löytää jonku kivan harrastuksen. Ei sellasta harrastusta, jota on pakko tehdä koska se on hyväks mulle, vaan semmonen jonne ois oikeesti kiva mennä. (Nainen, 19)

Harrastamisen suhteen nuorilla on myös toiveita ja haaveita. Joku haluaisi aloittaa tanssiharrastuksen, toiset haaveilevat koirasta, yksi haluaisi aloittaa teatteriharrastuksen. Yksi harmittelee jalkapallojoukkueen hajoamista. Lisäksi kamppailulajit, golf, aikuisbaletti, sukellus ja seinäkiipeily mainitaan toivottuina harrastuksina. Harrastustoimintaan liitetään olennaisena osana samanhenkisten ihmisten kanssa yhdessä oleminen.

Toisaalta kaikki eivät kaipaa järjestettyä harrastustoimintaa. Yksi toivoo yksinkertaisesti löytävänsä jonkin työn, se riittäisi hänelle. Yhden on vaikea keksiä harrastusta itselleen, mutta toisaalta hän viihtyy ihan hyvin kotona.

Oon mä miettiny [harrastusta], mutku en mä oikeen oo keksiny mitään. Oon mä miettiny ja on sitä mult kysytty, et eiks sun jotain pitäis ruveta tekeen, ku sä oot aina vaan kotona? Mut kotona on ihan kivaa [nauraa]. (Nainen, 22)

Nuorisobarometrin (Myllyniemi 2009) tulosten tavoin myös tässä tutkimuksessa mainitaan esteinä harrastamiselle ensisijaisesti ajan ja rahan puute. Monet nuoret elävät pienillä tuloilla, tekevät pitkiä päiviä ja kustantavat ensimmäisiä elämään kuuluvia isompia hankintoja. Lisäksi pääkaupunkiseudun harrastustarjonta on suhteellisen kallista muuhun maahan verrattuna. Eräs teatterista kiinnostunut haastateltu ei ole löytänyt ryhmää mihin liittyä. Myös kynnys aloittaa uudestaan vanha harrastus tai epäily harrastamisen vaativuudesta ja omien rahkeiden riittävyydestä vaikeuttavat harrastamisen aloittamista.

Jonkinlainen musiikin tekeminen olis hirveen mielenkiinnostaa. Siihen ei oo ikinä niinkun, ei oo aikaa, ja ei oo rahkeita ruveta. Pitäs oikeesti opiskella paljon kaikenlaista, ja niinkun sijottaa rahaa siihen et hankkii laitteita, joit ei ikinä opi edes välttämättä käyttämään. (Mies, 21)

Arjen mukavina asioina esiin nousevat sosiaaliset kontaktit, mielekäs tekeminen ennen kaikkea mukavan työn tai opiskelun muodossa, sekä rauhaisa oleskelu kotona. Lisäksi mainitaan arjen pienet hyvät hetket, oman lapsen syliin nukahtaminen, ulkona syöminen taloudellisen tilanteen salliessa sekä hyvän mielen saaminen pitkään venyneistä, viimein tehdyksi saaduista asioista.

Et ehkä ne on ne ihmiset jotka saa jaksamaan. (Nainen, 21)

Sit voi olla ihan semmosia pieniä hyviäkin hetkiä. Joku iltavuorosta lähteminen, kotiin käveleminen, musiikin kuunteleminen, niin voi olla tosi hieno hetki. (Mies, 21)

Ihmissuhteista ennen kaikkea ystävien ja perheen tapaaminen tuottaa arjen mukavuutta. Arkeen iloa voivat tuoda myös ihmissuhteet, jotka eivät välttämättä ole läheisiä. Jo yhdessä vietetty hyvä työpäivä työkavereiden kanssa voi tuoda iloa monen arkeen. Yksi haastateltu kertoo läheiseksi muodostuneesta naapurisuhteesta, joka on viime aikoina ollut hänelle erityisen positiivinen asia arjessa.

Mukavaan työhön liitetään sekä mielekäs tekeminen ja oman alan työ että työn elämään tuoma rytmi ja sosiaaliset kuviot. Toisaalta osa kokee myös työttömyyden positiivisena, kun aikaa jää enemmän itselle eikä tarvitse tehdä mitään erityistä ja voi esimerkiksi nukkua pitkään ja syödä rauhassa aamupalaa. Samanaikaisesti koetaan kuitenkin myös stressiä työttömyydestä. Arkirutiinit voivat olla monelle helpotus.

No nyt on pakko sanoo, että ainakin tää kuntouttava työtoiminta on semmonen, että mikä on nostattanu mielialaa, että tossa tuli pitkään sellanen, että ei tosiaan tehny mitään ja se nyt alkoi vähän rassaamaan sitten. (Mies, 24)

Kotona olemisen mukavuuteen liittyy stressittömyys, vapautuneisuus, kumppanin tai ”kämppisten” kanssa oleilu. Kotona saa olla rauhassa, ei tarvitse tehdä mitään erityistä, voi esimerkiksi lukea tai katsoa elokuvaa

ja saa olla oma itsensä. Yksi haastateltava kertoo, että on mukavaa kun kotona on ihmisiä ja myös eläimiä ja että kotona saa kunnioitusta. Vaikka elämäntilanteen hallinnassa olisikin vaikeuksia, koti voi olla monelle oma tila, jossa asioita voi hallita ja niihin voi vaikuttaa.

Arjessa harmin aiheuttajiksi koetaan työhön ja muuhun tekemiseen, ihmissuhteisiin ja mielenterveyteen liittyviä asioita. Työn koetaan vievän liikaa aikaa, eikä aamulla herääminen aina maistu. Toisaalta myös työtömyys sekä työn ja tekemisen puute koulun loppumisen jälkeen nousivat esille harmittavina asioina, kuten myös opiskelupaikatta jääminen ja asioiden ”jumittaminen”. Kotiin liittyviksi harmin aiheiksi koetaan pakolliset kotityöt kuten siivoaminen sekä kireä tunnelma ja riiteleminen. Harmittaviksi asioiksi mielletään myös mielenterveysongelmat, esimerkiksi masennus, sekä seuran ja sellaisten matalan kynnyksen paikkojen puute, jonne voisi vain mennä. Lisäksi rahan puutteen aiheuttamat käytännön ongelmat ovat arjen negatiivisia tekijöitä.

”No työ usein [harmittaa]. Ei jaksais mennä.” (Nainen, 21).

Haastateltavat kokevat omat vaikutusmahdollisuutensa elämäntilanteeseensa, rahatilanteeseensa ja tulevaisuudensuunnitelmiinsa hyvin eri tavoin. Osa kokee omien vaikutusmahdollisuuksiensa olevan hyvät, kun taas toiset näkevät niiden olevan hyvinkin rajoittuneita. Vaikutusmahdollisuuksia tarkastellaan myös eri tasoilla. Jotkut pohtivat niitä omasta yksilön näkökulmasta, kun taas toiset peilaavat omia vaikutusmahdollisuuksiaan yhteiskunnan, jotkut jopa globaalin tilanteen näkökulmasta.

No kyllä oikeestaan tässä viime aikoina on oppinu sen, että itsehän niihin vaikuttaa, että jos ei asioille tee mitään niin eipä ne siitä miksiäkään oikein muutu, että saanut jonkinlaista niinku voimaa niinku jaksaa ja yrittää ja siitähän ne muutokset lähtee. (Mies, 24)

Siis joillekin asioille ei yksinkertaisesti voi mitään. (Nainen, 25)

Nuoret eivät kuitenkaan koe tilannettaan toivottamaksi. Keskeisenä tekijänä esiin nousee usko oman yrittämisen ja motivaation tärkeydestä. Lisäksi omia vaikutusmahdollisuuksia ja jaksamista peilataan yhteiskunnan vaatimuksiin. Moni ilmaisee kuitenkin tyytyväisyyttään omaan tilanteeseensa vaikka ei kaikkiin asioihin pystykään vaikuttamaan. Espoon työhönval-

mennuskeskuksessa asioivat nuoret pitävät tärkeänä ohjausta ja neuvoja, mitä he saavat omien vaikutusmahdollisuuksiensa tueksi.

Omat vaikutusmahdollisuudet rahatilanteeseen nähdään pääosin vähäisiksi, erityisesti työnsaannin, palkkojen ja tukien suuruuden osalta. Toisaalta omien kulutustapojen kautta nähdään mahdollisuuksia esimerkiksi säästämiseen. Yksi haastateltava kertoo opiskelevansa ammattiin, jossa työtilanne on hyvä ja jossa on mahdollisuus valita minkälaisiin tehtäviin haluaa sijoittua. Kuitenkin kokemukset työn ja opiskelupaikan saannin vaikeudesta ja esimerkiksi yllättävästi loppuvista työsopimuksista nousevat vahvasti esiin. Näissä omat vaikutusmahdollisuudet koetaan rajallisiksi.

Ne on ollut ihan mahottoman tuntusii ne pääsykokeet, et ei niinku mitään. Et on ollut kyl, omaan tulevaisuuteen vaikuttaminen on kyl tuntunu välillä vaikeelta. (Mies, 21)

Siis enhän mä mihinkään palkkaan tai mihinkään voi vaikuttaa... - - Mutta siis se et miten mä saan sen mulle annetun osan riittämään, siihen mä voin vaikuttaa. Mä voin mennä kauppaan ja tuhлата kaikki taivaan tuuliin. Tai mä voin päättää, et mä ostan kymppillä päivässä, niin sitten mulle jää jonkun verran säästöön. (Nainen, 19)

Ulkopuolisia paineita koetaan tulevan sekä yleiseltä yhteiskunnalliselta tasolta että oman perheen ja läheisten piiristä. Nuoret kokevat esimerkiksi painetta ”suorittaa elämä” tiettyssä tahdissa ja järjestyksessä, johon katsotaan kuuluvan ensin koulu, sitten opiskelu, työpaikka ja omistusasunto. Nuoret asettavat myös itse itselleen välillä korkeitakin odotuksia.

Ihan semmoinen yleinen odotus että totta kai kaikki käy ala-asteen, yläasteen, lukion tai amiksen, sit käy ammattikorkeakoulun tai yliopiston, hyppää suoraan töihin ja sit eläkkeellä. Et semmonen hieno juna, et päätepyssä odottaa. Et jotenki tuntuu et sä oot tosi kämmääjä, jos et onnistu saamaan duunia koulun jälkeen, et semmonen paine kyllä on. (Nainen, 23)

Siis mä en usko omiin mahdollisuuksiini menestyä tässä markkinatalousjärjestelmässä. Ja tota, työmarkkinoilla ja tommosta. (Mies, 23)

Vanhempien taholta nuorille tulee paineita hyvin vaihtelevasti. Jotkut vanhemmat ilmaisevat odotuksiaan hyvin suoraan, toiset eivät lainkaan. Osa

nuorista elää hyvinkin itsenäistä elämää, eikä vanhempien mielipiteillä ole enää suurta vaikutusta. Yksi haastateltavista jopa toivoisi hieman paineita.

Et ei tuu kyl paineita mun mielestä. Pitäis varmaan tullaki, et sais jotain tehtyy, pitäis jonkun vähän portkia enemmän takamuksille [nauraa]. (Nainen, 22)

Nuoret kertovat erilaisten paineiden tuntuvan ikävältä, stressaavalta ja ahdistavalta. Paine siitä, että pitäisi onnistua esimerkiksi saamaan hyvä työpaikka heti valmistumisen jälkeen, on kova, mutta samalla apua työllistymisen suhteen on vaikea saada.

Se on tosi inhottavaa, koska jos kumminki yrittää parhaansa, ja sit ei kumminkaan onnistu, ja sit on jotenki sen takia huono ihminen, niin se on tosi stressaavaa, koska sille ei voi mitään, eikä siihen voi mitenkään vaikuttaa. (Nainen, 19)

Nuoret käyttävät yhä enemmän aikaa digitaalisvälitteiseen kommunikaatioon toistensa kanssa. Anne K. Ollilan mukaan tietokoneen kautta avautuva sosiaalinen maailma pysyy kuitenkin omana maailmanaan, irrallisena materiaalisesta, konetta ympäröivästä maailmasta (Ollila 2008, 202).

Tämän tutkimuksen kaikki haastatellut nuoret käyttävät tietokonetta ja internetiä. Siihen käytetty aika vaihtelee kuitenkin suuresti. Osa nuorista viettää tietokoneella suurimman osan päivästä, osa taas tarkistaa vain satunnaisesti sähköpostinsa. Useimmiten kuitenkin käyttö rajoittui muutamaan tuntiin päivässä tai jopa vain nopeaan sähköpostien lukemiseen. Koneen äärellä vietetty käytetty aika voi myös vaihdella kausiluontoisesti. Jotkut kokevat käyttävänsä sitä liikaa, mutta samalla se koetaan ”täytetöminnoksi” kun ei parempaakaan tekemistä ole tai vapaa-aikaa on liikaa.

Ihan älyttömästi, ihan älyttömästi, ihan päivittäin voi sanoo että jos maksimimäärä niin mä oon varmaan koko päivän koneella. (Nainen, 23)

Joo, se on melkeen puolet mun elämästäni. Että vähän liikaaki, se johtuu siitä vapaa-ajasta, ku sitä on niin paljon. (Mies, 24)

Vastaajista muutama myös koettaa rajoittaa tietokoneen äärellä vietettyä aikaa. Moni tiedostaa sen ajan olevan pois muista toiminnoista ja harrastuksista. Jotkut kokevat olevansa tietokoneesta riippuvaisia, vaikkakin riippuvuuden myöntäminen ei olekaan helppoa.

Niihin kuluu kyl välillä yllättävänkin paljon aikaa. Välil tullu silleen että, onks jotenkin riippuvainen siitä tietokoneesta. Mut en mä... siis yhteen aikaan kyl mä olin ihan selvästi riippuvainen. Mut mä muistan, et mä en myöntänyt sitä kenellekään, edes itselleni. Mut sit jälkeensä vasta tajunnu, et mä olin riippuvainen. Mut ei siihen kyllä, kyllä mä aina pyrin rajottaa sitä. Ei mul mikään sellanen, et vaik jos kaveritkin soittaa, et lähetsä ulos, niin kyl mä mieluummin lähen ulos, ku istun siinä koneen edessä. -- Se on niin vaihtelevaa. Kyl siihen ainakin varmaan tunti kaks päivässä. Et ennen joskus meni kyllä, jos oli vapaa-päiväkin, niin saatto mennä puol päivää siinä koneel istuessa. Ei ees huomannu et aika kuluu. Aatteli vaan, et vielä kymmenen minuuttii. (Nainen, 19)

Tietokonetta käytetään paitsi internetin selaamiseen, myös elokuvien katseluun, musiikin kuunteluun ja pelaamiseen. Internetin erilaiset forumit ja keskustelupalstat, IRC-galleria, Messenger, Facebook, blogit ja sähköpostit mainitaan usein sosiaalisina toimintoina. Internetissä käydään myös kauppaa, luetaan uutisia ja haetaan tietoa esimerkiksi työpaikoista ja opiskeluun liittyvistä asioista. Tietokoneella tehdään iso osa opiskelutehtävistä. Tietokone on myös tärkeä yhteydenpitoväline Suomessa ja ulkomailla asuviin ystäviin. Internetissä kiehtoo sen helppous, nopeus ja kätevyys.

”No mä oon siel Voimahalilla, siel foorumilla. Sit mä oon siel erilaisilla foorumeilla, useammilla. Sit mä oon ircissä. Harrastan näitä sosiaalisia toimiani siellä. Sit hoidan mailiani, teen kauppaa, ostan tavaroita. Mä hoidan varmaan puolet elämästäni netin kautta oikeestaan. Mulla on niin paljon sosiaalisia kontakteja sen kautta, et se ois hankala katkasta sekin. En mä mitenkään koe olevani riippuvainen netistä. Et kyl mä voin jättää sen tänne ja lähtee jonnekin muualle. Mut se nyt vaan, kun se on siinä niin se on helppo tapa hoitaa elämänsä” (Nainen, 23)

Internetin vertaistukiryhmien keskusteluja kuvataan yhtenä tukimuodoista elämän vaikeissa tilanteissa. Keskusteluja leimaa niiden helppous ja anonyymisyys. Samassa elämäntilanteessa olevan tuntemattoman kanssa voi olla helppo keskustella vaikeistakin asioista. Kokemuksia voidaan helposti reflektoida yhdessä.

Itse asiassa aika iso osa mun tuttavista on diagnosoitu tai diagnosoitavissa jonkun sortin mielenterveys- tai mielialahäiriöiseksi. Et tavallaan kaikkee löytyy, paniikkihäiriöstä lieviin ja vakaviin masennuksiin ja itsetuhoisuuteen. Ja silleen,

et kaikensorttisii, syömishäiriöihmisiä ja ahdistuneita ihmisiä ja silleen. Mut tavallaan mä koen, et aika paljon mun tuttavapiirissä me tuetaan toisiamme ja jaetaan kokemuksia ja silleen kommunikoidaan, keskustellaan. Ja pyritään myös olemaan toistemme tukena silloin, kun on heikkoja kausia tai huonoja hetkiä. (Mies, 23)

Internetin tärkeys jakaantuu kolmeen ryhmään: todella tärkeä, tärkeä mutta pärjäisi ilmentkin ja ei tärkeä. Ne, joille Internet ja tietokone ovat todella tärkeitä korostavat sen roolia muun muassa sosiaalisen elämän kannalta. Useimmat vastaajista korostavat sen kätevyyttä myös tiedon-saannin kannalta. Vaikka toisaalta Internetin ja tietokoneen tärkeyttä ja kätevyyttä asioiden hoidossa korostetaan, moni haastateltavista halusi kuitenkin painottaa, että tulisi sujuvasti toimeen myös ilman tietokonetta.

On se mulle aika tärkeä, et melkein mun sosiaalinen elämä on siellä. Et siellä kun on niinku eri kanavia, joissa on ihmisten kans niin kyl se on niinku... Varmaan just ne ihmiset mitä siel on, ja sit se et pystyy purkaa itseään kirjoittamalla, ja sit se toisten kanssa kommunikointi. (Nainen, 25)

No ei kovinkaan tärkeä, et ilmentkin pärjäisin. Esimerkiks kaks vuotta sitten kesällä ku mä olin kesätoissa [paikannimi], ni sillon mulla ei ollu nettiä siellä enkä mä sitä mitenkään kaivannukaan. Sillon oli niin paljon muutakin tekemistä. (Nainen, 23)

Ihmissuhteet

Ihmissuhteita käsittelevässä osiossa nuorilta kysyttiin ystävien kanssa vietetystä ajasta, heille erityisen tärkeistä ihmisistä, luottamuksellisista ihmissuhteista ja kuinka heidät parhaiten tunteva ihminen kuvailisi heidät. Lopuksi kysyttiin vielä satunnaisista kohtaamisista ja kanssakäymisestä tuntemattomien kanssa.

Vuoden 2008 nuorisobarometriin haastatellut nuoret nostivat elämässä pärjäämisen kannalta tärkeimmäksi asiaksi sosiaaliset taidot (Myllyniemi 2008, 20). Tärkeimpiä sosiaalisia yksiköitä nuorille ovat tutkimuksen mukaan perhe ja ystäväpiiri, joiden jälkeen tulevat suku, koulu- ja työ-yhteisö sekä suomalainen yhteiskunta. Barometrin tulokset osoittavat, että vaikka perinteinen yhteisöllisyys on muutoksessa ja erilaiset yhteisöt sitovat sosiaalisesti löyhemmin, ovat sosiaaliset tarpeet säilyneet. Ystävien ja kavereiden kanssa vietetty aika on nuorille entistä tärkeämpää. (Mt. 2008,

103.) Asettaessaan erilaisia elämän ulottuvuuksia tärkeysjärjestykseen, perheen ja läheisten kanssa vietetty aika on nuorille kaikista tärkeintä. Sitä seuraavat ystävien ja kavereiden kanssa vietetty aika sekä itsestä ja kunnosta huolehtiminen (Mt. 106). Hyvien perhe- ja kaverisuhteiden suuri merkitys hyvinvoinnille tulee esiin myös useissa muissa nuorten hyvinvointia tarkastelevissa tutkimuksissa (esim. Turtiainen & Kauppinen 2004, 128).

Ihmissuhteet ja ystävät koetaan tärkeiksi myös tämän tutkimuksen nuorten keskuudessa. Ystävien kanssa vietetty aika vaihtelee suuresti haastateltavien kesken. Osa viettää ystävien kanssa aikaa paljonkin, kun taas osalla se rajoittuu harvoin tapaamisiin. Vaikka ystävien tärkeyttä usein korostetaankin, arkikiireet ja välimatkat vähentävät mahdollisuuksia tavata heitä. Useat toivovatkin, että voisivat viettää ystäviensä kanssa enemmän aikaa.

Joo, vietän. Tai siis silleen, kyl mä aika paljon vietän, voisin mä viettää enemmänkin. Mä oon ehkä vähän kranttuihin ihmisten suhteen. Se on ehkä vähän omakin syy, jos ei niitä ystäviä tahdo niin paljon löytyä. Mut et ois se kiva, jos mulla ois vaikka, jos mä voisin tavata joka päivä jotain ystävää, mut en mä tapaa nyt niin usein. Ehkä se on tää elämäntilannekin, kun ei oo yliopistossa, eikä oikein missään, on vähän niinku tyhjän päällä, niin tietenkin se vähentää niitä sillee, kontakteja. (Nainen, 19)

Nuorista löytyy myös niitä, jotka ylläpitävät suurinta osaa ystävyys-suhteistaan ja sosiaalisesta elämästään Internetin välityksellä. Internetin kautta solmitut ystävyys-suhteet voivat johtaa myös tapaamisiin ja muualla kuin netissä vietettyyn yhteiseen aikaan.

Jonkun verran, mut lähinnä mulla on ne ystävät siellä netissä, et se on niinku helpompi. Ja oon huomannu että suurimmalla osalla siitä mun ystäväpiiristä, joka on netissä niin myös niitten sosiaalinen elämä on siellä netissä. Yleensä me keskustellaan, puhutaan ihan kaikista asioista. Ja välillä meillä on sen nettiporukan kanssa miittejä, et mennään johonkin kahvilaan ja ollaan siellä ja jutellaan ja vietetään aikaa keskenään. (Nainen, 25)

Ystävien kanssa tehdään usein arkisia asioita, jotka eivät välttämättä maksa mitään tai tarvitse ulkoisia puitteita. Myös juhlien järjestäminen on yleistä. Juhlissa nautitaan usein alkoholia, pelataan pelejä ja tehdään ruokaa. Ystävien kanssa myös shoppaillaan ja harrastetaan.

Ei me mitään. No silleen voi olla koneella tai voi kattoo leffaa tai voi lukee tai. Mitä nyt koton tekis sillee ittekki. Tai arkena silleen. (Nainen, 19)

Usein me käydään kahvilla, tai sit pelataan, jutellaan, leivotaan. Se on aika yleistä meille. Me leivotaan tai jotain tollasta puuhailua. Jotain yleishyödyllistä. Ja tota niin sitten meillä on semmonen aika, lukiosta semmonen aika iso tiivis porukka. Siin on jotain kymmenen ihmistä, niin me käydään sit joskus kiipeilemässä, uimassa, piknikillä, jotain leffassa, tälleen. Et semmosta. (Nainen, 19)

Ystävien lisäksi muita erityisen tärkeitä ihmisiä ovat puoliso, seurustelukumppani, äiti, mummo, sisarukset, sukulaiset, opettaja ja työkaverit. Tärkeiden ihmisten kriteereiksi mainitaan luottamus ja mahdollisuus puhua mistä tahansa.

No oikeestaan, on ollu, yks on erityisen tärkeä. Mun äidin kasvattiäiti ja ollu ihan lapsuudesta lähtien ja siihen pystyy luottamaan, pystyy tukeutumaan ja sille pystyy rehellisesti kertomaan omista asioistaan, ja sitten tietää myös sen että ne ei mee siitä eteenpäin. Ja se on oikeestaan aino o ihminen, joka tietää todellisuudesta, että missä mennään. (Nainen, 25)

Sitten mulla on läheisiä ystäviä parikin kappaletta, jotka mä koen tosi tärkeeks voimanolähteeks mun elämässä. Et niitten kans yhdessä olemisesta ja niitten kans tekemisestä ja olemisesta saan tosi paljon voimia ja motivaatioo jokapäiväiseen elämään. Semmosesta jakamiskokemuksesta ja semmosesta, että joo. (Mies, 23)

Haastattelussa kysyttiin myös, löytyykö nuoren elämästä henkilö, jonka kanssa voi puhua mistä tahansa. Useimmiten tämä henkilö on puoliso, seurustelukumppani, terapeutti, ystävä tai äiti. Joskus luottamuksellisia asioita jaetaan useamman ihmisen kanssa, joistakin aihepiireistä puhutaan eri henkilöiden kanssa kuin toisista. Luottamuksellisissa ihmissuhteissa tärkeää on myös vastavuoroisuus, molemmat voivat puhua ja kuunnella.

On, oikeestaan. Ei oo yhtä ihmistä, jolle mä voisin ihan kaiken puhuu. Mut mä voin kaiken puhuu silleen et jollekin jostain ehkä vähän enemmän ja jollekin jostain aika paljon. Et kyl mä voin, et käytännössä melkein niinku kaikki, mikä nyt on omalla tunnolla tai sydämellä on saanu jotain kautta kanavan tulla ulos. (Nainen, 21)

Kyl joo, että tos yks kaveri joka asu K:ssa, mut muutti nyt tonne L:lle, ni oikeestaan ollaan molemmat oltu molemmille niinku ns. tukihenkilöitä. On voinu purkaa fiiliksiä ja jutellaan ihan mistä vaan. Että tietää sen että, toinen ei oo mikään syyllistävä tai mitään tällasta että. (Mies, 24)

Kun nuorilta kysyttiin, miksi jollekin tietylle henkilölle voi puhua mistä tahansa, niin perusteluina mainittiin usein, että henkilön on tuntenut jo pidemmän aikaa, hänet tuntee läpikotaisin ja hänen kanssaan on koettu samanlaisia kokemuksia, jopa vaikeita hetkiä. Luottohenkilön reaktiota ei tarvitse pelätä, hän ei hermostu eikä huuda. Joissakin tapauksissa luottohenkilölle puhuminen voi tuntua helpommalta ja merkityksellisemmältä kuin terapeutin kanssa keskustelu.

Koska ensinnäkin se on ollu, me ollaan oltu aika paljon pitkäänkin kavereita. Ja tota mä oon mennyt, me ollaan tehty sen kans niin paljon asioita, niin paljon ongelmia, niin paljon hauskaa, et niinku kaikkien niitten jälkeen kummiski mä en nähnyt sitä muutamaa vuoteen ja kummiski kaikkien niitten jälkeen, silti pystytään, ollaan ihan niinku, hyvii ihmisii toisille. Sen takia. Muutenkin se on aika luotettava, aika hyvä ihminen, mä kunnioitan häntä ihan kuin hän ois mun veli ja mä toivon et hänki tekee samaa, sen takii just. (Mies, 19)

No sitte ku tuntee jonku pitkän aikaa, ni kyllähän siinä oppii toisen tuntemaan ja on paljon helpompi puhua sitten. Esimerkiks oon mä noit jotain terapioitaki kokeillu, mut mä oon kokenu tosi vaikeeks avautua jollekin periaattees tunte-mattomalle ihmiselle. (Mies, 20)

[E]t mä tykkään tosi nopeesti ottaa semmosta kontaktii ihmisiin että hei, me voidaan puhuu ihan mistä vaan ja on hyvä, jos me puhutaan ihan mistä vaan et, tavallaan se on jotenkin muodostunu semmoseks mun jutuks. Ja mun ystävien kans me puhutaan kaikesta mahdollisesta, mitä ikinä tulee mieleen ja mitä ikinä mielessä liikkuu, kokemusmaailmasta. Mä koen sen ittelleni tosi tärkeeks ja jotenkin olennaiseks. Mä koen et just lapsuudessa ja nuoruudessa, semmoseen ensimmäiseen 20 vuoteen mun elämässä, mulla ei ollut ketään semmosia ihmisiä, joiden kanssa mä oisin voinu, ei ollu semmosii ihmisii, joiden kanssa pystyisin jakaa ihan kaiken ja tavallaan jakaa sillä tavalla miten mä toivoisin. Et mulla oli pitkään semmonen olo, et mä kaipaen semmosia ihmisiä, joiden kans mulla ois semmonen mielekäs, merkityksellinen, intiimi suhde... Ja tota, mulla ei ollu. Mut nyt ihan muutaman viimeisen vuoden aikana mä oon tutustunu moniin

semmosiin ihmisiin ja tavallaan muodostanu semmosii suhteita ihmisten kanssa ja se tuntuu tosi hyvältä. (Mies, 23)

On myös nuoria, joilla ei löydy läheisiä ihmisiä tai ihmistä. Joskus omat voimat voivat olla niin rajalliset, että ihmissuhteiden luominen tai ylläpitäminen on ylivoimaista. Useimmat heistä ilmaisevat selvästi, että sellaiselle olisi tarvetta.

Ei oo. Et toi tilanne on jäänyt, et mä en oo niitä suhteita jaksanu rakennella ollenkaan. Ei ulos tuu mentyä oikeen, ni ei silleen nää hirveesti ihmisiä. Mut ei se oo mua silleen häirinny. -- No mä en sellasia kutsu, jotka silloin tällöin soittelee puhelimella tai joiden kans netissä juttelee, ystäviks. Ne on jotain sellasia kavereita lähinnä. (Mies, 24)

No kyllähän se aina välillä tuntuu siltä, että vois olla ihan kiva. Mutta toisaalta must on tavallaan vähän pelottavakin ajatus, jos ois joku, joka tietäis ihan kaiken. Et mul on paremmin ehkä langat omista käsissäni, jos mä en ihan kaikkea ihan kaikille, tai ihan kaikkea kerro samalle ihmiselle. Mut kyl mä kuitenkin aina, jos mul on joku ongelma, niin kyl mä siitä pystyn aina jollekin puhumaan. Mul on äidinkin kanssa hyvät välit. (Nainen, 23)

Haastattelussa kysyttiin myös, kuinka nuoren parhaiten tuntema henkilö kuvailisi häntä. Kuvaukset sisälsivät usein sekä negatiivisia että positiivisia termejä. Useimmissa tapauksissa kuvailijaksi nimettiin äiti.

Mitenköhän se kuvailis mua. Sanotaan et jos hyvistä aloittas, niin mä oon aika semmonen organisaatiokykyinen ja aktiivinen ja voimakastahtonen ja itsepäinen on niinku semmosia positiivisia asioita, mut sit just negatiivisia niin mä oon tosi niinku helposti semmonen, sanon ja vähän ehkä neuroottinen just tämmösten tiettyjen asioiden suhteen ja semmoinen todella, mä oon tosi herkkä just muiden ihmisten kommentteille ja muille. Mä helposti otan just itteeni ja lamaannun niistä ihan totaalisesti, että ne on ehkä semmosia huonoja puolia. (Nainen, 23)

No en mä tiedä, varmaan niinku siis, aika masentuneeks silleen että, ja varmaan jään niinkun hänen mielestään junnaamaan asioihin, et en oikeen pääse eteenpäin. Mut sit toisaalta pitää mua älykkäänä ja ihan niinku sosiaalisena ja fiksunä ja sillee. (Nainen, 25)

Menee vaikeeks... No, mul on ite ollu siis, itsetunto-ongelmia, mut kyl mä niinku tiedän ja oon tällasen kuvan saanut, et ne pitää mua semmosena reiluna ja luotettavana, nimenomaan luotettavana ihmisenä. Ja semmosena niinku, joka ehkä vähän odottaa, laittaa itelleen liian kovia odotuksia, eikä välttämättä anna itelleen anteeks jotain mokia, mitä on tullut tehtyä. Mutta niinku semmosena, joka niinku ympäristölleen ei oo millään tavalla harmillinen ihminen. (Mies, 21)

Ihan mukava tyttö, jolla on aika isoja ongelmia. (Nainen, 22)

Useimmiten nuoret eivät itse aloita keskustelua tuntemattomien kanssa, mutta he osallistuvat mielellään keskusteluun, jos toinen osapuoli sen aloittaa. Tuntemattomien aloittamat keskustelut kuvailtiin mukaviksi, hauskoiksi, oudoiksi tai sanoilla ”ei se mua haittaa”. Positiivisista lähestymisistä jää usein hyvä mieli. Baareissa ja alkoholin vaikutuksen alaisena keskustelu tuntemattomien kanssa koetaan helpommaksi.

Se on ihan hauskaa. Se tietysti riippuu millä tavalla joku tulee keskustelemaan. Mut jos tulee ihan positiivisessa mielessä niin siitä tulee ihan hauska fiilis. Yksikin mummo tossa kun oli kadulla joku rakennustyömaan edessä niin se pysähty siihen ja kysy multa, että kai mä muistan sen lorun että maalari maalasi taloa ja jotain, ja mä sanoin et kyl mä sen muistan. Mä ajattelin, et se oli sillä samalla bussipysäkillä kuin minä, mut sit se vaan jatko matkaa. Se oli ihan silleen, mukavia kohtaamisia. Kiva tietää, että kaikki ei oo ihan sekopäisiä, kun Helsingissäkin on aika paljon semmosia, jotka tulee negatiivisessa mielessä keskustelemaan. Tommoset positiiviset on ihan miellyttäviä. (Nainen, 23)

Tuntemattomien kanssa juttelu koetaan myös epäsuomalaiseksi, ja sen koetaan olevan jossakin määrin jopa outoa. Vanhempien ihmisten lähestyminen koetaan normaalinmaksi. Keskustelut tuntemattomien kanssa ovat kestoltaan yleensä melko lyhyitä. Kohtaamisia jää kuitenkin usein mieleen, ja niistä kerrotaan esimerkkien avulla. Joissakin tapauksessa tuntemattomien ihmisten kanssa keskustelu voi olla jopa helpompaa kuin tuttujen.

Joo. Aika usein. Eilenki yks tyyppi kysy multa että onko viiskakkonen mennyt tästä jo. -- Vieraitten ihmisten kans ei tunnu niinku, nytkin mä voin selittää tässä sulle ummet ja lammet mut siis se et siis niinku, ei vieraat ihmiset haittaa tai mitään, ei niit tarvi enää koskaan nähä. Mut se et niinku jokapäiväiset ihmiset, ja sit jos pitäis jotain syvempää tehdä, niin se on niin vaikeeta. (Nainen, 19)

Mä usein haaveilen siitä, et uskaltais mennä juttelee niinku ennestään tunte-mattomille ihmisille kaupungilla tai julkisissa liikennevälineissä tai jossain mut must tuntuu et mut hirveen helposti jotenkin leimattais hulluks tai, hulluks tai ällöks, sellaseks limaseks, et toi vaan tulee pokailee mua tai jotain, ei oo kiva. (Mies, 23)

Haastattelussa nuoria pyydettiin täyttämään ihmissuhteiden ympyrä. Ympyrän keskellä oli kuvaannollisesti nuori itse. Sisimmälle kehälle heitä pyydettiin lisäämään päivittäiset kontaktit, seuraavalle viikoittaiset ja uloimmalle kehälle harvemmat kontaktit. Sen jälkeen heitä pyydettiin vielä täydentämään ympyrää erivärisellä kynällä sen mukaan kuinka he haluaisivat tilanteen olevan eli tarvittaessa lisäämään kontakteja, poistamaan niitä tai vaihtamaan kontaktien paikkaa nuolella kehältä toiselle.

Päivittäisistä kontakteista yleisimmät ovat kaverit. Seuraavaksi yleisimmin mainittuja ovat äiti, poikaystävä, nettituttavat ja sisarukset. Päivittäisten kontaktien merkintöjen määrä vaihtelee yhdestä neljään. Tosin joissakin ympyröissä yksi merkintä voi pitää sisällään useamman henkilön, kuten esimerkiksi merkintä ystävät. Keskimäärin päivittäisiä merkintöjä on 2,4. Myös tässä on huomioitava, että yksi merkintä voi pitää sisällään useamman henkilön. Suurin osa on tyytyväinen päivittäisten kontaktiensa määrään eikä haluaisi tehdä muutoksia. Useimmat muutostoiveet kohdistuvat ystäviin, joita halutaan siirtää uloimmilta kehiltä päivittäisiksi. Muutamassa tapauksessa vanhempi haluttiin siirtää päivittäisestä kontaktista viikottaiselle.

Viikottaisten kontaktien määrä vaihteli nolasta viiteen. Keskimäärin merkintöjä on 2,2. Yleisimpiin kontakteihin kuuluvat kaverit, vanhemmat, sisarukset ja työkaverit. Suurin osa vastaajista ei muuttaisi viikottaisten kontaktien määrää. Muutostoiveiden suunta on useimmiten harvemmasta viikottaiseen. Näiden toiveiden kohteina ovat veli, isä, sukulaiset, ystävät ja hoitokontakti. Viikottaisiin kontakteihin haluttiin lisätä suku sekä terapeutti. **Harvemmat** kontaktit vaihtelevat nolasta kuuteen. Keskimäärin merkintöjä on 1,8. Yleisimmin mainitaan suku, ystävät ja veli.

Ongelmat ja vaikeudet

Haastattelussa nuorilta kysyttiin heidän kokemistaan elämän vaikeista hetkistä ja ongelmista, niihin haetusta ja saadusta avusta ja avunsaannin helppoudesta tai vaikeudesta. Nuoret puhuivat ongelmistaan ja vaikeuksistaan varsin avoimesti. Niihin viitattiin usein jo haastattelun alkuvaiheessa,

mikä voi viitata siihen, että tarve puhua oli suuri. Haastatellut nuoret ovat kokeneet elämänsä aikana monenlaisia vaikeuksia. Toisilla on takanaan hyvin rankkoja kokemuksia, kun taas toisilla ongelmat ovat lievempiä. Vaikeuksina ja ongelmina on koettu muun muassa:

- ihmissuhteisiin ja sosiaalisuuteen liittyvät asiat: vanhempien avioero, alkoholismi perheessä, pettäminen omassa parisuhteessa, huonot välit vanhempien kanssa, pettymykset ja luottamuksen menettäminen, rasismi. Yksi kokee sosiaalisuuden ja ihmisten kanssa toimimisen jo sinänsä ongelmaksi, yhdelle homouden paljastuminen konservatiivisille vanhemmille on johtanut vaikeuksiin
- kouluun ja opiskeluun liittyviä tekijöitä: koulukiusaaminen, motivaation puute tai opiskelupaikatta jääminen, oppimisvaikeudet sekä muuttamisen ja koulun vaihtamisen aiheuttama rasitus
- työelämään liittyvät: työttömyys, puolison työttömyys, vaikeudet työpaikalla (esimerkiksi yllättävä irtisanominen), stressi, epäsäännölliset työajat
- toimeentulon haasteet: velat ja tehdyt omaisuusrikokset (yhden haastateltavan kohdalla)
- mielenterveyteen liittyvät ongelmat: lähinnä masennus, ahdistushäiriöt ja syömishäiriöt
- mut rankat kokemukset: itsemurhayritys, huumeongelmat, peliongelmat, pahoinpitely, raiskaus ja kodittomuus.

Lisäksi mainitaan muun muassa nuorempana tehty hölmöily, ilkivalta, riidan haastaminen ja kiusaaminen. Eräs haastateltu kertoo, kuinka vanhempien luona kotona riitely ja huonot välit tuntuvat vielä omassakin arjessa, kun on vasta muuttanut omaan kotiin. Vaikeudeksi on koettu myös fyysinen ja henkinen voimattomuus kovatahtisen opiskelun ja vanhempien eron jälkeen, sekä vakava häiriköinti itseä ja perhettä kohtaan, sekä sen aiheuttamat pelot.

Mut on täs joutunu itte vähän kärsimään noitten vanhempien riidoista, tai siis isän ja äitipuolen. Et ku on pari vuotta ollu ja se ei oo muuttunu siit mitenkään,

et niil on omii riitoi ollu. Ite mä oon ollu siinä keskellä,ä ku oon asunu siinä, ni on välillä tullu sellasii takaumii, et on hankaloittanu vähän, ku on muistanu ne tapaukset. (Mies, 24)

Haastatelluilla nuorilla ongelmia oli yllättävän paljon. Usein taustalla näytti olevan perheeseen liittyviä vaikeuksia kuten alkoholiongelmia. Joissakin tapauksissa nuorten vanhemmilla on ollut vaikeuksia jopa sellaisten perustarpeiden kuin ruoan ja asumisen järjestämisessä.

[Perheen taloudellinen tilanne] Meidän isän kanssa hyvä, ja sit kun me ollaan asuttu meidän äidin kans niin tosi huono. -- Se on ollu ihan siis silleen, et mä oon yhden talven nähny nälkää ihan suoraan sanottuna. Et meillä ei oo ollu ees rahaa ruokaan. Et se oli ihan kuin toisesta maailmasta toiseen maailmaan se muutto. (Nainen, 25)

Vaikeuksia, onhan niitä siis ollu paljon. Mut varmaan päällimmäisenä tulee mieleen se meidän kodittomuus. Ni se oli se kaikist kauhein ja vaikein. (Nainen, 22)

Vastoinikäymisiä on koettu myös ihmissuhteissa, ja koulunkäyntiin liittyviä vaikeuksia on ollut erityisesti yläasteen aikana. Usein tässä vaiheessa nuori koki tiedostaneensa ensimmäiset merkit mielenterveysongelmistaan. Esiin nousee motivaation puute, masentuneisuus ja haluttomuus toimia. Ongelmien alkaessa liikkuminen kodin ulkopuolella voi vähentyä ja harrastukset voivat loppua sekä sosiaalisten suhteiden ylläpito voi jäädä lähes kokonaan. Kiinnostus ulkomaailmaan voi vähentyä merkittävästi.

Et jotenki tavallaan motivaatio loppu kokonaan koulunkäynnistä ja miten sen nyt sanois, sopeutumisesta. Et teki oikeestaan mieli vaan vetäytyä. En tiedä minne, mut vetäytyä silleen, maata vaan kotona. Istuu tietokoneella. (Mies, 23)

Tajus ite että nyt ei oo kyl kaikki kunnossa kun mikään ei inspiroinut ja mitään ei jaksanu ja koko ajan oli väsynyt ja saatto niinku nukkua 24 vuorokaudessa. että koko vuorokauden yli. (Mies, 24)

Vaikeisiin tilanteisiin nuoret ovat saaneet apua perheeltä ja ystäviltä; toisille tämä on riittänyt pääsemään ongelmien yli. Vaikeissa ongelmissa apua on haettu myös esimerkiksi suoraan yksityiseltä terapeutilta, Ylioppilaiden Terveystieteidenkeskiltä, terveyskeskuksista, psykiatrialta poliklinikoilta

ja koulupsykologilta. Toiset ovat hakeneet apua itse, toisia ovat läheiset tai esimerkiksi opettaja kehottanut ja ohjannut hakemaan apua. Muutamalla haastatelluista nuorista on jatkuva ja toimivaksi koettu hoitosuhde, muutama on mielialalääkityksellä.

No mä sain, soitin itse asiassa silloin serkulle, joka on myös hyvä kaveri, se sano et se on valmis lähtemään, ihan kuuntelemaan vaan. Me mentiin juomaan yhtet tuopit ja puhuttiin monta tuntia siinä. Niin kyl se tuntu, että se autto. Et tommosta, tommosta niinku sosiaalista, on ihmisiä jotka pystyy tota kuuntelemaan. (Mies, 21)

Kokemukset institutionaalisen avun hakemisesta ja saannista ovat kirjavia. Muutama on kokenut saavansa apua, jopa helposti, mutta useat kertovat vastoinkäymisistä ja avun saannin vaikeudesta. Jonojen kerrotaan olevan pitkiä. Nuoret kertovat myös kuulleen muilta (kavereilta tai yleisesti) pitkistä jonoista ja avunsaannin vaikeudesta.

Tuki- ja auttamisjärjestelmät koetaan hankaliksi hahmottaa. Nuoret eivät aluksi usein tiedä minkälaista apua on saatavilla ja mistä. Toisaalta sitten, kun järjestelmän ja sen logiikan tuntee, on helpompaa. Esille nousee myös kokemus kynnyksestä yhteydenottoon: vaikka tiedetään mistä apua saisi tai tulisi lähteä hakemaan, tuntuu vaikealta ottaa se ensimmäinen askel, kynnys koetaan korkeaksi. Omia vaikeuksia verrataan muiden ongelmiin ja koetaan, että apu ei ehkä kuulu itselle, kun toisilla menee vielä huonommin. Kuitenkin nuoret myös kritisoiivat avunsaannin vaikeutta ja näkevät, että apua olisi tärkeää saada aikaisessa vaiheessa ja kynnys avun hakemiseen tulisi olla matala. Yksi haastateltu huomauttaa, että jos rahaa on, niin palveluita kyllä saa yksityiseltä puolelta.

No kyl mä tiedän minne mä ehkä soitan jos tulee jotain ongelmii. Mut se on vaan se kynnys, että soittaaks sinne oikeesti. Tai että ei niinku välttämättä uskalla soittaa ja avata suutaan. (Nainen, 21)

Se kenel on varaa maksaa, niin sen on helppo löytää [apua]. Et siit vaan meni nettiin ja klikkas ja soitti, se oli ihan ok. (Nainen, 19)

Apua haettaessa oman lähipiirin, kavereiden ja perheenjäsenten tiedot ja kokemukset koetaan tärkeiksi. Jotkut sanoivat myös olleensa niin huonossa kunnossa, ettei avun hakeminen tai löytäminen itsenäisesti ollut käytännössä

mahdollista. Apua lähdetään usein hakemaan ja ajatellaan löytyvän myös Internetin kautta. Ammattilaisten tuki (esimerkiksi työhönvalmennuskeskuksessa) erilaisten auttamismuotojen löytämisessä koetaan arvokkaaksi. Ulkopuolisilta saadun tuen merkitys avun etsimisessä korostuu myös silloin, jos omat voimat siihen ovat rajalliset.

Mut sit täältä [Espoon työhönvalmennuskeskus] on saanu, tää on ollu tosi hyvä. Nää niinku kuuntelee oikeesti, ja miettii, mietitään yhdessä, et mikä mua oikeesti kiinnostais, vaikken mä sitä viel oo keksinykään [nauraa]. (Nainen, 22)

Vertaistukea saadaan Internetin vertaistukipalstoilla. Varsinaisista vertaisryhmistä yksi haastateltu oli kokenut yli 20 vieraan henkilön ryhmäliian isoksi, ja esiin nousee paikoittain haluttomuus jakaa omia asioita tuntemattomien kanssa. Yhdelle nuorelle vertaistuki verkossa on todella merkittävää, yksi taas huomauttaa sen auttavan tiettyyn pisteeseen asti, mutta ei täysin. Tärkeänä tukevana vertaisryhmänä koetaan ystävät ja kaverit, jotka ovat kokeneet samankaltaisia asioita.

[Vertaistuen merkitys on] Iso! Tosi iso! Että mä irccaan kanavalla ”masennus” ja siellä se, että mä voin auttaa muita ja mua autetaan, jos mulla on paha olla. Et sinne mä niinku, että nyt mua itkettää, että sinne mä voin niin purkaa sen ett mua itkettää ni se auttaa tosi paljon. (Nainen, 22)

Maahanmuuttajataustainen nuori puolestaan koki synnyinmaassaan vierailun saaneen hänet näkemään oman tilanteensa ja mahdollisuutensa Suomessa hyvinä. Hän kertoi oman aikaisemman ”ongelmakäyttäytymisensä” loppuneen matkan jälkeen.

Haastatelluilla, jotka ovat hakeneet apua ja tukea eri viranomaisilta tai yksityiseltä, on hyvin erilaisia kokemuksia niiden riittävydestä ja hyödyllisyydestä. Toiset kertovat saaneensa hyödyllistä apua ja tukea, mutta monella on myös huonoja kokemuksia. Muutama kertoo etäisyyden tapahtumiin muuttaneen omia aikaisempia kokemuksia ja käsityksiä.

Vaikeaksi koetaan tietämättömyys siitä, minne oikeastaan pitäisi ottaa yhteyttä. Soittoa yhteen paikkaan seuraa usein se että, neuvotaan soittamaan jonnekin muualle, tai kun on käynyt yhdessä paikassa, ohjataan toiseen paikkaan, ja omat asiat joudutaan kertomaan alusta alkaen monelle eri ihmiselle.

Et oikeestaan, mä vähän yritin tossa joulun alla, silloin oli toi Nuorten kriisipiste, mut se oli täynnä, siel ei ollut aikoja. Ja nyt oikeestaan tuli aika paha, tossa pari kuukautta takaperin, semmoinen paha elämäntilanne, niinniin mä lähdin hakemaan apua. Ja tuntuu et mä oon nyt saanu sitä. Et mä oon nyt muutaman kerran käynyt yksityisellä terapeutilla. Mut seki tuntu aika toivottamalta, kun on kunnallisella terveysasemalla käynyt, niin ne antaa lääkkeitä, mut ne ei pysty oikeesti siellä niinku, kun on käynyt psykiatrisen poliklinikan päivystyksessä ja sitten aina ohjataan seuraavaan paikkaan ja sitten luulee, ne on kirjoittanu musta hirveen määrän ja kuunnellu, ja sit luulee että ne on saanu jo, että ne tietää mikä mun ongelma on. Mut sit pitää aina aloittaa nollapistestä selittää kaikki. Ja sit kukaan ei niinku, kaikki delegoi aina mua eteenpäin jonneki ja ikinä ei saa semmosta niinku hoitosuhdetta. Niin kyl siinki tuli toivoton olo. (Mies, 21)

Nuori voi olla ongelmineen myös tilanteessa, joka on hänelle monella tapaa täysin uusi ja tuntematon. Ensimmäistä kertaa omaa itsenäistä arkeaan pyörittävälle nuorelle avun saaminen voi olla hyvinkin haasteellista.

Mä mietin sen ensimmäisen kerran, kun mä kotoa muuton jälkeen sairastuin vakavaan masennukseen, niin en mä osannut hakea apua. En mä tiennyt, missä on sosiaalitoimisto enkä mä tienny mitä lappuja sinne pitää viedä. Eikä oikein mistään saanut tietoa eikä tukea eikä apua siihen. Et kyl se niinku avun saaminen on tosi vaikeeta. Ja kyl sitä niinku tiedät on tosi vähän, et kyl sitä on aika yksin. (Nainen, 25)

Moni valittaa pitkistä käsittelyajoista ja jonoista. Myös käsitykset akuutista avuntarpeesta vaihtelevat suuresti. Moni nuori kokee, ettei heidän hätäänsä ja avunhuutojaan otettu aina vakavasti.

Et heti sen eron jälkeen mä oisin tarvinnu aika akuutisti apua. Et sit musta oli turha jäädä siihen jonoon jonottaa johonkin sellaseen aikaan, kun siit on mennyt niin paljon aikaa, että siitä ei oo mitään hyötyä. Et ne on niin pitkiä ne jonot. (Nainen, 24)

Niilläkin, jotka ovat saaneet apua hyvin, on vaihtelevia kokemuksia. Yhdellä on toimiva hoitosuhde, yksi haastateltu puolestaan oli käynyt psykologilla 10 vuotta, mutta ei käy enää, koska ei koe sitä hyödylliseksi. Asunnottomuutta äitinsä ja veljensä kanssa kokenut toivoi apua koko perheelle, eikä lapsille erikseen.

Et kauheesti tarjottiin kaikenlaista apua mulle tai sit mun alaikäiselle pikkuveljelle, mut et koko perheelle, mulle ja mun äidille ja mun pikkuveljelle, ni sellasta mahdollisuutta ei tarjottu ollenkaan, et me oltais kaikki saatu mennä johonkin juttelemaan. Et aina oli mun pikkuveljelle enemmän, koska hän oli alaikänen. Et hänet niinku sanottiin, et ois voitu ottaa huostaan jonnekin, koska hän oli alaikänen. Mut eihän hän sit sitä halunnu todellakaan. Mut ei niinku koko perheelle löytyny minkäänlaista. Tai sit me ei vaan osattu ettiä oikein, en mä tiedä, mikä siin sit oli. (Nainen, 22)

Avun etsimiseen ja saantiin liittyvien vaikeuksien lisäksi nuoret kertovat tapauksista, joissa tietty psykologi tai terveydenhoitaja on koettu epätydyttäväksi, epäsojivaksi tai hänen koetaan toimineen huonosti. Haastatellut kokevat, että heitä ei ole kuunneltu tai että hoitokontakti on yleisesti hyödytön. Oikean hoitosuhteen löytäminen koettiin erittäin tärkeäksi. Lisäksi koettiin, että hoitotahon henkilöstön tulisi olla pysyvää, ettei nuoren tarvitsisi joka kerta kertoa ongelmiaan alusta alkaen, vaan hoito olisi enemmänkin etenevä prosessi.

Sillon mä menin niinku uudestaan sinne mielenterveysneuvojalle, ja silloin mut laitettiin siihen psykologin jonoon. Ja mä kävin keväällä siellä ensimmäisen kerran ja se oli ihan hirvee se tyyppi. Siis se ei kuunnellu yhtään mitä mä sanoin. – – Ja nyt mä taas odotan sitä seuraavaa, mikä on ihan naurettavaa, se on jo joku viides ihminen, jolle mä kerron taas kaiken saman ja se ei pääse vielääkään niinku alkamaan (Nainen, 24)

Jotain apua joo oon saanu, mut tota, siis hirvee hakeminen ja hirvee rumba sen avun saamiseksi ja sitten kun miettii mielenterveyspuolella sain semmosen hoitajan, joka oli mulle täysin epäsojiva ja sitä ei suostuttu vaihtamaan. – – Et vaikka niinku on kuinka huonosti niin tuntuu et kukaan ei kuule eikä mistään löydy apua. Ja sit kun loppuu ne omat keinot ja ne omat läheiset ja muut et niistä ei enää oo apua, niin sitä virallista apua on kyllä tosi vaikee saada. Et ihan silleen, et vaan lähti pahemmin menemään kaksi vuotta sitten kun mut raiskattiin, ja nyt vasta alan toipumaan siitä. Ja mä olin silloin, jatkoin opiskelua, ensin kielsin sen mut se kaatu päälle. Niin mä jouduin yli kuukauden odottaa, et mä sain edes ajan psykiatriselle poliklinikalle, vaikka mä olin siinä kunnossa, et mä olin tosi itsetuhonen ja suunnittelin itsemurhaa ja muuta. Et semmosta virallista apua, on ihan kiven takana, sen saaminen. (Nainen, 25)

Myös tiedonpuute siitä, miten hoito etenee ja miten päätöksiä tehdään vaivaa monen mieltä. Monille oman tilanteen ajan tasalla pitäminen ja tietoisuus hoitosuunnitelmasta ja lääkityksestä on tärkeää.

No mikä edelleenkin oikeastaan on siinä on se, että tällainen lääkekontakti, mikä just tyyliin tän lääkityksen suhteen ja muuten, niin musta tuntuu, et se on vähän semmonen kauko-ohjattu homma. Et mä oon silleen nähny sen kaks kertaa, joka kuitenkin määrää mun lääkitystä. Mikä on mun mielestä ollu vähän hassua, se, et se on semmonen et oisin ehkä toivonut, että oisin halunnut keskustella laajemminkin siitä lääkityksestä mutta se nyt on mikä on. (Nainen, 23)

No mä koen, must tuntuu, et se oli sikäli ehkä hoidettu tylsästi, et mulle ei missään vaiheessa tehty selväks sillon sitä, et miten tää toimii. Et mä epäilen, et ne pari ensimmäist kertaa, jotka mä kävin tapaamassa sitä psykiatria, et ne oli arviointikäyntejä. Mut se ei tullu mulle missään vaihees selville. Et nykyisel kokemuksella mä osaan sanoa, yleensä nimenomaan ensimmäiset käynnit on arviointikäyntejä. Et usein ehkä annetaan joku lääkitys, ensimmäinen lääkitys, et kokeile tätä. Ja arvioidaan sitä, et mikä tää ongelma nyt on ja silleen. – – Mä tavallaan ehkä oisin kokenu sen mielekkäämmäks, jos mua ois johdateltu jotenki siihen, että mikä tän homman tarkoitus on ja miten tää toimii, et täs on nyt ensin tällösi arviointikäyntejä ja sitten ehkä tehdään jonkinlaskost hoitosuunnitelmaa tai jotain. Mut mulle ei ainakaan missään vaiheessa se tullu selville. Mä en mitenkään välttämättä sano, et ne ei ois missään vaiheessa tehny sitä, niinku pyrkiny tekeen sitä mulle selväks, mut mä en ainakaan missään vaiheessa itte hahmottanu sitä mistään. (Mies, 23)

Nuoren itsensä mielekkääksi kokeman avun piiriin pääseminen on myös saattanut kestää hyvin kauan, kun viranomaisen taholta on tarjottu ensin erilaisia epäsooioivia tukimuotoja.

Sit tuolta työkkärin etypin kautta kuulin tällösestä kuntouttavasta työtoiminnasta, että voi aloittaa silleen niinku löysästi että kolme kertaa viikossa, mut siinäkin meni oikeastaan niinku puoltoista vuotta, että pääsin sit loppupeleissä. Että jos tällösestä olis aikasemmin tienny ni oisin kyllä todellakin hakeutunu. Ni sit oikeastaan ihan viimeinen vaihtoehto oli tämä niinku työkkärin työnteoijän mielestä. Että kuntouttavaan työtoimintaan. (Mies, 24)

Ongelmien syitä ja taustoja osa haastatelluista ei tuo esille, tai ei osaa sanoa mistä esimerkiksi masennus johtuu tai alkoi. Osa kuitenkin erittelee ja hakee syitä mielenterveysongelmilleen ja selittää tilannettaan menneisyyden tapahtumilla. Taustalla vaikuttavaksi tekijöiksi nähdään esimerkiksi vanhempien avioero, huonot välit vanhempien kanssa, lapsuuden vaikeat kokemukset, itselle tehty väkivalta (pahoinpitely, raiskaus), ihmissuhteisiin liittyvät pettymykset ja syyllisyyden tunteet sekä esimerkiksi yllättävä irtisanominen töistä. Menneisyyden tapahtumiin myös otetaan etäisyyttä, niitä arvioidaan ja omien mielikuvien huomioidaan osittain muuttuneen ajan myötä.

Nuorempana tiedätkö sitä tekee kaikenlaista. Nytkin mua rupee jo vähän niinku tiedätkö katumaa mitä on tehnyt ihmisille... (Mies, 19)

Et kun on se diagnoosi et tunne-elämältä, et on se epävakaa persoonallisuus-häiriö... jonka mä koen tavallaan et tulee lapsuudessa opetetuista asioista... tai minkä on niinku oppinu. Sellasia vääriä malleja. Niin ehkä niitten sellanen korjaaminen ja läpikäyminen ja tällanen niinku korjaaminen on se minkä mä näkisin ongelmana. (Nainen, 21)

Mut se oli kato, kun isäl oli, meil asu viis vuotta tän meidän isän entinen naisystävä. Niin sehän vähän teki vähän meidän elämästä hankalampaa. Ja mä luulen osittain, että osittain senkin takii mä masennuin. Et sil oli kuitenkin niin iso vaikutus mun elämään (Nainen, 19)

Toiset taas näkevät esimerkiksi masennuksen asiantilana, joka ikään kuin vain on olemassa ja vaikuttaa elämään. Tai ainakaan haastattelussa he eivät millään tavalla erittele ongelmien syitä ja lähtökohtia. Masennuksen alkamisesta kerrotaan ilman selittäviä tekijöitä, esimerkiksi ilmaisuin *"alkoi tuntua"* tai *"ei vaan ollut motivaatiota"*.

Mut kun mulla on masennus diagnosoitu, niin sitten tota, sitten se niinku vähän vaikeutti sitä aina silloin tällöin. (Nainen, 21)

Juha Kaakinen, Jarmo Nieminen ja Sari Pitkänen (2007) ovat tutkineet nuorten toimeentulotukiasiakkaiden toimeentulotuen tarpeen taustoja Vantaalla haastatteleamalla sosiaalityöntekijöitä sekä nuoria toimeentulotuen saajia. Tutkimuksen mukaan nuorten toimeentulotuen saajien asi-

akkuuksien vähentämiseksi olisi tarpeen nostaa nuorten ensisijaisia tuloja, parantaa kuntoutumista ja aktivoitumista auttavia palvelukokonaisuuksia ja kehittää nuoren asiakkaan yksilöllistä palveluohjausta. ”Myös parantamalla työ- (mm. kaupungin omat työt), opiskelu- (mm. oppisopimus) ja aktivointipaikkojen (mm. työpajat, kuntouttava työtoiminta) valmiuksia ottaa vastaan toimeentulotukea saavia nuoria, joilla on vaikeuksia työkyvyn ja oppimisen kanssa, voitaisiin ajan mittaan saada aikaan toimeentulotuen tarpeen vähentymistä” (Mt. iii).

Tämän tutkimuksen tulokset yhteiskunnan toimista kysyttäessä ovat pitkälti samansuuntaisia. Tutkimuksessa haastateltavilta kysyttiin, mitä yhteiskunta voisi tehdä niiden ongelmissa ja vaikeuksissa olevien nuorten hyväksi. Vastauksissa yhteiskunnalta odotetaan ja toivotaan yleisesti lisää resursseja, rahaa ja työntekijöitä terveydenhuoltoon, jotta jonot saataisiin lyhyemmiksi. Nuoret kaipaavat enemmän ja kattavampaa tietoa siitä, mistä saa mitään palveluita. Toiveina mainittiin myös opintotuen korotukset, ja viranomaisilta perättiin yksilöllistä, tilanteen mukaista ja yksilöllistä apua, ettei asiakkaita käsiteltäisi kaavan mukaan. Lisäksi nuorille toivottiin tiloja, joissa voisi viettää aikaa ja tehdä mukavia juttuja ilman kalliita maksuja. Nuorten toivomukset vaihtelevat oman elämän tilanteen mukaan. Lisäksi monet kokevat tarpeelliseksi puhua myös toisten nuorten puolesta.

Et kun sais kerranki tarpeeks väkee sinne hoitaa niitä asioita, niin ne jonot sais purettuu ja ihmiset pääsis oikeesti niinku hoitoon, tai sais apua sillon kun ne tarvii. Kun ne ongelmat vaan lähtee kasaantumaan ja tulee lisää. jos ei heti saa tarvitsemaansa apua. Ja sit voi olla jo liian myöhästä. (Nainen, 24)

Mut aika pitkälti on sillain, et jos jotain halua tehdä, jotain nuorisotoimintaa, ni kyl siit aika usein pitää maksaa aika paljo. Et jos on heikko rahatilanne, ni sit voi olla aika vaikee löytää joskus tekemistäki. Et jotain ilmaistoimintaa voisi olla enemmän. Erilaisii vaihtoehtoja. (Mies, 20)

No se, että pääsis helpommin hoitoon, että otettais tosissaan. Et jos masentaa niin ei annettais sitä B-vitamiinia vaan tutkittais paremmin. Kun mulla oli ekoi masennusoireita silloin joskus 2003–2004, niin et mä sairastuis 2006, mut ekoi sairausoireita oli silloin, niin mulle lääkäri työnsi B-vitamiinia. Ainoa keino millä mä sain apua oli sanoo, että mä tapan itteni. Muuten mä en ois saanu mitään. (Nainen, 22)

Kyl tämmönen [kuntouttava] työtoiminta pitäis ottaa enemmän käyttöön. Että autettais nuoria tämmöseen työtoimintaan eikä mihinkään huuhaa-kursseille, mitä kyllä on aika paljon. (Mies, 24)

Matalan kynnyksen mielenterveyshoitoa pidetään tärkeänä, samoin avun ja tuen eri muotoja sekä varhaisemmassa vaiheessa puuttumista ja auttamista. Moni haastatelluista kokee, että apua saa vasta todella pahassa tilanteessa. Kouluihin toivotaan koulupsykologeja ja enemmän ohjausta avun saannin suhteen. Yksi ehdottaa, että esimerkiksi kaikki seitsemäsluokkalaiset voisivat käydä kuraattorin tai koulupsykologin luona juttelemassa, jolloin ongelmiin voitaisiin puuttua jo varhaisessa vaiheessa.

Emmä tiä onko jossain koulussa jopa, en mä tiedä mistä mä oon siit lukenu, mut on lisätty vaan sellasta niinku tietynlaista hyvinvoinnin opetusta ja sellasta. (Nainen, 24)

No siis lisätä työntekijöitä. Ja mun mielestä olis ihan hyvä johonkin perusopetukseen tai johonkin niinku, et opetetaan vaikka lait, vaikka samaan tilanteeseen, et mistä saa haettua vaikka mitä tukia, ja mihin on oikeus, että niitä tietoja ei opi oikeestaan ku kantapään kautta. (Nainen, 25)

Esille nousee myös toive keskinäisestä välittämisestä ja huomio, että terveydenhuolto ei pysty tekemään kaikkea. Yksilöiden vastuu kanssaihminen jaksamisesta nostetaan yhteiskunnan vastuun rinnalle. Itsestä ja muista huolehtiminen koetaan tärkeiksi perusoikeuksiksi ja -velvollisuuksiksi, joita voitaisiin tukea esimerkiksi koulujärjestelmää kehittämällä. Näin asia voisi saada sille kuuluvaa huomiota ja näkyvyyttä.

No mun mielestä tommonen matalan kynnyksen mielenterveyshoito olis aika tärkeä. Ja sitä että luotas semmonen ilmapiiri et pitää, semmonen et se pitäis mun mielestä aloittaa jostain ihan peruskoulusta, et ihmisiä niinku opettas kuuntelemaan itseä ja kuuntelemaan muita. Ja käymään semmosia inhimillisiä ongelmia läpi. (Mies, 21)

Ja just on silleen niinku ihan ääripäässä laitettu musta moneen paikkaan. Et just et jos sä oot just tappas ittes niin sit otat tänne yhteyttä, mut mitäs sitä ennen niin ei sit taas oo. (Nainen, 21)

Haastatteluista nousee esiin nuorten ja heidän ympäristönsä asenteita mielenterveysongelmiin, vaikka niistä ei erikseen kysytty. Haastateltujen nuorten keskuudessa mielenterveyteen liittyviä ongelmia ei selvästikään koeta tabuiksi. Jotkut nuoret pohtivat asiaa yhteiskunnan asenteiden muutoksen näkökulmasta, toiset taas ongelmien yleisyyden kannalta. Useimmilla on lähipiirissä ihmisiä, joilla on mielenterveysongelmia tai muuten tiedetään, että mielenterveysongelmat ovat yleisiä. Yksi kyseenalaistaa koko ajattelun terveydestä normina. Toisaalta haastatellut kertovat ympäristön ymmärtämättömyydestä mielenterveysongelmia kohtaan, ja yksi on kokenut itsensä erilaiseksi lähtiessään hakemaan ongelmiinsa apua. Haastatteluista välittyy myös tarve puhua muiden samassa tilanteessa olevien puolesta. Samoin nuoret korostavat toisista välittämisen ja huolehtimisen tärkeyttä ja puhuvat kaikkien ihmisten haavoittuvaisuudesta.

Et sit viime vuosien aikaan kun tietää et tällaset mielenterveydelliset ongelmat on ihan normaaleja, ettei tarvi mitenkään hävetä tai mitään sellasta. – tai totta kai sitä on monitasosta, et jos joku on skitsofreeninen niin se on ihan eri asia. Mut tällasii niinku lievämpiiki. Tai just kun on nähnyt, et ihan normaalitkin ihmiset niinku sairastuu ja voi pahoin, että siinä ei oo mitään sellasta niinku että ois jotenkin epäonnistunut tai tosi huono. (Nainen, 24)

Ja sit just se että tota, et ku ihmisten on hirveen vaikee ymmärtää, että joku esimerkiksi masennus kun siinä ei oo mitään fyysisiä oireita, niin ne ei niinku pysty käsittää, että se on oikeesti sairaus ja niinku että, et esimerkiksi vaikka sen, sellasen takia pitäis olla sairaalomalla. (Nainen, 21)

Se ois aika valtava muutos, mut mun mielestä se on semmonen juttu et, mikä mun mielestä kuulostais fiksulta, on et siirtyy pois semmosesta ajattelusta ja retoriikasta että terveys ois jotenkin normi. Ja tavallaan et normaali on yhtä kuin terve. Ja tavallaan niin monilla ihmisillä on kaikenlaisii ongelmii. Jotenkin mun mielestä ois hyvä pyrkii semmoseen yhteiskuntaan, jossa hyväksytään sitä, hyvin avoimesti hyväksytään sitä, että ihmisillä on mielialaan ja motivaatioon ja tommosiin liittyviin juttuihin liittyen vaikeuksii ja ongelmii. Et ihmiset on heikkoja. Siis sanotaan, että ihmiset on haavoittuvia ja heikkoja. Siis mun mielestä jotenkin, kaikki tämmönen, kaikkialla kuvataan jotenkin idealistista, semmoista ihmistä jota ei ole olemassakaan. Jotain semmosta niinkun taruolentoa, että ikinä ei mun mielestä kuvata ihmisen haavoittuvuutta kunnollisesti, se pyritään jotenkin piilottamaan. Mun mielestä ihan kaikilla yhteiskunnan

tasoilla vois tuoda esiin sitä, että ihmiset on haavoittuvia ja jotenki pyrkii ihan kannustamaan sitä että tuetaan toisiamme sen sijaan, että esitetään olevamme jotenkin ehjempiä ja terveempiä ja normaalimpia kuin ollaankaan. (Mies, 23)

Vois sanoa, et mitä nyt niinku, jos pitää nyt, tää tietysti kohdistu muhun tää haastattelu. Mut mä tiedän, et mä en oo yksin ja tämmöset ongelmat on yleisesti ongelmia nuorilla, vaikka kaikki ei sitä hirveesti oo mainostamassa tuolla. Mut ne ihmiset, minä ne näyttäytyy jossain facebookissa tai työhaastattelussa, ei oo yleensä se ihminen, mitä ne välttämättä on oikeesti. Miten sen nyt lyhyesti tiivistäis. No mulla on semmonen oma agenda, tulee siinä ehkä läpi, mut tota, tämmönen, sanotaan ihmisestä toisesta huolehtiminen ei oo tällä hetkellä niinku ihan parhaimmillaan täällä. Puhutaan nyt sitten Helsingistä tai Suomesta tai mitä vaan, mut se vois olla tosi paljon paremmin. Et se ei mee yhtään hyvään suuntaan. (Mies, 21)

Päihteet

Haastattelussa nuorilta kysyttiin heidän alkoholinkäytöstään, humalaan saakka juomisesta sekä muiden päihteiden tai huumeiden käytöstä. Lisäksi heitä pyydettiin kuvailemaan alkoholin merkitystä heidän hyvinvoinnilleen.

Haastatellut nuoret voidaan jakaa neljään eri ryhmään alkoholin käyttäjinä: niihin jotka eivät käytä alkoholia ollenkaan, niihin jotka käyttävät sitä vain harvoin, niihin jotka käyttävät sitä pari kertaa viikossa ja niihin jotka käyttävät sitä lähes päivittäin. Suurin osa haastatelluista ilmoitti kuuluvansa kolmanteen ryhmään eli niihin, jotka käyttävät alkoholia viikoittain kerran tai pari. Tätä kuvattiin usein normaaliksi nuorten alkoholinkäytöksi.

Joskus kerran viikossa, kerran kahessa viikossa. Vähän riippuu, jos on jotain juhlii. Sitten sillon. Mut niin. Aika sillee mun mielest normaalisti, miten nuoret käyttää (Nainen, 21)

Alkoholinkäyttökertoihin ja -tapaan vaikuttaviksi tekijöiksi mainitaan esimerkiksi vuodenaika, elämäntilanne ja taloudellinen tilanne. Kesällä juodaan useammin esimerkiksi kokoonnuttaessa ystävien kanssa ulos. Työt ja opiskelut rytmittävät päivää, ja päivittäisellä työ- tai opiskelutoiminnalla voi olla alkoholinkäyttöä rajoittava vaikutus. Joissakin tapauksissa juominen saattoi ennen työ- tai opiskelupaikkaa olla päivittäistä, mutta nykyisin se rajoittuu lähinnä viikonloppuihin. Huono taloudellinen tilanne voi olla joillekin este alkoholinkäytölle.

No siis nytten kesällä niin ihan siis viikottain on siis, saattaa olla jopa et kaks kertaa viikossa tai tälle. Kun ei oo töitä ja on hyvät ilmat, niin kiva siis sillai. Mut jos mulla olis ihan normaali päivärtytmi et kävisin töissä tai koulussa... No pääasias niinku kerran viikossa. Et totta kai joskus harvemmin ja sillai, mut pääasiassa. (Nainen, 21)

Humalaan saakka ei juoda joka kerta alkoholia nautittaessa, vaan alkoholi voi toimia myös seurustelujuomana ja joillakin jopa sosiaalisten tilanteiden helpottajana, jolloin nautitaan ainoastaan *”pari”* tai *”muutama”*.

Alkoholin kulutukseen voivat vaikuttaa myös omat negatiiviset kokemukset muiden alkoholinkäytöstä. Vanhempien alkoholinkäyttö mainitaan useamman kerran. Osa nuorista kuvaa vanhempien alkoholinkäyttöä lapsuuden aikana, ja osalla se on osa nykypäivää tai ollut jopa koko nuoren elämän ajan. Omasta alkoholinkäytöstä puhuessaan vanhempien juominen saatetaan mainita, mutta yksityiskohtaisempia kuvauksia ei anna kukaan nuorista.

Mul on enemmän semmonen kielteinen suhtautuminen alkoholiin ja kaikkeen, vaikka mä nyt itte välillä otanki pari just niinku seurassa, ni en mä niinku silleen humalaan asti. Ihmisistä tulee niin kauheita kun ne on humalassa. Ni en mä. (Nainen, 22)

Säännöllisiä kannabiksen käyttäjiä ei haastateltavistamme löydy. Kokeiluja löytyy useammaltakin, mutta usein se on jäänyt siihen. Useat kokeiluista on tapahtunut ulkomailla. Myös kannabiksen vaarat tai itselle sopimattomuus on tiedostettu.

En enää tällä hetkellä. Että sitä tuli kyllä käytettyä silloin, kun oli aika masentuneena ja sekin on varmaan pahentanu asiaa silloin. Tuntuu sitte. että tai ehkä niinku vähän niinku vetäytyny syrjään muista ja jotenki. Mut just silloin, kun kävi juttelee psykiatrin ja psykologin kanssa, ni kyl ne niinku huomasi, että kannabis on kyllä aika iso tekijä siinä että ei oo jaksanu mitään tehdä aloitetta ja silleen että junnannu paikoillaan ainoastaan. (Mies, 24)

Osalla haastateltavista on ehdottoman jyrkkä asenne kannabista ja muita huumausaineita kohtaan. Alkoholin ja kannabiksen lisäksi muita huumausaineita ei käytetä.

En. Mä en oo koskaan kokeillu mitään huumeita enkä meinaa koskaan kokeil-
lakaan. Meil on mun kaverin kaa semmonen veto vetämässä ollu, et ei koskaan.
(Nainen, 18)

Alkoholin merkitystä hyvinvoinnille ei korosteta. Alkoholin positiiviseksi vaikutukseksi hyvinvoinnille mainitaan sen sosiaalinen merkitys, rentout-
tava vaikutus, seurallisuuden lisääntyminen, hauskanpito ja pakokeino
arjesta. Mukavimmiksi alkoholinkäyttökerroiksi mainitaan ne, kun ei
mene ”överiksi”. Alkoholin negatiivisia vaikutuksia hyvinvoinnille ovat
liiallisen käytön jälkeinen huono olo ja masennus. Alkoholin käyttöä voi
rajoittaa rahapula, mutta jos rahaa on, kukaan nuorista ei murehtinut sen
kuluttamista alkoholiin.

No ei se mitenkään iso tekijä kyllä oo. Et ehkä just tällä tavalla sosiaalisissa tilan-
teissa se on hauska lisä, mut et en mä nyt lopettais ystäväni tapaamista, vaikka
se otettais poisikin. Et sanotaan, että mä ite en juo sen juomisen takia vaan ehkä
just tämmösten, jos mä juon, niin sit juon just jotain viiniä tai jotain tosi hyvän
makusia siidereitä. Etten kittaa silleen, et tää on nyt nelkytvolttista, otetaan nyt
huikat. Ehkä joskus join noin, mutta en enää. Et se on just enemmän semmonen
sosiaalinen tilanne ja makuelämys, ei mikään välttämättömyys. (Nainen, 23)

Niinku nyt tällä hetkellä? No siis mun mielestä se on ihan sillai, jos niinku
kohtuudella siis vaikka tuliski humalaan, mut ettei mee mitenkään overiks,
niin must se on nykysin ihan sillai, et se on kiva. Tai just et vähän niinku kivaa,
rentoutuu ja viettää hauskaa aikaa kavereiden kaa. Et tekee ihan hyvää. Mut
et on ollu kyllä aikoja, jolloin se on tehny ihan pahaakin. Et sit on seuraavan
päivän vaan masentanu kahta kauheemmin. Mut et tällä hetkellä, kun se pysyy
ihan hanskassa niin ihan hyvää. (Nainen, 21)

Myös alkoholin käytön vähentäminen nähdään hyvinvointia lisääväksi
tekijäksi. Alkoholin tarjoama helpotus myös tiedostetaan vain hetkelliseksi.

Siis, täällä hetkellä. No voin hyvin ilman niitä, että eipä niillä ole mun hyvin-
vointiin tällä hetkellä enää mitään vaikutusta, tai oikeestaan niinku enemmän
on positiivisia asioita nyt, kuin silloin ku käytti vaikka ehkä silloin ajatteli
toisinpäin. Että niistä on hakenu jotain sellaista turvaa. Ehkä se on ollu jonkin-
moinen pakokeino samalla lailla kuin ehkä ryypääminen joillekin. (Mies, 24)

Talous

Nuoria ei useinkaan tarkastella hyvinvointitutkimuksessa muista työikäisistä erillään, vaikka nuori ikäryhmä (18–30) on elämässään tärkeässä taitekohdassa. Toimeentulon ongelmat ovat nuorilla aikuisilla muita työikäisiä yleisempiä, ja niistä kärsivillä nuorilla on muita nuoria enemmän psykososiaalisia ja terveydellisiä ongelmia. Toimeentulo-ongelmille nuoria altistavat kotoa muuttaminen ja työttömyys. (Moisio ym. 2008, 21.)

Hyvinvointitutkimuksessa toimeentulo on perinteisesti katsottu yhdeksi hyvinvoinnin osa-alueeksi. Tällä saralla nuorten aikuisten on erityisesti nähty jäävän jälkeen (Karvonen ja Kauppinen 2008, 78). Käytettävissä olevien tulojen suhteen nuoret aikuiset ovat aikuisväestön pienituloisin ryhmä (mt., 87). Toimeentulon ongelmia on nuorista aikuisista etenkin työttömien ja opiskelijoiden kohdalla. Lisäksi nuorten ikäryhmä elää vaihetta, jossa opetellaan itsenäistä kulutuskäyttäytymistä, joskin väitteet nuorten holtittomasta kuluttamisesta eivät välttämättä pidä paikkaansa. Nuorilla on erilaisia kulutustyyplejä, joihin vaikuttavat moninaiset taustatekijät työllisyydestä sukupuoleen. (mt., 77.) Vaikka nuoruuden elämäntyylien mediavälitteinen markkinointi on luonut jaetut kulutusmarkkinat, ei pääsy kuluttajaposition ole kaikilla nuorilla samanlainen (Ollila 2008, 48).

Omillaan toimeen tulemisen eetos korostuu nykypäivän Suomessa. Taloudellinen itsenäisyys ja riippumattomuus ovat etenkin uusliberalistisessa diskurssissa edellytyksiä täysivaltaiseen kansalaisuuteen (Ollila 2008, 136). Sakari Karvonen ja Timo Kauppinen (2008, 81) ovat tarkastelleet nuorten toimeentulo-ongelmien yhteyttä hyvinvoinnin puutteisiin ja yksilöllisiin taustatekijöihin. Heidän tutkimuksessaan toimeentulon ongelmista kärsivät nuoret raportoivat muita enemmän stressin kokemista, terveysongelmia ja yksinäisyyttä (tosin vain vähemmistö). Toimeentulon ongelmilta näyttäisivät sen sijaan suojaavan vanhempien luona asuminen, työssäkäynti ja korkea-asteen koulutus (mt., 87).

Tässä tutkimuksessa nuorilta kysyttiin, millä rahalla he elävät, rahan riittävyydestä, syistä niiden mahdolliseen riittämättömyyteen, rahan käytön suunnitelmallisuudesta, asioista, joista joutuu rahapulan takia tinkimään, vanhemmilta saadusta taloudellisesta tuesta ja ulkopuolelta tulevasta kuluttamisen paineesta.

Suurin osa haastatelluista elää niukoilla varoilla, Kelan eri tuilla tai toimeentulotuella. Osalla opiskelijoista on opintotuen lisäksi palkkatuloja. Muutama käy palkkatyössä. Rahat kuluva lähinnä vuokraan ja ruokaan eli pakollisiin menoihin. Myös kahviloihin, baareihin, vaatteisiin ja muu-

hun ”shoppailuun” sekä esimerkiksi askarteluun, pelaamiseen ja muihin harrastuksiin kulutetaan rahaa.

[S]e menee ruokaan ja vuokraan. Niin ei siit voi enää tinkii. (Nainen, 19)

Että aika tarkkaan aina lasken silleen, että jos jotain ostaa, niin pidän sit huolen, että rahat riittää loppukuuks ruokaan. (Mies, 24)

Rahan käyttöä osa nuorista suunnittelee tarpeen mukaan, toiset hyvin tarkastikin olosuhteiden pakosta. Useat haastatellut kuitenkin kertovat, etteivät suunnittele rahan käyttöään. Toisille tästä aiheutuu vaikeuksia, kun raha ei riitäkään elämiseen. Tällöin turvaudutaan kavereiden tai vanhempien apuun. Toisilla kohtuullisen hyvä rahatilanne sallii tarkemman suunnittelemattomuuden. Esille nousee myös tilanteita, joissa haastatellut kokevat, että rahan käyttöä kannattaisi ja pitäisi suunnitella, mutta se joko ei onnistu, sitä ei osaa tai sitä ei vain tule tehtyä. Rahaa säästetään muun muassa tulevaan opiskeluun ja matkoihin.

Mut sanotaan, et kyl ne nyt riittäis ihan hyvin, jos mä en ois vähän silleen niinku, huitelisin. (Nainen, 23)

Asumisjärjestelyt näyttävät vaikuttavan toimeentuloon ja rahojen riittämiseen huomattavasti. Ne haastatellut, jotka asuvat vielä kotona vanhempien luona tulevat paremmin toimeen, ja pystyvät säästämään mahdollisista töistä saatuja palkkoja. Myös opiskelija-asunnossa tai sukulaisten omistamassa edullisessa vuokra-asunnossa asumisen kerrottiin helpottavan toimeentuloa.

Haastateltujen tilanne vaihtelee huomattavasti suhteessa vanhemmilta saatavaan taloudelliseen tukeen. Myös asenteissa on eroja. Moni kertoo saavansa tai saaneensa vanhemmilta taloudellista tukea pyydettyä tai pyytämättäkin. Jotkut kuitenkin tarkentavat tämän tuen olevan satunnaista. Toiset kertovat saavansa tukea, mutta niukasti tai rajoitetusti johonkin tiettyyn asiaan, esimerkiksi lääkkeisiin tai Avoimen Yliopiston maksuihin. Yksi haastateltu kertoo tarvittaessa lainanneensa vanhemmilta rahaa ja maksaneensa takaisin, toinen haastatelluista kertoo että saisi lainaa, mutta ei pyydä. Kolmas nuori kertoo vanhempien taloudellisen tilanteen olevan niin tiukka, etteivät he pystyisi auttamaan vaikka haluaisivat.

Kyl ne nyt aina välillä antaa bensarahaa ja jotain pikkurahoja mut niinku mitä mä kuulen niinku joku isät ja äidit antaa jonku sata euroo, et osta siitä niin en oo ikinä saanu, en oo koskaan saanu silleen. (Nainen,18)

Jotkut haastatelluista taas eivät saa tukea vanhemmilta lainkaan ja toisaalta joidenkin haastateltujen tilanne on sellainen, että he joko tukevat itse vanhempiaan tai tuntevat että heidän vastuunsa on pikemminkin tukea vanhempia kuin vanhempien heitä. Yksi nuorista kertoo, että saisi rahaa jos pyytäisi, mutta kokee vanhemmilta rahan pyytämisen hölmöksi, kun on jo 21-vuotias eikä asu enää kotona ja. Yksi työssäkäyvä kertoo vieraillevansa usein vanhempien luona loppukuusta syömässä, kun omat rahat ovat lopussa.

Haastatelluista osa ei koe lainkaan ulkopuolelta tulevaa painetta kuluttamiseen, osa taas tuntee painetta voimakkaastikin. Kuluttamisen paineesta puhutaan ahdistavana ja sitä koetaan tulevan erityisesti mainonnan kautta. Myös kavereiden hienot uudet vaatteet ärsyttävät, jos itse ei pysty samalla tavalla ostamaan. Toisaalta kavereiden ostoihin suhtaudutaan myös kriittisesti ja omiakin kulutustottumuksia arvioidaan. Esiin nousee lisäksi kuluttamisen ja luonnonvarojen tuhlaamisen välillä koettava ristiriita. Yksi haastateltava kertoo kuluttamiseensa vaikuttavan sen, onko rahat omia vai ei.

[T]untuu että niinku jotenki yhteiskunta on semmonen et pitäis kuluttaa ja pitäis käyttää rahaa ja vaan ostamalla jotain on hyvä ihminen. (Nainen, 25)

Haastatelluista ilmenee myös taloudellisen tilanteen vaikutus harrastusmahdollisuuksiin. Monille rahan puute on este erilaisille liikunta- tai kulttuuriharrastuksille. Lisäksi mainitaan, että olisi mukava ostaa sellaista ruokaa mitä haluaa, eikä aina vain sitä halvinta, tai juuri sellaiset kengät kuin haluaa.

Et jos niinku lenkkeilyn lisäksi haluis jotain kehittävämpää, missä tarvii muita ihmisiä, ni se kaatuu siihen rahajuttuun. (Mies, 24)

Kahvilassa oleminen maksaa ihan törkeen paljon. Et niinku se käy tosi kalliiks sit. Just niinku kunta, just niinku täs iäs 18-20 vuotiaana, miten ne kuvittelee et tässä iässä ihmisellä on rahaa ja päästä sinne kahviloihin ja olla siellä, siis ei kovinkaan monella kumminkaan oo sitä mahdollisuutta. (Mies, 20)

Näkemykset omista vaikutusmahdollisuuksista taloudelliseen tilanteeseen liitetään pääasiassa työhön. Tehdään sitä työtä mitä saadaan, ja jos esimerkiksi oman alan töitä ei ole tarjolla, sille ei voi mitään. Yksi haastateltu kertoo, että vaikka haluaisi tehdä töissä enemmän tunteja, se ei välttämättä ole mahdollista. Tuilla elävä huomauttaa tukien (määrän) olevan muiden käsissä, joten siihen ei voi vaikuttaa. Omaa jaksamista ja mielenterveyttä arvioidaan suhteessa työelämän vaatimuksiin. Pidemmällä tähtäimellä haastatellut kuitenkin näkevät omilla ratkaisuillaan ja ponnistuksillaan olevan vaikutusta myös taloudelliseen tilanteeseen.

Mutta se nyt vähän kuuluu asiaan tässä elämänvaiheessa, et rahaa ei niin hirveesti oo, mut se tilanne kuitenkin toivottavasti muuttuu siinä vaiheessa kun valmistuu. (Nainen, 23)

Alueellisuus, urbaanisuus ja luonto

Objektiiviset indikaattorit tuovat esiin eroja pääkaupunkiseudun ja koko maan nuorten välillä. Vuonna 2007 pääkaupunkiseudulla asuvien nuorten osuus 17–24-vuotiaissa koulutuksen ulkopuolelle jääneissä oli koko maata suurempi. Vuoden 2008 depressiolääkkeistä korvausta saaneista 18–24-vuotiaista löytyy määrällisesti enemmän pääkaupunkiseudulla koko maahan verrattuna. Työllisyys ja taloudellinen tilanne on pääkaupunkiseudulla parempi myös nuorten kohdalla. Nuorisotyöttömyys oli vuonna 2008 pääkaupunkiseudulla muuta maata pienempi ja vuonna 2007 pääkaupunkiseudulla toimeentulonsaajia löytyi 18–24-vuotiaissa vähemmän kuin koko maassa keskimäärin (SOTKANet; <http://uusi.sotkanet.fi/portal/page/etusivu> [Viittauspäivä 31.4.2010]).

Hyvän elämän ja menestyksen samoin kuin huonon elämän ja syrjäytymisen kategoriat sijoittuvat tiettyyn paikkaan. Kotipaikka näyttäytyy tietynlaisen elämisen mahdollistavana tilana (Ollila 2008, 12). Tässä tutkimuksessa nuorten hyvinvointia katsotaan alueellisessa kontekstissa, pääkaupunkiseudun urbaanissa ympäristössä. Nuoria aikuisia asuu pääkaupunkiseudulla enemmän kuin Lapin, Oulun, ja Itä-Suomen lääneissä yhteensä (Paju 2004, 8). Tämän lisäksi kaupunkikunnissa lasten ja nuorten hyvinvointi on tilastojen mukaan polarisoitunut: toisaalta kaupunkeihin kasaantuu materiaalista elintasoja, toisaalta taas psykososiaalisia ongelmia (Ollila 2008, 13). Hyvinvointikeskustelun yhteydessä polarisaatiolla tarkoitetaan myös hyvin- ja pahoinvoinnin kasautumista samoille ihmisille. Esimerkiksi vuoden 2007 nuorisobarometrin (Myllyniemi 2007, 10) tulok-

set antavat viitteitä siitä, että hyvin- ja pahoinvoinnin tekijät kasaantuvat. Keskimääräistä korkeampi tyytyväisyys johonkin elämän osa-alueeseen on yhteydessä tyytyväisyyteen muilla elämänalueilla ja päinvastoin. Nuorisobarometrin (mt., 102) mukaan korkeampi koulutustaso on yhteydessä niin omaan terveyteen kuin ihmissuhteisiin liittyvään tyytyväisyyteen. Tyytyväisyys eri elämänalueisiin on saman tutkimuksen mukaan yhteydessä yleiseen, koko elämää koskevaan tyytyväisyyteen (mt., 11).

Asuinalueen merkityksen on usein katsottu korostuvan lasten ja nuorten kohdalla, koska he viettävät aikuisia enemmän aikaa asuinalueellaan ja ovat siihen siten enemmän sidoksissa (Turtiainen & Kauppinen 2004, 117). Paikka ei ole pelkkä sijainti: se voidaan ymmärtää myös taakaksi tai rajoitteeksi ja niin ikään eduksi tai mahdollisuudeksi (Ollila 2008, 35–36).

Nuorten identiteetteihin, marginaalisuuden kokemuksiin ja toimijuuden ehtoihin vaikuttavat myös kulttuurisesti rakentuneet käsitykset erilaisista alueista (Ollila 2008, 210). Toisaalta tuoreissa nuorten hyvinvointiin liittyvissä tutkimuksissa näyttäisi korostuvan alueen merkityksen sijaan hyvinvoinnin määrittäminen yksilöllisten tekijöiden kautta (esim. Ollila 2008; Turtiainen & Kauppinen 2004). Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei asuinalueella ja sen tarjoamilla toiminnan mahdollisuuksilla olisi nuorille merkitystä (Turtiainen & Kauppinen 2004, 129).

Pirjo Turtiainen ja Timo K. Kauppinen ovat tutkineet helsinkiläisnuorten käsityksiä hyvinvoinnista ja syrjäytymisestä alueellisuuden näkökulmasta. Nuoret yhdistävät hyvät tulevaisuuden näkymät ammatinhankintaan, työhön ja hyvään toimeentuloon. Huonot tulevaisuuden näkymät helsinkiläisnuoret puolestaan yhdistävät koulutuksen, ammatin ja toimeentulon puutteeseen. Koulutus näyttäytyy siten keskeisenä hyvinvoinnin osatekijänä, jolla on kausaalinen vaikutus hyvinvointiin. (Turtiainen & Kauppinen 2004, 123.)

Tässä tutkimuksessa nuorille kerrottiin, että olemme kiinnostuneita nuorten elämästä pääkaupunkiseudulla, jota kutsutaan urbaaniksi. Kysimme nuorilta, mitä heille tulee mieleen sanasta urbaani ja kokevatko he olevansa urbaaneja. Pyysimme nuoria myös kertomaan näkykö se, että he asuvat urbaanilla alueella jotenkin heidän elämässään. Nuoria pyydettiin myös kertomaan heille tärkeistä paikoista pääkaupunkiseudulla. Lisäksi heitä pyydettiin pohtimaan, onko eri puolilla pääkaupunkiseutua asuvien nuorten elämässä eroja ja olisiko heidän elämänsä erilaista, jos he asuisivat pääkaupunkiseudun ulkopuolella. Lopuksi pohdittiin vielä luonnon merkitystä haastateltaville ja paikkoja, joissa luontoa on pääkaupunkiseudulla.

Urbaanin käsite ei ole kaikille haastatelluille tuttu, monella sanasta tulee mieleen lähinnä urbaani legenda, mutta käsitteen merkitys on kuitenkin epäselvä. Yhdellä tulee sanasta mieleen luolamies. Useimmat kuitenkin liittävät urbaaniin nimenomaan erilaisia kaupunkimaaisia asioita kuten iso asutusalue, iso aktiivinen kaupunki, joka ei koskaan nuku, tiheä asutus, paljon ihmisiä, paljon tapahtumia, tarjontaa, ihmisiä joista valita, New York, hyvä julkinen liikenne, kaikki on lähellä, vaihtoehtoja, elämän vilске, kadut, taide, kulttuuri, paljon sosiaalisia paikkoja ja ympäristöjä, kerrostalolähiöt ja ostoskeskukset. Kaksi haastateltavaa liittää urbaanin käsitteen boheemiuteen ja yksi nuori mainitsee urbaaniuden yhteydessä myös kyvyn käyttää hyödyksi kaupunkitilaa, esimerkkinä Pasilan veturihallien lähelle istutettu kasvima. Urbaaniin liitetään myös negatiivisia määreitä kuten kiire, ei-luonnonläheisyys, betonihelvetti, välinpitämättömyys toisista ihmisistä, betonilähiöt, slummit, hälinä, stressi, mainokset, hektisyys.

Huomattavaa on, että jotkut kaupunkilaisuuden piirteet näyttäytyvät sekä negatiivisena että positiivisena. Toisille rauhaton on positiivisesti elävä, mutta toisille ahdistava. Runsas virikkeellisyys ja ihmisten paljous on toisille positiivista, toisille liikaa. Samoin myös anonyymisyys voidaan kokea myönteisenä tai kielteisenä asiana.

Jotenkin miljoonii ihmisii just kliseisesti hirveen lähekkäin fyysisesti, mut silleen ne on tosi etäällä toisistaan henkisesti. Tai siis mul on semmonen fiilis, et ihmiset on kauheen eristäytyneitä. Et ei oo semmosta yhteisöllisyyttä taval-laan. (Mies, 23)

Kaupunkilaisuutta ja erityisesti pääkaupunkiseutua oleellisesti määrittävänä tekijänä nähdään hyvä joukkoliikenne. Sen saatavuus ja kattavuus koetaan tärkeäksi, vaikka siinä nähdään parantamisen varaakin. Erilaisten palveluiden hyvä saatavuus on toinen toistuvasti esiin nouseva teema.

Se on mun mielestä yks parhaista asioista täällä Helsingissä asumisessa, että pääsee kätevästi joukkoliikenteellä paikasta toiseen. (Nainen, 23)

Kysyttäessä kuinka haastatellun elämä olisi erilaista, jos hän asuisi pääkaupunkiseudun ulkopuolella, vastauksissa mainitaan erot liikkumisen mahdollisuuksissa (muualla ollaan riippuvaisia autosta) ja palveluiden saamisesta sekä kulttuurissa ja harrastusmahdollisuuksissa. Toisaalta osa haastatelluista ajattelee, ettei elämä muualla olisi niin erilaista, ja toiset

huomauttavat vastauksen riippuvan siitä, missä tämä muualla olisi (ulko-mailla, maalla, isossa vai pienessä kaupungissa).

Haastatelluille tärkeitä paikkoja pääkaupunkiseudulla ovat muiden muassa Kaisaniemen puisto, Keskuspuisto, Kumpulan alue, Taivaskallio, Viikin alue, Laajasalo, Eiranranta, uimahalli, Töölönlahti, Tuomiokirkon portaat, Ruttopuisto, Koffin puisto, juna-asemat, (erityisesti mainitaan Oulunkylän asema) Tennispalatsi, Kauppakeskus Iso Omena, Savelan urheilupuiston skeittiparkki, Nosturi ja Tavastia. Moni mainitsee tärkeänä paikkana oman kodin tai asuinalueen (esim. Malmi, Soukka, Torpparinmäki, Kontula, Vuosaari, Tikkurila).

Osa haastateltavista ei näe pääkaupunkiseudun eri alueilla asuvien nuorten elämässä olevan eroja. Monella kuitenkin on näkemyksiä eri alueiden eroista. Erityisesti toimeentulossa, mutta myös hyvinvoinnissa, ongelmissa, käyttäytymisessä ja puhetyylissä koetaan olevan eroja. Vauriilla alueilla ajatellaan olevan enemmän mahdollisuuksia ja erilainen tyyli, köyhemmille alueille taas kasaantuvat erilaiset ongelmat ja rikollisuus. Eroja nähdään myös lähellä (Helsingin) keskustaa ja kauempana lähiöissä asuvien välillä, ja maahanmuuttajien keskittyminen tietyille alueille nostetaan esiin. Varakkaiksi alueiksi mielletään esimerkiksi Kauniainen, Espoo, Westend, Munkkivuori ja Lauttasaari. Jotkut nuoret eivät itse ajattele alueiden välillä olevan eroja mutta tietävät yleiset stereotypiat tai kertovat kavereiden ajattelevan niin.

Mut monil kavereil on, et Espoolaiset on tosi rikkaita, ja ne on porvareita ja ne tulee nokka pystyssä mut mä en ite nää semmosta. (Nainen, 18)

Ja kyl mä luulen, et nuoret saattaa olla välil niinku tosi eriarvosessa asemassa, riippuen esimerkiks siitä, että millä alueella ne käy kouluu ja silleen. Et on kyllä eroja. (Nainen, 24)

Mun mielestä esimerkiks Itäkeskuksessa ja Itiksessä on ihan erilaisia ihmisiä, kuin jos käy vaikkapa Sellosa Leppävaarassa. (Mies, 21)

Luonnon ja puistojen läheisyys koetaan haastateltujen keskuudessa yleisesti erittäin tärkeäksi, ja usealle myös meri on tärkeä elementti ympäristössä. Muutama haastateltu kuitenkin sanoo, ettei luonto merkitse heille erityisen paljon. Luontoon liitetään rauha, rauhallisuus ja hiljaisuus, ja siitä puhutaan positiiviseen sävyyn.

Mä hirveesti tykkään, että on sellasta puistoaluetta ja vihreetä, vaikka asuiski kaupungissa. Se on tosi tärkeää. (Nainen, 23)

Mut kyl sen huomaa eilen kun mä kävelin siellä metsästä, niin siellä oli jotenkin paljon rauhallisempaa ja kivempaa. (Nainen, 19)

Moni myös mainitsee, ettei kuitenkaan haluaisi asua maalla. Luonnosta puhuttaessa nousee esille sen suojelun tärkeys ja ilmastonmuutokseen liittyvät uhkakuvat. Yhden haastattelun kokemus luonnosta oli vastikään muuttunut, kun ennen merkityksetön lähimetsikkö ja joki tulivat tärkeiksi perheen kanssa koetun vaikean tilanteen yhteydessä. Luontoa pääkaupunkiseudulla kerrotaan löytyvän esimerkiksi Herttoniemestä, Kulosaaresta, Kallahdesta, Uutelasta, Leppävaarasta, Nuuksiosta, Kaivopuistosta ja usein juuri niistä itselle tärkeistä paikoista (ks. yllä).

Se joki on ollu mun elämässä tyyliin viimeset 14 vuotta, mut sille tuli vaan erityinen merkitys vasta täs vaiheen. (Mies, 20)

Kun nuorilta kysytään hyvinvoinnin kokemuksista tietyllä alueella, mitataan samalla kunnan onnistumista tehtäviensä toteuttamisessa. Vuoden 2008 Nuorisobarometrissa kunnan palveluihin tyytyväisimpiä olivat pääkaupunkiseudun nuoret. Samassa tutkimuksessa nuoret myös arvioivat pääkaupunkiseudun parhaimpien asuinalueiden joukkoon. Yleisesti ottaen nuoret arvioivat kaupunkiympäristön maaseudun kuntia paremmiksi paikoiksi elää (Myllyniemi 2008, 82).

Nuorisobarometrissa kunnan palveluista keskimääräistä tyytymättöimpiä nuoret ovat mielenterveyspalveluihin sekä sosiaalitoimiston ja työväestön palveluihin. Tyytyväisyys näiden palveluiden kohdalla korreloi vahvasti koetun kokonaisviihtyvyyden kanssa. Se kertoo, että näillä palveluilla on etenkin niitä tarvitseville nuorille suuri merkitys. Palveluiden parantaminen voisi parantaa näiden nuorten hyvinvointia kunnassa. (Myllyniemi, 2008, 84–85.)

Tämän tutkimuksen tulokset ovat samansuuntaisia nuorisobarometrin tulosten kanssa. Aiemmissa haastatteluosioissa nuoret painottivat esimerkiksi mielenterveyspalveluissa olevan parantamisen varaa. Haastateltavilta kysyttiin myös, mitä mieltä he ovat kotikuntansa palveluista yleensä ja onko vielä jotain, jota kunta voisi tehdä heidän hyväkseen. Nuoret jakaantuvat

niihin, jotka ovat kuntaansa tyytyväisiä, niihin joilla ei ole asiasta selvää mielipidettä ja niihin jotka löytävät kuntansa palveluista parantamisen varaa.

Kunnan palveluihin tyytyväiset nuoret tiedostavat myös kuntien niukan taloudellisen tilanteen. Myös yksilön omaa vastuuta asioiden tilasta korostetaan. Vastuuta kansalaisten hyvinvoinnista ei joidenkin nuorten mukaan voi sysätä ainoastaan kunnan tuottamien palvelujen varaan, vaan myös yksilövastuuta korostetaan.

Mm. Kyl mä väittäisin olevani suhteellisen tyytyväinen. Et aika smuutisti on kaikki jutut toiminu. Et tietysti onhan se aina niin, että kunnallakin on, se joutuu työskentelmään resurssiensa puitteissa. Et ne resurssit, miten paljon resursseja on saatavilla, niin se riippuu tosi monista asioista. – – Mut mun mielestä ois ihan kiva jos, emmä tiedä, se vaatis lähinnä ihmisiltä viitseliäisyyttä ja semmosta, mitä ihmisiltä ei hirveesti esimerkiks helsinkiläisessä kulttuurissa löydy. Et tavallaan oma-alotteisesti rakennettais, tai sanotaan, et nykyhelsinkiläiseltä ei löydy hirveesti kiinnostusta semmoseen kollektiiviseen toimintaan oman ympäristön ja yhteisön hyväks. Et ollaan tosi kiinnostuneita ainoastaan siitä omasta pienestä tilasta. Mikä on vähän sääli mun mielestä mut. (Mies, 23)

Kyl mä oon ihan tyytyväinen. Et on aina, kyl mä niinku, ite ainaki oon saanu kaiken sen irti mitä mä oon halunnu sillä lailla. Saanu opiskella ja käydä lääkäris aina jos on tullu tarvetta. Ja niinku ympäristö ei ehkä oo aina ihan siisti mut se nyt on ihmisistä itestään kiinni. (Nainen, 19)

Tyytymättömät valittavat eniten terveydenhuollon ruuhkaisuudesta, mielenterveyspalvelujen sekä harrastus- ja kokoontumistilojen puuttumisesta yli 18-vuotiaille.

Varmaan kutosen verran. Et varsinkin kun on joutunu näitä erilaisia palveluita, varsinki terveyspalveluita käyttämään, niin ainakin mielenterveyspalvelut, ne ei kertakaikkiaan toimi. (Nainen, 25)

Kunnan toimintaa voisi nuorten mielestä parantaa järjestämällä nopeamman pääsyn mielenterveyspalvelujen piiriin, parantamalla työvoimatoimistojen palvelua, lisäämällä edullisia harrastustiloja ja -mahdollisuuksia, perustamalla kaupunginosayhdistyksiä, jotka pitäisivat huolta esimerkiksi alueen siisteydestä ja viihtyisyydestä poistamalla koiraveron ja lisäämällä ulkoilumaastoja.

Varmaan just joku semmonen neuvonta ja semmonen ohjaus ja semmonen niinku, olis ollut jossain vaiheessa ihan tarpeen. Et jotenki tuntuu, et kaikki apu ja muu niin kyl sitä niinku saa ite ettiä, et ei sitä kukaan tuu tarjoamaan. (Nainen, 25)

Mm. No tota, kyl mun mielestä on tota, paljon parantamisen varaa. Joukkoliikenteessä olis esimerkiksi ja sit tommosessa tota, mitä nyt tulee noista terveyspalveluista mä oon kuullu samanlaisia kokemuksia kuin mulla, niin ne ois semmoset mihin mun mielestä olis. Semmonen et ihminen, jolla ei oo niinku, joka ei pysty tai joka ei autolla liiku ja jolla ei myöskään ole semmosta sosiaalista turvaverkkoa välttämättä, niin sellasellakin on oikeus mun mielestä saada apua. Mun mielestä kunnan toiminta, niin siinä on paljon kyllä parantamisen varaa. (Mies, 21)

Mä hirveesti tykkään että on sellasta puistoaluetta ja vihreitä vaikka asuiski kaupungissa. Se on tosi tärkeitä. (Nainen, 23)

Elämänviiva ja tulevaisuus

Haastatellun tehtävänä oli piirtää elämänviiva, joka kuvaa hänen elämää tähän päivään saakka, alkaen syntymävuodesta tai muusta haastatellun itse valitsemasta ajankohdasta. Kuviossa on valmiina vuoteen 2009 päättyvä aikajana, jossa on eroteltuna yläpuolelle myönteinen ja alapuolelle kielteinen puoli. Haastatelluista 21 teki tehtävän. Osalle nuorista tehtävän tekeminen oli vaikeaa, mutta elämän käännekohtista ja merkityksellisistä hetkistä puhuminen helpompaa kuin paperille merkitseminen. Elämänviivoja on analysoitu piirretyn viivan lisäksi myös nauhalle tallentuneen puheen muodossa.

Osa haastatelluista piirsi kuvioon elämäänsä kuvaavan viivan, joka kulkee positiivista ja negatiivista erottavan janan puolelta toiselle, kuvaten eri elämänvaiheita ja tapahtumia. Viivat muodostivat osalla jyrkkää siksakkuviota, osalla loivempia kaaria nousuineen ja laskuineen. Toiset nuoret eivät piirtäneet viivaa, mutta sijoittivat tapahtumia aikajanan molemmin puolin. Positiivisia mainintoja elämänviivoilla on kaikkiaan 75, negatiivisia 33. Ne ovat joko yksittäisiä elämäntapahtumia tai ajanjaksoja.

Positiiviselle puolelle merkittiin esimerkiksi lapsuus, työt, sisarusten syntymät, matkat, koulun tai opiskelun aloitus, valmistuminen, poikaystävän tapaaminen, kotoa pois muuttaminen, ystävät, muutto, sinuiksi

tuleminen seksuaalisuuden kanssa, koti, koulusta kotiin omaa lasta hoitamaan jääminen ja yläasteen loppuminen.

Negatiivisia asioita olivat puolestaan sairaudet, masennus, nuoruus, epävakaa aika vanhempien kanssa, työvoimatoimiston tehottomuus Helsingissä, jatkuvat harjoittelut, joista ei päässyt eteenpäin, vanhempien ero, muutto, yläaste, kouluvaikeudet, läheisten kuolemat, isä juominen, väsymys, armeija ja sen jälkeinen aika, pääsyn epääminen tiettyyn kouluun, koulukiusaaminen, raiskaus, suunnitelmien toimimattomuus, läheisen koiran kuolema, läheisen loppuun palaminen, teiniangsti, huonosti mennyt koulu, selkään puukotus sekä elämänhalun puuttuminen.

Perheeseen ja sukuun liittyvät maininnat olivat sekä positiivisia että negatiivisia. Poika- tai tyttöystävään tai puolisoon liittyvät asiat olivat puolestaan pääosin myönteisiä kuten myös ystäviä koskevat merkinnät.

Koulunkäyntiin liittyi sekä myönteisiä että kielteisiä merkintöjä, mutta erityisesti yläasteen aika erottuu useilla negatiivisena vaiheena, kun taas peruskoulun ja lukion jälkeinen opiskelu saa ainoastaan positiivisia mainintoja. Kouluun liittyviä ongelmia on eritelty kouluhäiriköinniksi, koulukiusaamiseksi ja kouluvaikeuksiksi (kokeet, koulu ei mennyt hyvin, ei kiinnosta, harmittaa).

Matkat sijoittuvat pääasiassa positiiviselle puolelle, samoin muutot. Työ saa merkintöjä ainoastaan myönteisellä puolella. Sairaudet, sosiaaliset ongelmat, traumaattiset kokemukset ja suru ovat luonnollisesti kielteisiä tekijöitä.

Haastateltuja pyydettiin myös kertomaan piirtämästään kuviosta ja selittämään hieman, mitä he siihen piirsivät ja kirjoittivat. Esiin nousee erilaisia näkemyksiä omasta elämästä ja sitä määrittäneistä tapahtumista ja asioista. Yksi haastateltu esimerkiksi nosti esiin kiltteytensä ja sen hyväksikäytön sekä kertoi havahtumisesta tilanteeseen lukiossa. Yksi haastateltu aloitti elämänsä kuvaamisen vuodesta 2000 ja hahmotti elämänkulkuaan koulun, työn ja poikakaverin tapaamisen kautta.

Ja sitte vasta lukiossa mä oon hoksannu tän jutun, et mun kiltteyttä käytetään hyväksi ja varmasti on käytetty. Et vasta aikuisiällä mä oon oppinu ajattelemaan ite ja sanomaan ei, et vasta lukiossa mä oon huomannu, et koko elämän oon ollu liian kiltti. Et tällasii näköjään helposti hyväksikäytetään. Et mä oon aina ollu kauheen ystävällinen ja kiltti ihmisille. Mut sitä ei aina sit osaa ajatella ja huomaa itte. Varsinki lapsena aina kaverit veti mukaan kaikenlaisiin hölmöihin juttuihin. Et tietysti nyt aikuisiällä oppii kaikenlaista elämästä. (Nainen, 21)

Nuorisobarometrissa 2008 suurinta epävarmuutta ja turvattomuutta nuoret kokivat liittyen laajempiin globaaleihin kysymyksiin, kuten ilmastonmuutokseen ja energian riittävyyteen. Omaan selviytymiseen liittyvistä tekijöistä suurinta epävarmuutta aiheuttivat oma toimeentulo sekä perheenjäsenten turvallisuus ja hyvinvointi. (Myllyniemi 2008, 98.) Nuorisobarometrissa tarkasteltiin myös nuorten uskoa tulevaisuuteen. Omaan tulevaisuuteensa suhtautui optimistisesti 87 prosenttia vastaajista (mt.,101), kun taas maailman tulevaisuuteen optimistisesti suhtautui vain neljännes.

Nuorten terveystapatutkimuksen (Lindfors 2009) mukaan 12–18-vuotiaiden nuorten tulevaisuuteen liittyvissä peloissa taas on tapahtunut muutos, pelkojen fokuksen siirtyessä globaaleista ja laajemmista yhteiskuntapolitiisista peloista, kuten sodasta, kohti henkilökohtaiseen elämänpiiriin liittyviä pelkoja ja menetyksiä. Kouluun ja opiskeluun sekä työhön ja toimeentuloon liittyvät pelot ovat pysyvä trendi viimeisen 24 vuoden aikana, kun taas yksinäisyyteen, epäonnistumiseen ja väärin valintoihin liittyvien pelkojen kasvu on voimakasta 80-luvulta 2000-luvulle tultaessa.

Tässä tutkimuksessa tulevaisuutta tarkasteltiin haastatteluissa kahdella eri metodilla. Ensin nuoria pyydettiin piirtämään tulevaisuuden elämänniiviä, johon he saivat kuvailla elämäänsä vuodesta 2009 kymmenen vuotta eteenpäin, esimerkiksi missä he silloin asuvat, mitä he tekevät ja mitä tämän kymmenen vuoden aikana mahdollisesti tapahtuu. Tämän jälkeen nuoria pyydettiin pohtimaan, mitä se heiltä itseltään vaatii, että he pääsevät tähän tilanteeseen. Lisäksi kysyttiin, mitä apua tai tukea he tarvitsevat siihen muilta. Haastattelun lopuksi keskusteltiin vielä yleisesti tulevaisuudesta ja siihen liittyvistä tuntemuksista, kuten esimerkiksi turvallisuuden tai turvattomuuden tunteista.

Kolme haastateltavaa ei halunnut tehdä tehtävää tulevaisuudenniivasta. Loput haastatellut hahmottavat tulevaisuuttaan vuoteen 2019 asti pitkälti työn ja ihmissuhteiden kautta. Viivalle merkittiin esimerkiksi vakituinen työ, mielekäs työ, oma yritys. Ihmissuhteissa korostuivat parisuhde, perheen perustaminen ja lapset.

Vastauksien tarkkuus vaihtelee huomattavasti. Niukimmassa päässä viivalle kirjoitettiin vain muutama sana (saa työn, perhe), kun laajimmat ja tarkimmat tulevaisuudenniivat täyttyivät tekstistä. Yksi nuorista merkitsi suunnitelmansa tai toiveensa vuoden tarkkuudella (valmistuminen, ensimmäinen ja toinen lapsi, työelämä, muutto) ja toinen kirjoitti runsaasti ihmissuhteisiin, tunteisiin ja kommunikaatioon liittyvistä asioista.

Viivalle lähimmäksi tätä päivää sijoitettiin esimerkiksi valmistumisen opinnoista, työelämään siirtyminen, oma asunto, koiran hankinta, opiskelemaan pääsy, kumppani, mielenterveys, opiskelu tai mielekäs työ, sosiaaliset suhteet, ajokortti ja ulkomailla asuminen. Suunnitelmissa esiintyy myös muutto ulkomaille, harrastukset, aktiivinen elämä, perhe, lasten saanti, matkustelu, ammatillinen koulutus, hyvä työpaikka, pääseminen enemmän omilleen, yhteydet perheen ulkopuolelta sekä työelämän ja kotona olemisen tasapainottelu. Epävarmuutta ilmaistaan kysymysmerkein ja kysymysmuodoin. Niitä liitettiin erityisesti mainintoihin perheestä, lapsista, häistä, opiskelupaikan tai työpaikan saamisesta. Tärkeitä asioita korostetaan huutomerkein, sydämin ja laatikoin.

Elämäntilanteeseen vuonna 2019 toivotaan sellaisia asioita, kuten työssäkäynti, oma yritys, vakituinen työpaikka, eläimiä, poikaystävä, lapsia tai ei lapsia, perhe-elämä, pärjääminen taloudellisesti, vankka ja hyvä parisuhde, vakiintuminen sekä mielentilaan liittyen onnellisuus, stabiilius ja psyykinen tasapaino. Jotkut mainitsevat asuinpaikkaan liittyviä suunnitelmiaan, esimerkiksi asumista Helsingissä, jollakin pienellä paikkakunnalla tai ulkomailla.

Tulevaisuuden viivalle, etenkin vuoden 2019 kohdalle, on sijoitettu myös yksityiskohtaisia ja konkreettisia asioita, esimerkiksi:

- Perustan tai olen mukana rakentamassa organisaatiota, joka tukee monien ihmisten elämää ja mielekkyyden kokemista merkittävällä tavalla! Opettelen ruotsin kielen. (Mies, 23)
- Vakituinen työpaikka seurakunnassa. (Nainen, 25)
- Haluaisin asua samassa kodissa kuin nytkin. Työ: pieni maalausalan yritys, korjauspuoli, omistan eläimiä, saan 1000-1500 e/kk, poikaystävä, ei lapsia. (Nainen, 19)
- Onnellinen, naimisissa [poikaystävän] kanssa, jossain eurooppalaisessa kaupungissa, oma perhe, yhteys kotiperheeseen. (Mies, 20)
- Hieno omakotitalo ja hyvä työ! Kaikki terveenä. (Nainen, 18)

- 3 lasta, asutaan Helsingissä (tai Espoossa), kieltenopettajan työssä, ehkä lisäopintoja erityisopeksi tai luokanopeksi, aktiivinen tanssiharrastus. (Nainen, 24)
- Oma käsityöyrittäjä. (Mies, 24)
- Psykkinen tasapaino, vankka ja hyvä suhde [poikakaverin] kanssa, taloudellisesti pärjäävä, taidealalla työskentelevä tai taide sivuosana työtä. (Nainen, 21)

Psyykkiseen hyvinvointiin liittyen tulevaisuuden viivalla mainitaan parantuminen, tasapaino ja terapia. Eräs haastateltava hahmottaa ilmastomuutoksen osana tulevaa. Toiselle nuorelle keskeistä on oman lapsen kasvun seuraaminen, pyrkimys löytää motivaatio, läheisten tukeminen ja auttaminen, ymmärryksen lisääminen inhimillisestä elämästä ja kokemuksesta, palkkatyön (ehkä myös opiskelun) välttely, ehkä uusi lapsi.

Nuorten hyvinvointi tällä hetkellä ennakoi sitä, miten he tulevaisuudessa jatkavat yhteiskunnan rakentamista sukupolvien ketjussa. Kansallisesta ja alueellisesta näkökulmasta on myös kiinnostavaa kysyä, mihin nuoret näkevät elämänsä sijoittuvan tulevaisuudessa (Paju 2004, 7). Tulevaisuuteen suhtautumisen voi nähdä myös kertovan jotain siitä, kuinka tyytyväisiä nuoret ovat elämäänsä tällä hetkellä, sekä heijastavan nuorten tärkeinä pitämiä asioita (Turtiainen & Kauppinen 2004, 122). Nuoruuden voi lisäksi nähdä merkittävänä elämänvaiheena niin hyväosaisuuden kuin huono-osaisuudenkin kehittymisen suhteen, koska nuoruudessa karttuvat tiedot ja taidot, joita tulevassa aikuisuudessa hyödynnetään (Turtiainen & Kauppinen 2004, 118).

Tutkimusten mukaan nuoret korostavat henkilökohtaisten asioiden osuutta hyvinvoinnin ja tulevaisuuden kulun osatekijöinä asuinalueen merkitystä enemmän (esim. Turtiainen & Kauppinen 2004, 126). Elämää määrittävät enemmän yksilölliset tekijät ja oma yrittäminen kuin yhteiskunnalliset olosuhteet tai kasvuympäristö (mts., 125). Toisaalta nuorten tulevaisuuskuvien voidaan katsoa olevan yhteydessä hyvän elämän kaavoihin, jotka ovat paikallistuneita eli riippuvaisia alueesta. Paikka asettaa omat ehtonsa tulevaisuuden mahdollisuuksille ja identiteeteille (Ollila 2008, 30).

Tässä tutkimuksessa yksi tyypillinen piirre nuorten ajatuksille tulevaisuudesta on realismi. Vaikka tulevaisuuden haaveita löytyy, ne ovat usein sidoksissa sekä omaan tämän hetkiseen elämäntilanteeseen että yh-

teiskunnalliseen tilanteeseen, kuten esimerkiksi taloudelliseen taantumaa. Myös omaa roolia ja asioihin vaikuttamista pohdittiin osana tulevaisuutta. Esiin tuotiin oma paraneminen mielenterveysongelmista, haaveita työpaikasta ja perheestä, toiveita päästä nykytilanteesta ja unelmia muutoksesta parempaan. Tulevaisuudessa voimavaroina nähtiin ihmissuhteet, itsensä kehittäminen ja mielekäs tekeminen.

Parantuminen, toivottavasti pian. Harrastuksia, toivottavasti myös pian. Vähän aktiivisempi elämä, on tosi tylsää mennä aina kotiin töiden jälkeen. Perhe ois ihan sikasiisti. Tai se ois näist niinku tärkein. Ja se ois kivaa, et se ois ennen vuotta 2019. Koska ei oo kiva jättää asioita sillee hirveen myöhäseks ja elää vaan nuorena silleen ikuisesti ja sit kaikki on liian myöhästä. (Nainen , 19)

Joissakin asioissa nuoret korostavat myös omien vaikuttamismahdollisuuksiensa vähyyttä suuremmissa, globaaleissa asioissa. Toisaalta, jos vaikuttamismahdollisuudet koetaan pieniksi, pohditaan samalla, kuinka paljon yksilön täytyisi näistä asioista huolehtia tai ottaa vastuuta.

No kyllä mä sen ihan turvallisiksi koen. Tietysti on sellasia asioita, mitkä ei oo mun käsissä ollenkaan. Esimerkiks jotkut tällaset ilmaston lämpenemiset ja jotkut globaalin rauhan tilanteet ja muut. Mut en mä kyllä nää, miks mun pitäis niistä huolehtiakaan, kun ei ne oo mun käsissäni. (Nainen, 23)

Nuorten elämään kuuluu yleisesti itsenäistyminen, muuttuvat elämäntilanteet ja uusien asioiden saavuttaminen. Eteenpäin vievä liike koetaan normaaliksi ja sitä tavoitellaan. Jos elämän koetaan pysähtyneen, voi tilanne tuntua ahdistavalta.

Tulevakin tuntuu semmoselta, että asiat vaan junnaa paikallaan. Että tota. En mä sen niin helposti tapahtuvan. Että kun asuntoakin mä hain sieltä Helsingin kaupungilta, ni mulla oli varmaan kaksi vuotta ne paperit siellä ja aina kävin täyttää uudet eikä sieltäkään tullu mitään. (Mies, 24)

Turvattomuuden tunnetta lisäävät erilaiset epävarmuustekijät, kuten ulkopuolelta tulevat paineet ja epävarmuus työpaikasta. Usein näiden yhteyttä myös muihin tekijöihin kuten itsenäistymiseen, korostetaan.

Mut et vähän just on semmonen kammo siitä, et sit jos hommat ei mee putkeen, esimerkiksi työpaikan kannalta, niin mitä sit tapahtuu siinä. (Nainen, 23)

No mä haluaisin työllistyä. Ja sit mä haluaisin, et pääsis enemmän omilleen näistä tuista ja muista, et pääsis niistä eroon, niin ettei välttämättä tarvitsis niitä enää ollenkaan. (Mies, 24)

Päästäkseen toivomaansa elämäntilanteeseen kymmenen vuoden kuluessa haastateltavat kokivat, että se vaatii heiltä itsetuntemusta, itsensä kehittämistä, motivaation ylläpitämistä, uskoa tulevaisuuteen, kärsivällisyyttä ja oikeaa asennetta. Konkreettisimpina asioina mainittiin parantuminen, aktiivisuuden ylläpito, verkostoitumistaidot, ahkeruus opiskelussa ja työntöössä ja elämän tasaantuminen sekä ihmissuhteiden vaaliminen.

Sitä et pysyy aktiivisena ja tota, et vaikka välillä on vähän synkkiä hetkiä niin ei menetä toivoa. Et jaksaa uskoa kuitenkin. Toi kuulostaa hirveen naivilta, jaksaa uskoa itseensä. Mut siis kuitenkin. Silleen se kuitenkin myös on. (Mies, 21)

Työtä varmaan. Sellasta halua, et jaksaa tehdä työtä noiden eteen. [Osoittaa vakituista työtä] tohon varmaan se, että se ois kivaa se työ, et haluaa tehdä sitä työtä. Ei muuten jaksaa olla vakituksessa työssä, jos ei tykkää siitä työstä. Se ei kyl kauaa kestä sit, jos inhoo sitä työtä. Ja oma koti sit, et tekee sitä työtä, et saa rahaa. Ja perheenperustaminen vaatii varmaan just sitä, et on vakinaistanu sen elämän, et on niinku paikallaan tavallaan. Et sit vois jotain perhettä alkaa miettiä, kun on kaikki muut asiat kunnossa. (Nainen, 22)

Tulevaisuudensuunnitelmissa korostettiin oman aktiivisuuden ja yrittämisen merkitystä. Samalla kuitenkin tiedostettiin ulkopuolisen avun tärkeys esimerkiksi mielenterveysongelmista puhuttaessa. Oma tahto yhdistettynä ulkopuoliseen apuun koetaan usein parhaimmaksi vaihtoehdoksi.

Parantumiseen tarvin paljon muiden apua. Tai siis oma, omast itsest se lähtee. Harrastuksiin mä tarvin mahdollisuuksii ja sillee et niinku on mahdollisimman paljon sellasii. Just siinä tulee tää kunta, et ois järjestetty kaikkee minne vois mennä mukaan helposti. (Nainen, 19)

Tulevaisuus koetaan yleisesti melko turvalliseksi. Epävarmuus tulevasta voi painaa mieltä, mutta arjesta löytyvät voimavarat kuitenkin luovat uskoa

hyvästä tulevaisuudesta. Vaikka monet asiat voivat olla huonosti, usein elämästä löytyy kuitenkin joku positiivinen asia, jonka avulla jaksetaan eteenpäin. Asioiden kuvitellaan voivan olevan paljon huonomminkin.

No kyl mä niinku siis sillai koen sen ihan turvalliseks. Et vaik ei nyt tiiäkkään että saako töitä tai pääseeks opiskelemaan tai muuta, mut jotenki se aika paljon rauhoittaa mun mieltä, että mä oon tosi onnellinen sen mun miehen kanssa. Niin tavallaan, että ei tarte olla surkee yksikseen. Tai sillai. (Nainen, 21)

Yhteenveto

Nuoria haastateltaessa huomiota ei voi olla kiinnittämättä ongelmien yleisyyteen. Lähes jokainen haastateltu nuori oli kokenut tai koki parhaillaan elämäntilanteensa haasteelliseksi. Myös monen lähipiiristä, kuten ystäviltä löytyi ongelmia. Haastatteluihin vapaaehtoisesti osallistuneet nuoret voivat olla nuoria, joilla on yleistä käsitystä enemmän ongelmia ja joilla on tarve puhua vaikeistakin asioista. Toisaalta haastattelukutsussa nuoria pyydettiin keskustelemaan nuorille tärkeistä asioista, muun muassa arjesta, ihmissuhteista ja tulevaisuuden suunnitelmista sekä asioista jotka vaikuttavat nuorten hyvinvointiin tai jotka tuntuvat vaikeilta. Ongelmia tai vaikeuksia ei kutsussa korostettu.

Ongelmien yleisyys oli tavallista myös nuorten lapsuuden perheissä. Lapsuutta ja nuoruutta ovat leimanneet perheenjäsenten työttömyys, alkoholinkäyttö, parisuhdeongelmat tai mielenterveysongelmat. Monilla nämä ongelmat ovat edelleen läsnä ja heijastuvat yhä nuoren elämään itenäistymisestä huolimatta. Vanhemmilta saadun tuen ja avun määrää voi rajoittaa vanhempien omien ongelmien määrä ja laatu. Roolit ovat voineet myös kääntyä niin päin, että nuoret tukevat vanhempiaan, vaikka itsekin etsivät omaa paikkaansa.

Yhteiskunnan arvot kuvastuvat selvästi nuorten puheissa. Opiskelu- ja työpaikoista käydään kovaa kilpailua, jossa vain vahvimmat pääsevät eteenpäin. Useimmat nuorista kokevat ulkopuolelta tulevan suorittamisen paineen ahdistavana. Jos omat voimavarat ovat rajalliset esimerkiksi mielenterveysongelmien takia, ahdistus voi tuntua moninkertaisena. Moni nuori kokee myös pelkoa 'kelkasta putoamisesta'.

Oman paikkansa etsiminen kuuluu osaksi nuoruutta. Toisaalta vaikeudet opiskelu- ja työpaikan saamisessa tai mielekkään tekemisen puute

heijastuu väistämättä nuoren itsetuntoon, mikä puolestaan tekee tästä elämänvaiheesta selviytymisen entistä haasteellisemmaksi.

Tahtotila merkitykselliseen tekemiseen on selvästi kuultavissa nuorten haastatteluista. Haaveet ovat realistisia, usein melko pieniä ja vaatimattomia. Pelkästään työpaikka (joskus mikä tahansa) riittäisi, koska sen avulla koetaan päästävän mukaan 'normaaliin elämään'. Haaveena on usein elää 'kuten muut'.

Huolestuttavimpana asia esiin nousi mielenterveyspalvelujen puute. Niitä ei ole tarpeeksi saatavilla tai avunsaantia haittaa sen hitaus. Pitkät jonot, hoitosuhteiden vaihtuvuus tai nuorten tunne siitä, ettei heitä oteta tarpeeksi vakavasti, tulee esille monissa haastatteluissa. Nopea apu ja hyvä kuuntelija löytyvät useimpien toivelistalta. Erityistä huomiota tulisi kiinnittää ala- ja yläasteen vaihteeseen. Monilla nuorilla ongelmat olivat alkaneet juuri yläasteelle siirryttäessä. Koulun ja kodin yhteistyön kehittäminen sekä muiden nuorten kanssa toimivien tahojen mukanaolo voisi tarjota yhden ratkaisun nuoruusiän kipuiluihin. Erilaisia oppimistapoja ja oppimisympäristöjä tulisi kehittää nuorten yksilöllisistä tarpeista lähtien. Jokaista nuorta ei tulisi väkisin sovittaa samaan muottiin. Olisi myös hyvä kyseenalaistaa, johtuuko kipuilu aina nuorista itsestään vai voisiko myös ympäristö tarkistaa omaa suhtautumistaan nuorisoon.

Voimavaroina mainitut hyvät ihmissuhteet ja mielekäs tekeminen ja harrastaminen kaipaavat tukemista. Ilmaisten tai halpojen kokoontumista ja harrastustilojen tarjoaminen tukee sosiaalisten verkkojen syntymistä ja ylläpitämistä sekä tarjoaa onnistumisen kokemuksia tasapuolisesti kaikille nuorille taustoista tai tulotasosta riippumatta. Samalla tuetaan terveen itsetunnon kehitystä.

Nuoret korostavat useissa yhteyksissä yksilön oma vastuuta itsestä ja kanssaihmisistä sekä keskinäisen välittämisen merkitystä. Vaikka omassa elämäntilanteessa voi olla parantamisen varaa, ensimmäinen askel muutokseen koetaan usein lähtevän omasta itsestä, halusta tehdä asioille jotain. Kun tahtotila on olemassa ja tiedostettu, ulkopuolisen avun merkitys korostuu. Apua tarvitaan paitsi läheisiltä, myös yhteiskunnan taholta. Alla olevaan taulukkoon on koottu haastattelujen perusteella asioita, jotka tukevat nuorta ja niitä asioita, jotka vaikeuttavat nuoren pärjäämistä. Kolmannessa sarakkeessa on esitetty ehdotuksia toimista, joilla (yhteis) kunta voisi vaikuttaa kyseisiin asioihin positiivisesti. Nämä ehdotukset perustuvat osin haastateltujen nuorten esiin tuomiin ajatuksiin.

Taulukko 11. Yhteenvedoa nuorta tukevista asioista ja haasteista sekä parannusehdotuksia kunnille

NUORTA TUKEE	NUORTA RAASTAA	MITÄ KUNTA VOISI TEHDÄ?
Kunnossa olevat kotiasiat	Huonot suhteet perheeseen, vanhempien alkoholismi ja muut ongelmat	Perheiden tukeminen, koulujen ja vanhempien yhteistyön edistäminen
Sosiaaliset verkostot, ystävät	Kavereiden puute, yksinäisyys	Matalan kynnyksen harrastus- ja kokoontumistilojen luominen
Aikuisten tuki ja ohjaus, palvelut	Yksin ja ilman tukea oleminen isojen haasteiden ja valintojen kanssa	Opinto-ohjauksen, matalan kynnyksen koulupsykologien ja -kuraattorien turvaaminen
Mielekäs työ tai opiskelu	Työttömyys, opiskelupaikatta jääminen, sopimaton opiskeluala	Nuorten palkkaaminen, nuorten työllistymisen edistäminen eri keinoin, riittävien koulutuspaikkojen varmistaminen
Mielekäs tukitoiminta ja erilaiset mahdollisuudet välivuosia ja työttömyyttä varten	”Työkkärin huuhaa-kurssit”	Mielekkään toiminnan luominen ja varmistaminen: paikkoja työhönvalmennuskeskukseen, työpajatoimintaa, nuorten kanssa kehitettyjä toimintoja
Matalan kynnyksen palvelut ja tilat ajanviettoon ja harrastamiseen	Kalliit kahvilat, hintavat harrastukset, hengailupaikkojen vähyys	Ilmaisten (ja/tai edullisten) kokoontumis- ja harrastustilojen tarjoaminen, esim. skeittiparkit
Auttaminen ja palvelut sekä niistä saatavilla oleva tieto	Vaikeasti hahmotettava auttamis- ja tukijärjestelmä, pitkät jonot, ovelta ovelle pompottelu	Palvelujärjestelmän selkiyttäminen, yhden oven palvelu, yksilöllinen neuvonta
Onnistumiset	Vastoinkäymiset, koulukiusaus, raiskaus, pahoinpitelyt, irtisanomiset töistä	Palvelut saataville, esim. jonojen purku, toimet koulukiusaamista vastaan

6 Johtopäätökset ja pohdinta

Tutkimustulosten yhteenvedoa on esitetty tässä tutkimusraportissa jo kahdessa luvussa, kvantitatiivisen osan luvussa neljä ja kvalitatiivisen osa luvussa viisi. Tässä luvussa näitä tarkastellaan yhdessä sekä arvioidaan tutkimuksen suorittamista.

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimuksen tuloksista nousee esille sekä hyvinvoinnin että pahoinvoinnin ilmiöitä jokaisen käsitellyn teeman osalta. Subjektiviivisen kokemuksen merkitys hyvinvoinnin tason määrittäjänä korostuu, sillä vaikka objektiivisin mittarein näyttäisi siltä, että asiat ovat hyvin, koetun hyvinvoinnin tila voi olla paljon huonompi.

Kyselytutkimuksen mukaan hyvinvointia lisäävät hyvin toimivat ja riittävät palvelut. Oikeiden palvelujen takaaminen ja palvelujen saamisen helppous tulisi ottaa huomioon jo kaupunkisuunnittelussa. Asuinalueiden suunnittelu- ja kehittämisvaiheissa tulisi osallistaa myös alueen tai lähialueiden asukkaat. Tietoa tulisi kerätä kokonaisvaltaisesti jokaiselta elämän alueelta. Myös tämän tutkimuksen arjen iloja ja arjen harmin aiheita kartoittavatt avokysymykset tuottivat runsaan aineiston asuin ympäristön kehittämistä varten.

Luonnon merkitys korostuu myös metropolialueen asukkaiden hyvinvoinnissa. Puistojen, rantojen ja rakentamattoman ympäristön merkitys nostetaan usein esiin. Nämä toimivat vastapainona kaupungin hälylle, rauhoittumisen paikkoina arjen kiireiden keskellä sekä hyvinvointia lisäävän liikunnan harjoittamisen paikkoina. Luonnon lisäksi omaa, kiireetöntä aikaa ja tilaa moni hakee myös kotoa. Pienillä hetkillä voi olla suuri merkitys hyvinvoinnin kannalta. Luonnosta ja viheralueista nauttimiseen eivät polarisaation piirteet yllä, mikäli kaupungit huolehtivat alueista tasavertaisesti.

Ihmissuhteet ovat tärkeä hyvinvoinnin tekijä. Oman perheen ja ystävien lisäksi myös työyhteisöllä ja harrastajapiireillä on suuri merkitys. Kohtaamispaikkojen ja aktiviteettien ylläpito korostuu entisestään niiden kohdalla, joilla ihmissuhteiden määrä on vähäinen. Tietokonepainotteisen asioimisen ja virtuaalimaailmojen yleistyessä päivittäiset ihmiskontaktit vähenevät ja tilalle tulee teknologia, joka ei kuitenkaan korvaa ihmissuhteiden merkitystä hyvinvoinnille. Useille pienikin huomionosoitus jopa tuntemattomilta saattaa olla 'päivän pelastus'. Kohtaamismahdollisuuksien tarjoamisessa täytyisi korostaa osallistumisen helppoutta ja matalaa kynnystä. Osallistumaan voisi tulla jokainen omien, yksilöllisten tarpeidensa tai halujensa mukaan omana itsenään.

Tuloerojen pienentäminen on haasteellista. Hyvinvointierojen kaventamiseen kanavia on kuitenkin useampia. Ilmaisten tai edullisten harrastustilojen ja kulttuuritilaisuuksien tarjoaminen myös vähempiväraisille voisi kaventaa osaltaan eroa. Mielekäs tekeminen, osallistumisen ja onnistumisen riemu ja taiteesta saatu nautinto lisää itseluottamusta ja voi osaltaan vähentää syrjäytymistä. Maksuttomien palvelujen, kuten kirjastojen tukeminen ja käytön mahdollistaminen tasavertaisesti kaikille asukkaille parantaa alueen sosiaalista eheyttä. Myös aktiivisen kansalaistoiminnan kehittäminen voi luoda mahdollisuuksia asukkaiden yhdessäoloon ja asuinalueidensa yhteiseen kehittämiseen.

Nuoruus on tärkeä elämänvaihe johon kuuluu usein haasteellisia tilanteita ja oman paikan etsimistä. Nuorten viimeaikaiset mielialat ja haastatteluaineisto antavat viitteitä huolestuttavista suuntauksista. Mielen-terveysongelmat, työttömyys, taloudellinen ahdinko ja lukuisat muut ongelmat kuuluvat monen nuoren arkipäivään. Näiden ongelmien seuraukset voivat leimata myös myöhempiä elämänvaiheita. Varhainen puuttuminen esimerkiksi yläasteen aikana ja oikeiden tukimuotojen löytäminen voisi ennaltaehkäistä monen nuoren vaikeuksia elämässä. Mielen-terveyspalvelujen parantamisen ohella tulisi myös tarkastella ongelmiin johtaneita syitä. Ihmistä tulisi tarkastella kokonaisuutena, johon vaikuttavat lapsuuden ohella lukuisat muut elämäntilanteet ja -vaiheet. Nuoren yksilöllisten avuntarpeiden huomioimista tulisi parantaa, sillä monelle nuorelle riittäisi yksi häntä kuunteleva ja hänet vakavasti ottava aikuinen.

Mainituista arjen voimavaroista voi löytyä mahdollisuuksia myös voimaantumisen tukemiseen ja toivon ylläpitämiseen. Tämän tutkimuksen tuloksissa korostuu Allardtin jaottelusta erityisesti yhteisyyssuhteet (loving) ja itsensä toteuttamisen muodot (being) arjen hyvinvoinnin tekijöinä.

Myös mielekkään tekemisen (doing) tärkeys tulee esiin useiden teemojen yhteydessä. Kanssaihmisistä välittämällä, mielekkäällä tekemisellä ja osallisuuden tukemisella voidaan tukea myös kaikkein heikoimmin voivia. Espoon työhönvalmennuskeskus ja nuorten työpajatoiminta ovat hyviä esimerkkejä kokonaisvaltaisesta toiminnasta, jossa huomioidaan yksilön menneisyys, tuetaan nykyhetkeä ja tähdätään parempaan tulevaisuuteen yhteistyössä yksilön itsensä kanssa.

Pääkaupunkiseutu voi lisäksi tarjota urbaania yhteisöllisyyttä, jossa erilaisuus hyväksytään voimavarana ja jossa erilaisuudelle tarjotaan riittävästi mahdollisuuksia tasavertaiseen ja mielekkääseen elämään. Omien tarpeidensa parhaita asiantuntijoita ovat asukkaat itse. Kokemusasiantuntijoiden käyttö esimerkiksi nuorten tai syrjäytyneiden elinolojen kehittämisessä voi tuoda esiin uusia näkökulmia suunnittelun pohjaksi.

Tutkimusaineisto tarjoaa lukuisia mahdollisuuksia jatkoanalyysille. Vantaalla aineistoa on jo tarkasteltu koetun terveyden ja siihen liittyvien tekijöiden näkökulmasta (Henriksson, 2009), Helsingissä on tarkasteltu onnellisuutta metropolialueella (Mustonen, 2009) ja parhaillaan työn alla on tarkastelu urbaanisuuten liitetystä tekijöistä. Soccassa aineiston käsittely jatkuu lapsiperheköyhyyden tarkastelulla sekä kvalitatiivisen aineiston syvemmällä analyysillä. Lukuisat teema-alueet kysely- ja haastatteluaineistoissa mahdollistavat erilaisten alueiden välisten yhteyksien sekä syy- ja seuraussuhteiden tarkastelun.

Toimenpide-ehdotukset:

- Asukkaiden aktivoiminen kaupunkisuunnittelussa
- Voimaannuttavien kokemusten lisääminen ja niiden tukeminen
- Varhainen puuttuminen, varhainen tuki
- Kokemusasiantuntijuuden kehittäminen
- Vertaistukipalvelujen rakentaminen ja tukeminen
- Mielenterveyspalvelujen (erityisesti nuorten) lisääminen ja niiden parantaminen
- Matalan kynnyksen palvelujen lisääminen
- Poikkihallinnollisen yhteistyön lisääminen
- Monimuotoisuuden ja erityistarpeiden korostaminen lisäämällä työpajatoimintaa, oppisopimuskoulutusta ja tarjoamalla yksilöllisiä tapoja suorittaa toisen asteen koulutus
- Hyvinvoinnin osa-alueiden huolehtimisesta vastuuttaminen

Lähteet

- Aalto, Anna-Mari & Aro, Arja M. & Teperi, Juha (1999) Rand -36 terveyteen liittyvän elämänlaadun mittarina: Mittarin luotettavuus ja suomalaiset väestöarvot. Helsinki: Stakes.
- Allardt, Erik (1976) Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.
- Allardt, Erik (1989) An Updated Indicator System: Having, Loving, Being. Working papers 48. Department of Sociology, University of Helsinki.
- Castel, Robert (2007) Sosiaalinen turvattomuus. Mitä on olla suojattu? Helsinki: Kelan tutkimusosasto.
- Eronen, Anne & Luomala, Juha & Paju, Elina (2002) Metron tuomat. Itähelsinkiläisten kokemuksia hyvinvoinnistaan. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha (2000) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Gartman, Maija & Hulkkonen, Helinä & Juurikkala, Timo & Norlamo-Saramäki, Tuija & Tuominen, Meija (2007) Loppuraportti: Metropolipolitiikka: syrjäytymisen ehkäisy. Pks-soster-ryhmän alatyöryhmä. 14.12.2007.
- Haapola Ilkka & Karisto Antti & Kuusinen-James Kirsi (2009) Hyvinvoinnin ja palvelujen muutossuunnat. Päijät-Hämeen hyvinvointibarometrin 2008 tuloksia. Päijät-Hämeen ja Itä-Uudenmaan sosiaalialan osaamiskeskus Verso, julkaisuja 4. Lahti.
- Henriksson, Riikka (2009) Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimus 2008: Koettu terveydentila ja siihen yhteydessä olevat tekijät. Tilastokatsaus 2009:11. Vantaan kaupunki.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (2001) Teemahaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Kaakinen, Juha & Nieminen Jarmo & Pitkänen, Sari (2007) Tutkimus Vantaan nuorten toimeentulotukiasiakkaiden toimeentulotuen tarpeen taustoista. <http://www.vantaa.fi/i_perusdokumentti.asp?path=1;220;21419> [Viittauspäivä 31.3.2010.]
- Kalimo, Esko & Nyman, Kauko & Klaukka, Timo, Tuomikoski Hannu ja Savolainen, Eero (1982) Terveyspalvelusten tarve, käyttö ja kustannukset 1964-1976. Julkaisuja A:18. Helsinki: Kansaneläkelaitos.
- Karvonen, Sakari & Kauppinen, Timo (2008) Hyvinvoinnin vajeet maalla, kaupungeissa ja kaupunkikeskuksissa. Teoksessa Pasi Moisio &

- Sakari Karvonen & Jussi Simpura & Matti Heikkilä (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2008. Helsinki: Stakes.
- Karvonen, Sakari & Koivusilta, Leena (2009) Väestöryhmien väliset erot – onko väite nuorten terveyskehityksen polarisoitumisesta totta? Väestön terveyden edistäminen tutkimuksen ja päätöksenteon haasteena -seminaari, THL 3.2.2009. Helsinki.
<http://info.stakes.fi/kouluterveys/TedBM03022009/Karvonen_Sakari_Koivusilta_Leena.pdf> [Viittauspäivä 31.3.2010.]
- Kaupunki- ja kuntapalvelut – kysely 2008. Kyselytutkimuksen tulokset. <www.fcg.fi/document.php?DOC_ID=917&SEC...SID=1> [Viittauspäivä 31.3.2010.]
- Kautto, Mikko (2006) Suomalaisten hyvinvointi 2006. Helsinki: Stakes.
- Kortteinen, Matti & Vaattovaara, Mari & Alasuutari, Pentti (2005) ”Eliitin eriytymisestä pääkaupunkiseudulla”. Yhteiskuntapolitiikka 70 (5), 475-487.
- Kortteinen, Matti & Vaattovaara, Mari (2007) ”Miten Helsingin käykään?”. Yhteiskuntapolitiikka 72 (2), 137-145.
- Koulutustasoltaan korkeimmat ja matalimmat kunnat 2008. Tilastokeskus.
<http://www.stat.fi/til/vkour/2008/vkour_2008_2009-12-04_tau_002.html> [Viittauspäivä 31.3.2010]
- Kuntien asukasluvut suuruusjärjestyksessä 31.12.2009. Väestörekisterikeskus.
<[http://www.vrk.fi/vrk/files.nsf/files/FB7CF24BDD0A70FDC22576AA001D9B08/\\$file/091231.htm](http://www.vrk.fi/vrk/files.nsf/files/FB7CF24BDD0A70FDC22576AA001D9B08/$file/091231.htm)> [Viittauspäivä 31.3.2010]
- Kurkinen, Jorma (2004) Raahen seudun hyvinvointi. Kansalaisten kokemuksia hyvinvoinnista ja palveluista. Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen julkaisusarja 11. Oulu.
- Lehto, Anna-Maija & Sutela, Hanna (2008) Työolojen kolme vuosikymmentä. Työolotutkimuksen tuloksia 1977-2008. Helsinki: Tilastokeskus.
- Lindfors, Pirjo (2009) Suomalaisnuorten tulevaisuuteen liittyvät pelot vuosina 1983, 1993 ja 2007. Työryhmäesitys, Nuorisotutkimuspäivät 2009, Helsinki.
- Melin, Harri & Blom, Raimo & Kiljunen, Pentti (2007) Suomalaiset ja työ. Raportti ISSP 2005 Suomen aineistosta. Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston julkaisuja 3. Tampere.
- Miettinen, Tuula (2009) Espoolaisten arjen ongelmat. Tietoisku 2. Kehittämisen ja tutkimusyksikkö. Espoo.
<<http://www.espoo.fi/default.asp?path=1;28;11894;37617;116967;105689>> [Viittauspäivä 31.3.2010]
- Moisio, Pasi (2007) HYPA 2006. Hyvinvointi & Palvelut-kyselyn 2006 aineistokuvaus. Työpapereita 33/2007. Helsinki: Stakes.

- Moisio, Pasi & Rämö, Tuomas (2007) Koettu yksinäisyys demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan Suomessa vuosina 1994 ja 2006. *Yhteiskuntapolitiikka* 4, 392–401.
- Moisio, Pasi & Karvonen Sakari & Simpura, Jussi & Heikkilä, Matti (toim.) (2008). *Suomalaisten hyvinvointi 2008*. Helsinki: Stakes.
- Mokka, Roope & Neuvonen, Aleksi (2006). *Yksilön ääni*. Hyvinvointivaltio yhteisöjen ajalla. Sitran raportteja 69. Helsinki: Sitra.
- Mustonen, Pekka (2009) Some central aspects affecting citizens' happiness in the Helsinki Metropolitan Area. *Quarterly* 4/2009. Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Myllyniemi, Sami (2007) Perusarvot puntarissa. Nuorisobarometri 2007. Nuorisosiain neuvottelukunta, julkaisuja 37. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 79. Helsinki: Yliopistopaino.
- Myllyniemi, Sami (2008) Mitä kuuluu? Nuorisobarometri 2008. Nuorisosiain neuvottelukunta, julkaisuja 88. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 39. Helsinki: Yliopistopaino.
- Myllyniemi, Sami (2009) Taidekohtia, Nuorisobarometri 2009, Yliopistopaino Oy, Helsinki. Nuorisosiain neuvottelukunta, julkaisuja 97. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 41. Helsinki: Yliopistopaino.
- Norlamo-Saramäki, Tuija (2009) Asiakaslähtöisyyden ristiaallokossa. *Lisensiaattityö*. Helsinki: Helsingin yliopisto, yhteiskuntapolitiikan laitos.
- Nousiainen, Kirsi (2004) Lapsistaan erillään asuvat äidit. Äitiysidentiteetin rakentamisen tiloja. Jyväskylä: Minerva Kustannus.
- Ollila, Anne K. (2008) Kerrottu tulevaisuus: alueet ja nuoret, menestys ja marginaalit. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Paju, Petri (2004) Samaan aikaan toisaalla... Nuoret, alueellisuus ja hyvinvointi. Nuorten elinolot-vuosikirja IV. Nuorisosiain neuvottelukunta, julkaisuja 30, Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 47, Stakes. Helsinki.
- Pääkaupunkiseudun väestö- ja palvelutarveselvitys 2015 ja 2025, Pääkaupunkiseudun neuvottelukunta.
<http://www.hel2.fi/taske/Paras/PKS_Vapa.pdf> [Viittauspäivä 31.3.2010]
- Raijas, Anu (2008) Arjen hyvinvointi ja mahdollisuudet sen mittaamiseen. Työselosteita ja esitelmiä 110. Kuluttajatutkimuskeskus. Helsinki.
- Raitasalo, Raimo & Maaniemi, Kaarlo (2009) Mielenterveyden häiriöt aiheuttavat nuorille yhä enemmän sairauspoissaoloja. *Sosiaalivakuutus* 4, 22–24. Helsinki: KS Paino Oy.

- Riihelä, Marja (2009) Tulerojen kehitys Suomessa 1966–2007. Valtion taloudellinen tutkimuskeskus, Verotyöryhmän kokous 9.9.2009. <http://www.vm.fi/vm/fi/05_hankkeet/012_veroryhma/06_esitysaineisto/Tulerojen_kehitys_Suomessa_1966-2007_Riihela_090909_esitys.pdf> [Viittauspäivä 31.3.2010]
- Rintanen, Hannu (2007) Millä mielellä lapset ovat? Hyvinvointikatsaus, tilastollinen aikakauslehti 1/2007, 26–40.
- Sauri Pekka (2009) Työttömyys uhka nuorten mielenterveydelle. Helsingin Sanomat 24.5.2009.
- SOTKANet, Tilasto- ja indikaattoripankki, THL <<http://uusi.sotkanet.fi/portal/page/portal/etusivu>> [Viittauspäivä 31.3.2010]
- Stenvall, Elina (2009) Sellast ihan tavallist arkee: helsinkiläisten 3.-6.-luokkalaisten arki ja ajankäyttö. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Tolonen, Tarja (2005) Sosiaalinen tausta, paikallisuus ja sukupuoli nuorten koulutussiirtymässä. Teoksessa Sinikka Aapola & Kaisa Ketokivi (toim.) Polkuja ja poikkeamia - aikuisuutta etsimässä. Nuorisotutkimusverkosto 56, 33–65.
- Torvi, Kai & Kiljunen, Pentti (2005) Onnellisuuden vaikea yhtälö. EVAn kansallinen arvo- ja asennetutkimus 2005. <http://www.eva.fi/files/1110_onnellisuuden_vaikea_yhtalo.pdf> [Viittauspäivä 31.3.2010]
- Turtiainen, Pirjo & Kauppinen Timo M. (2004) Helsingiläisnuorten käsityksiä hyvinvoinnista ja syrjäytymisestä – alueellisuuden näkökulmasta. Teoksessa: Paju, Petri (toim.) Samaan aikaan toisaalla... Nuoret, alueellisuus ja hyvinvointi. Nuorten elinoloit-vuosikirja IV. Nuorisosaian neuvottelukunta, julkaisuja 30, Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 47, Stakes. Helsinki.
- Vaattovaara, Mari (1999) ”Sosiaalisen erilaistumisen dynamiikka pääkaupunkiseudulla”. Yhteiskuntapolitiikka 64 (2), 120–130.
- Vilkama, Katja (2006) Asuntopolitiikka ja vieraskielisen väestön alueellinen keskittyminen Helsingissä vuosina 1992–2005. Pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto, maantieteen laitos.

Liite 1. Saatekirje



Hyvä vastaanottaja!

Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus SOCCA ja pääkaupunkiseudun kunnat (Espoo, Helsinki, Kauniainen ja Vantaa) tekevät tutkimuksen seudun asukkaiden hyvinvoinnista. Tilastoja on ollut aiemminkin, mutta pelkät numerot eivät kerro, miten ihmiset itse kokevat erilaiset arkipäivän elämäänsä vaikuttavat asiat. Siksi kysymme tässä lomakkeessa kokemuksianne ja mielipiteitänne pääkaupunkiseudulla asumisesta, terveydestä, taloudellisesta tilanteesta, työelämästä, arvoista, tavoitteista, ihmissuhteista sekä vaikuttamisesta.

Tutkimuksessa on mukana noin 9500 väestörekisteristä arpoen valittua pääkaupunkiseudun asukasta. Te olette yksi heistä ja edustatte vastaajana useaa muuta oman asuinkuntanne asukasta. Vastauksenne on siis tärkeä, eikä kyselyyn valittua voi korvata toisella henkilöllä.

Toivomme, että suhtaudutte kyselyyn myönteisesti. Antamanne tiedot ovat täysin luottamuksellisia. Tulokset esitetään julkaistavassa raportissa tilastoina, joten yksittäistä vastaajaa ei voi niistä tunnistaa. Toivomme myös, että vastaatte kysymyksiin huolella, jotta saisimme selville ja voisimme tuoda julkisuuteen, millaisena pääkaupunkiseudun asukkaat pitävät omaa hyvinvointiaan ja miten sitä voitaisiin parantaa.

Pyydämme Teitä palauttamaan lomakkeen täytettynä mahdollisimman pian. Palautus käy helposti mukana olevassa palautuskuoressa, jonka **postimaksu on maksettu. Voitte siis jättää kirjekuoren postilaatikkoon ilman postimerkkiä.**

Lisätietoja kyselystä antaa tutkija Saija Turunen (p. 050–413 4957 tai sähköposti: saija.turunen@hel.fi).

Tutkimuksen tekijöiden puolesta, yhteistyöstä kiittäen

Kirsi Nousiainen
johtaja, VTT
Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus SOCCA

Osoitelähde: Väestötietojärjestelmä, Väestörekisterikeskus, PL 70, 00581 HELSINKI



Liite 2. Kyselylomake ja frekvenssit

Pääkaupunkiseudun hyvinvointitutkimus 2008

Olkaa hyvä ja vastatkaa kysymyksiin **ympyröimällä sopiva vaihtoehto** ja/ tai **kirjoittamalla vastaus** sille varattuun tilaan. Ympyröikää se vaihtoehto, joka parhaiten vastaa tilannettanne tai kokemuksiinne.

Asuminen pääkaupunkiseudulla

1. Kuinka kauan olette asunut

	Koko ikäni	Yli 20 vuotta	11–20 vuotta	2–10 vuotta	Alle 2 vuotta
a) pääkaupunkiseudulla (Espoo, Helsinki, Vantaa, Kauniainen)?...	37.5	33.7	10.7	14.4	3.7
b) nykyisessä kunnassanne?	17.8	34.9	15.5	23.2	8.5
c) nykyisellä asuinalueellanne?	4.7	24.1	18.4	35.4	17.4
d) nykyisessä asunnossanne?	1.9	16.3	17.2	40.4	24.2

2. Seuraava kysymys koskee asuinalueettanne. Mitä mieltä olette seuraavista väittämistä?

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Olen tyytyväinen asuinalueeseeni.	45.7	46.7	5.6	1.7	0.3
Tunnen yhteenkuuluvuutta asuinalueeni asukkaiden kanssa.	16.1	47.3	23.4	7.1	5.6
Asuinalueellani asuu mukavia ihmisiä.	22.4	58.4	10.4	1.8	7
Tunnen usein ylpeyttä omasta asuinalueestani.	24.2	42.1	19.6	7.4	6.7
Asuinalueeni on arvostettu.	29.6	35.8	18.9	9.1	6.6

Seuraavat kolme väittämää on tarkoitettu niille, jotka ovat muuttaneet pääkaupunkiseudulle lapsuus- ja varhaisnuoruusiän (rajana 15 vuotta) jälkeen. Muut voivat siirtyä kysymykseen 3.

Kaipaen usein entiselle kotiseudulleni.	8.6	18.9	28.9	40	3.6
Harkitsen muuttamista takaisin entiselle kotiseudulleni viimeistään eläkepäivillä.	9.3	13.2	18.9	49.7	8.9
Olen täysin kotiutunut pääkaupunkiseudulle.	48.1	30.4	13.9	5	2.5

3. Kuinka turvalliseksi tunnette olonne seuraavissa tilanteissa?

	Turvalliseksi	Melko turvalliseksi	Melko turvottomaksi	Turvottomaksi	En osaa sanoa
Kävellessänne yksin päivällä asuinalueellanne	84	15.1	0.5	0.3	0.1
Kävellessänne yksin asuinalueellanne pimeällä	33.4	49.5	11.2	5	0.9
Asioidessanne pankkiautomaatilla.	43.9	46.3	5.5	1.9	2.5
Ollessanne yksin kotona	82.1	16.2	1	0.6	0.2

4. Kuinka tyytyväinen olette nykyisen asuntonne ominaisuuksiin?

	Erittäin tyytyväinen	Melko tyytyväinen	Melko tyytymätön	Erittäin tyytymätön	En osaa sanoa
Asunnon koko.	47.2	39.9	9.6	3.1	0.1
Asunnon varustetaso.	37.5	51.3	8.8	2.2	0.3
Asumisen kustannukset	21.8	46.4	22.4	7.4	2
Talotyyppi (esim. kerros-, rivi- tai omakotitalo)	46.2	43	8.1	1.8	0.9
Asunnon sijainti.	53.6	39.8	5.2	1.3	0.2

5. Kuinka tyytyväinen olette nykyiseen asuinalueeseen seuraavissa suhteissa?

	Erittäin tyytyväinen	Melko tyytyväinen	Melko tyyttymätön	Erittäin tyyttymätön	En osaa sanoa
Liikenneyhteydet	49.3	40.1	8	2	0.5
Päivittäiskauppatavarapalvelut	37.2	45.2	13.8	3.4	0.3
Kunnalliset palvelut	19.1	50.2	17.6	5.2	7.8
Ulkoilu- ja liikuntamahdollisuudet	54.2	37.3	5.8	1.5	1.2
Alueen puistot ja viheralueet	47.2	40.8	8.6	1.9	1.4
Alueen kauneus	34	48.4	13.9	2.5	1.1
Alueen siisteys	23.7	52.8	18.6	4.4	0.5
Alueen rauhallisuus	36.6	47.4	12.5	3.1	0.4
Alueen turvallisuus	39.7	49.1	8.5	2	0.6
Alueella liikkumisen helppous	48.1	45.3	5.2	0.9	0.5
Asukastoiminnan aktiivisuus	10.1	36.7	16.3	3.7	33.2

6. Seuraavaksi esitetään eräitä pääkaupunkiseutuun liitettyjä tekijöitä. Missä määrin koette niiden lisäävän tai vähentävän haluanne täällä asumiseen?

	Lisää paljon	Lisää jonkin verran	Ei vaikutusta	Vähentää jonkin verran	Vähentää paljon
Kulttuuritarjonta	26	34.2	38	1.2	0.6
Harrastusmahdollisuudet	30.4	44.3	23.8	1.2	0.3
Liikuntamahdollisuudet	30.9	40.4	27.2	1.3	0.1
Monikulttuurisuus	8.7	17.2	54.9	13.8	5.4
Palvelutarjonta	34.3	45.6	16.5	3.2	0.4
Suvaitsevaisuus	17.9	36.7	41.1	3.2	1.1
Työnsaantimahdollisuudet	41.8	26.2	28.9	2.2	1
Työuralla etenemisen mahdollisuudet	28.4	26.5	42.4	1.7	1.1
Koulutusmahdollisuudet	33.2	31.5	33.5	1.2	0.6
Läheltä löytyvät palvelut	39.4	44.9	12.6	2.6	0.5
Ostoskyläkäyntimahdollisuudet	35.5	42.6	19	2.6	0.3
Kaupunkimainen elämäntyyli	22	29.3	39	8.1	1.6
Yksityisyys: muut eivät puutu asioihin	20.8	33.7	40.5	4.5	1
Liikenneturvat	1.6	4.7	35.7	41.3	16.6
Melu	1.8	4.4	35.6	42.6	15.6
Saasteet	1.7	4.6	29.6	43.7	20.4
Elämisen hintataso	1.9	6.7	29.2	45.2	17
Asumisen hintataso	2.3	6.7	25	44	21.9
Rikollisuus	1.9	3.3	38.4	35.6	20.8
Huumeet	1.9	2.8	36.8	31.2	27.3
Jokin muu, mikä?	10.9	3.9	61.5	7.7	16

Terveys

7. Onko oma terveydentilanne nykyisin mielestänne

1 Hyvä	45.5
2 Melko hyvä	34.1
3 Keskinkertainen	15.9
4 Melko huono	3.7
5 Huono	0.8

8. Onko teillä jokin pitkäaikainen sairaus, vaiva tai vamma, joka haittaa jokapäiväistä toimintaanne?

- 1 Ei **76.9**
2 Kyllä 23.1

9. Jos teillä on jokin tällainen sairaus, vaiva tai vamma, missä määrin se haittaa jokapäiväistä toimintaanne?

- 1 Erittäin paljon 5.4
2 Melko paljon 20
3 Jonkin verran **41.6**
4 Vähän 26.5
5 Ei lainkaan 6.5

10. Seuraava kysymys koskee sitä, miltä Teistä on viime aikoina tuntunut. Kuinka usein olette viimeisen kuukauden aikana ...

	En lainkaan	Harvoin	Silloin tällöin	Usein	Jatkuvasti
ollut stressaantunut?	11.9	26	38.6	19.2	4.3
tuntunut itsenne masentuneeksi?	33.3	33.2	24.7	7.3	1.5
tuntunut itsenne huolestuneeksi?	12.9	33.9	37.4	13.7	2.1
tuntunut itsenne yksinäiseksi?	44.3	29.1	18.5	6.6	1.4
ollut tyytyväinen elämäänne?	2.4	5	18.2	56.8	17.7
suhtautunut tulevaisuuteen toiveikkaasti?	2.5	5.3	18.2	48.8	25.2

Työelämä

Seuraavat kysymykset on tarkoitettu niille, jotka ovat työelämässä. Muut voivat siirtyä kysymykseen 14.

11. Mitä mieltä olette seuraavista työhönnne liittyvistä väittämistä?

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
Nautin työstäni	26.5	55.2	13.4	3.4	1.5
Tunnen olevani omalla alallani.	36.8	40.2	14.2	6.2	2.7
Koulutukseni vastaa nykyistä työtäni.	39.1	34.5	11.9	11.2	3.3
Tunnen hallitsevani työni	53.9	40.4	3.8	1	1
Minulla on hyvät vaikutusmahdollisuudet työpaikkani asioihin.	24.1	39.1	23.5	10	3.3
Työpaikallani on huono ilmapiiri.	3.5	15.1	34.5	43.4	3.5
Tunnen epävarmuutta työpaikkani säilymisestä.	5.2	15.3	27.9	46.5	5.1
Työasiat pyörivät mielessä vapaa-ajalla.	13.6	36.8	26.4	21.4	1.7
Minulta edellytetään kohtuutonta työmäärää ...	7.3	20.4	34.1	34.3	3.9
Minulla on tarpeeksi aikaa saada työni tehdyksi.	22.8	40.3	24.9	10.3	1.8

12. Kuinka monta tuntia työskentelette keskimäärin viikossa? __39__ tuntia

13. Jos voisitte valita vain yhden seuraavista vaihtoehdosta, minkä valitsitte?

- 1 Pidentäisin työaikaani ja ansaitsisin enemmän 11.7
2 Pitäisin työaikaani ennallaan ja ansaitsisin saman verran kuin nyt. **58**
3 Lyhentäisin työaikaani ja ansaitsisin vähemmän. 16.9
4 En osaa sanoa. 13.3

Seuraavaksi tiedustellaan eri hyvinvointitekijöiden merkitystä ja toteutumista omassa elämässänne. Arvioikaa ensin tuttua kouluarvosana-asteikkoa (4-10) käyttäen kuinka tyytyväinen olette omaan elämäntilanteeseenne seuraavien asioiden osalta. Sen jälkeen kertokaa, mikä merkitys näillä asioilla ylipäätään on hyvinvoinnillenne.

14. Kuinka tyytyväinen olette seuraaviin asioihin nykyisessä elämäntilanteessanne?
(4=tyytymätön 10=tyytyväinen)

	4-10
Suhteet perheenjäseniin.....	8.9
Suhteet sukulaisiin.....	7.9
Suhteet ystäviin	8.4
Suhteet naapureihin	7.5
Luottamukselliset ihmissuhteet	8.6
Itsenne tunteminen rakastetuksi	8.4
Arvostuksen saaminen muilta	8.1
Mielihyvän saaminen arkisista asioista	8.2
Fyysinen kunto	7.8
Ulkonäkö	7.7
Terveys	8.1
Sukupuolielämä	7.5
Varallisuus.....	7.3
Tulot ja kulutusmahdollisuudet.	7.3
Työtilanne.....	8.0
Mahdollisuus uusien asioiden oppimiseen	8.1
Mahdollisuus matkusteluun.....	7.6
Mahdollisuus liikuntaharrastuksiin	8.3
Mahdollisuus kulttuuriharrastuksiin	8.1
Mahdollisuus viihteeseen ja hauskanpitoon	8.1
Luonnosta nauttiminen	8.6
Elinympäristön puhtaus.....	7.9
Palvelujen läheisyys	8.3
Mahdollisuus kuulua johonkin yhteisöön	7.9
Mahdollisuus osallistua järjestö- tai asukastoimintaan	7.7
Mahdollisuus toisten auttamiseen ja vapaaehtoistoimintaan	7.7
Mahdollisuus uskonnon harjoittamiseen	8.0
Mahdollisuus elää ympäristössä, jossa tuntee olevansa kotonaan.	8.4

15. Entä mikä merkitys näillä asioilla on omalle hyvinvoinnillenne?

Ei lainkaan merkitystä	Pieni merkitys	Kohtalainen merkitys	Suuri merkitys	Erittäin suuri merkitys
0.4	0.8	6	28.1	64.6
1.3	10.4	31.5	37.7	19
0.4	2	13.7	43.2	40.7
6.6	31.4	39.7	16.6	5.7
0.3	1.5	10.2	35.6	52.4
0.4	2.5	13.5	34.4	49.2
0.7	4.4	25.9	44	25.1
0.2	1.9	19.2	47.8	30.9
0.1	1	14.3	50	34.6
2	12.7	46.2	30.5	8.5
0.1	0.4	4.4	34.2	60.9
3.2	8.4	28.5	41.4	18.5
0.5	5	44.5	38.8	11.1
0.7	4.6	41.6	41.6	11.5
5.3	4.1	18.7	46.2	25.7
1.2	9.1	36.6	38.3	14.7
1.9	12.1	38.3	32.9	14.8
1	8.1	31.1	41.5	18.2
4.1	20.7	39.7	27	8.4
2.9	18.8	39.4	28.2	10.7
0.5	2.9	20.4	45.2	31
0.1	1.8	18	48.8	31.3
0.2	3.3	30.2	47.9	18.3
10.5	27	36	19.5	7.1
20.6	40.8	27.7	8.5	2.4
12.1	34.2	36.7	13.7	3.2
36.1	32.8	17.5	8.6	5
0.9	2.8	16.5	44.6	35.2

- 16. Pienilläkin asioilla voi joskus olla suuri merkitys arkiviihtyvyydelle ja hyvinvoinnille. Tuleeko Teille mieleen sellaisia arkisia asioita, jotka tuottavat Teille todellista mielihyvää tai joilla on merkitystä hyvinvoinnillenne?**

2500 vastajaa

- 17. Entä tuleeko mieleenne sellaisia harmin aiheita, jotka vähentävät arkiviihtyvyyttänne ja hyvinvointianne?**

2503 vastaajaa

- 18. Mikä oli viime vuoden kohokohta elämässänne?**

2888 vastajaa

- 19. Onko Teillä tai jollakulla läheisellänne ongelmia, jotka vaikeuttavat jokapäiväistä elämäännne?**
(Merkitkää rastittamalla kaikki jokapäiväistä elämäännne vaikeuttavat ongelmat.)

	<i>Itsellä</i>	<i>Läheisellä</i>
Työttömyys.....	6.8	11.1
Pitkäaikainen lomautus.....	0.4	2.6
Työttömäksi joutumisen pelko	6.4	8.2
Liikaa työtä.....	17.2	22.8
Kiireinen elämä.....	27.1	23
Liikaa aikaa, ei tekemistä	5.3	6.9
Alkoholi-ongelma	2.6	15.7
Huume-ongelma.....	0.3	3.6
Peli-ongelma	1	3.8
Huoli iäkkäistä vanhemmista.....	21.1	13.7
Vaikeus järjestää vanhusten hoito	4.5	5
Vaikeus järjestää lasten päivähoitopaikka	1.4	3.3
Huono parisuhde.....	5.7	8.9
Perheväkivalta	0.5	2.4
Huoli lapsen/lasten tulevaisuudesta	15	7.6
Huoli omasta tulevaisuudesta	21	5.8
Kiusaaminen	1.9	3
Syrjintä	1.9	2.6
Rasismi	1.1	2.7
Ihmissuhdevaikeudet	9.3	9.4
Masennus.....	10.5	14.3
Pitkäaikaissairaus.....	9.8	11.3
Huoli omasta terveydestä.....	25.4	7.7
Huoli läheisen terveydestä.....	23.4	18.6
Muu, mikä?	3.6	2.1
Ei mitään edellä mainituista ongelmista	15.1	9.1

20. Seuraava kysymys koskee vaikuttamismahdollisuuksianne oman elämänne muotoutumisessa. Kuinka paljon koette / olette kokenut voivanne vaikuttaa seuraaviin asioihin?

	Erittäin paljon	Melko paljon	Jonkin verran	Melko vähän	Erittäin vähän tai ei lainkaan	En osaa sanoa
Oma terveys	30.7	45.4	17.9	4.1	1.3	0.6
Elämäntietä yleensä	16.4	51.2	24.5	6	1.1	0.8
Oman koulutuksen valinta	35.4	36.9	16.3	6.3	2.6	2.4
Oman työpaikan valinta	28.5	40.7	19.3	6.1	2.9	2.6
Asuinalueen valinta	30.4	38.3	18.5	7.8	3.7	1.3
Arjen hallinta ja sujuvuus	23.4	52.1	19.7	3.3	0.8	0.8
Ihmissuhteiden luominen	27.3	48.3	18	4	1.3	1.2

21. Kuinka onnellinen yleisesti ottaen olette asteikolla 0-10?

(0=onneton; 10=onnellinen):

8.2

Taloudellinen tilanne

22. Jos laskette yhteen kotitaloutenne kaikki tulot, mikä on niiden käteen jäävä määrä kuukaudessa?

(Laskekaa yhteen verojen jälkeen kätehen jäävät ansio-/pääomatulot ja kotitaloutenne saamat tuet. Jos ette tiedä tulojen tarkkaa määrää, voitte arvioida tulonne.)

1	alle 500 €	6
2	501 – 1000 €	9
3	1 001 – 2 000 €	21.1
4	2 001 – 3 000 €	20.5
5	3 001 – 4 000 €	19.2
6	4 001 – 5 000 €	11.9
7	5 001 – 6 000 €	5.9
8	6 001 – 8 000 €	4.3
9	yli 8 000 €	2.1

23. Kuinka hyvin kotitaloutenne tulee toimeen nykyisillä tuloilla?

1	Erinomaisesti	14.1
2	Melko mukavasti	38.2
3	Pärjää kun käyttää rahaa harkiten	38.8
4	On vaikeuksia tulla toimeen	8.9

24. Missä määrin seuraavat väittämät kuvaavat Teidän taloudellista tilannettanne?

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Rahani riittävät hyvin elämiseen ja rahaa jää jopa säästöön.	24.3	34.1	23.2	18.5
Joudun kokopäivätyön lisäksi tekemään ainakin ajoittain toista työtä, jotta rahat riittäisivät. (Jos ette ole kokopäivätyössä, voitte siirtyä seuraavaan väitteeseen.)	0.1	3.8	11.3	79
Olen rahapulan vuoksi joutunut viime aikoina olemaan nälässä kokonaisen päivän tai pidempään.	2.1	2.7	6.3	88.9
Taloudellinen tilanteeni on ollut huono jo vuosia.	5.6	11.5	20.3	62.6
Uskon taloudellisen tilanteeni paranevan tulevaisuudessa.	17.5	44.8	24.3	13.3

Seuraavat kysymykset on tarkoitettu niille, joilla on ollut vaikeuksia saada rahat riittämään. Jos Teillä tai perheellänne ei ole ollut näitä vaikeuksia, voitte siirtyä suoraan kysymykseen 27.

25. Oletteko rahapulana vuoksi joutunut viime aikoina tinkimään seuraavista asioista?

(Ympyröikää ne asiat, joista olette joutunut tinkimään.)

1	Lääkkeet	4.1
2	Terveystenhoito	6.4
3	Omat vaatteet tai jalkineet	20.8
4	Lasten vaatteet tai jalkineet	3.1
5	Omat harrastukset	18.1
6	Lasten harrastukset	2.4

26. Mitkä seikat ovat vaikuttaneet siihen, että Teillä on ollut viime aikoina vaikeuksia saada rahat riittämään, esimerkiksi on ollut vaikeuksia laskujen maksamisessa tai rahat eivät ole riittäneet ruokaan. (Ympyröikää ne seikat, jotka ovat aiheuttaneet vaikeuksia.)

1	Ei tuloja	3.1	14	Rahapeliä pelaaminen	0.4
2	Pieni palkka	10.3	15	Oman yrityksen talousvaikeudet	0.9
3	Pieni eläke	4.7	16	Toisen henkilön lainan maksaminen takaajana	0.7
4	Liian pieni opintotuki	4.2	17	Yli varojen eläminen	4.6
5	Liian pienet tulot pakollisiin menoihin nähden	10.3	18	Onnettomuus (kolari, tulipalo tms.)	0.5
6	Korkea vuokra	9.3	19	Itse valittu elämäntapa pienine tuloineen	4.1
7	Korkea yhtiövastike	2.8	20	Koulutuksen puute	2.1
8	Suuret asuntolainan hoitokustannukset	5.1	21	Avioero	1.7
9	Suuret muun lainan hoitokustannukset	2.9	22	Puolison kuolema	0.5
10	Työttömyys tai lomautus	4.6	23	Lapsen syntymä	1.8
11	Osa-aikatyö	2.5	24	Muutto	1.9
12	Sairaus tai vamma	3.8	25	Muu syy, mikä? 4.8 _____	
13	Päihteet	1.4	198	muuta seikkaa	

27. Mikä on seuraava, tavanomaisista arkimenoistanne poikkeava menokohde, johon olette ajatellut käyttää rahaa lähitulevaisuudessa?

2901 vastausta: loma; remontti

28. Kuinka monta autoa on kotitaloutenne käytössä?

1	Ei yhtään	27.3
2	Yksi	51.4
3	Kaksi	18.4
4	Kolme tai useampia	2.9

Kysymme lopuksi vielä joitakin taustatietoja Teistä ja perheestänne. Perheellä tarkoitetaan tällöin niitä perheenjäseniä, jotka asuvat kanssanne samassa kotitaloudessa. Taustatietoja käytetään tulosten tilastolliseen analysoimiseen.

29. Oletteko

1	Nainen	61
2	Mies	39

30. Minä vuonna olette syntynyt?

Vuonna 19____
Keski-ikä 49 vuotta

31. Mikä on syntymäkuntanne?

32. Oletteko

1	Naimaton	17.7
2	Avoliitossa	51.9
3	Avoliitossa	15.1
4	Eronnut	9
5	Leski	4.2

33. Keitä talouteenne kuuluu itsenne lisäksi?

(Voitte valita useamman vaihtoehdon.)

1	Avio- tai avopuoliso	61.8
2	Puolison kanssa yhteisiä lapsia	25.6
3	Muita omia lapsia	4.7
4	Puolison omia lapsia	1.2
5	Sisaruksia	2.1
6	Oma isä ja / tai äiti	3.5
7	Puolison isä ja / tai äiti	0.1
8	Muita henkilöitä	1.7
9	Asun yksin	23.5

34. Montako henkilöä perheessänne asuu?

Henkilöitä yhteensä	2.4
0-6-vuotiaiden lasten lukumäärä	1.2
7-17-vuotiaiden lasten lukumäärä	1.4
kotona asuvien yli 17-vuotiaiden lasten lukumäärä	1.2

35. Missä maassa olette syntyneet?

1	Suomessa	95.4
2	Muussa pohjoismaassa	1
3	Muualla Euroopassa	2.8
4	Pohjois-Amerikassa	0.2
5	Keski- tai Etelä-Amerikassa	
6	Australiassa / Oseaniassa	
7	Afrikassa	0.2
8	Aasiassa	0.5

36. Missä maassa vanhempanne ovat syntyneet?

	Äiti	Isä
Suomessa	95.7	95.1
Muussa pohjoismaassa	0.4	0.7
Muualla Euroopassa	3	3.1
Pohjois-Amerikassa	0.1	0.2
Keski- tai Etelä-Amerikassa		0.1
Australiassa / Oseaniassa	0.1	0.1
Afrikassa	0.2	0.2
Aasiassa	0.5	0.6

37. Mitä kieltä / kieliä puhutte kotonanne?

(Voitte valita useamman vaihtoehdon.)

1	Suomi	92.1
2	Ruotsi	13
3	Venäjä	1.7
4	Viro	0.7
5	Englanti	4.1
6	Somali	0.1
7	Muu, mikä?	2.6

38. Millaisessa ympäristössä vietitte suurimman osan lapsuudestanne ja nuoruudestanne?

1	Kaupungin keskustassa	16.5
2	Esikaupunkialueella tai lähiössä	42.3
3	Kuntakeskuksessa tai muussa taajamassa	15.2
4	Maaseudun haja-asutusalueella	25.9

39. Mikä on korkein koulutuksenne?

1	Kansakoulu/keskikoulu/peruskoulu	12
2	Ammattikurssi/työn ohessa saatu koulutus	5.3
3	Ammattikoulu tai -kurssi	12
4	Lukio/ylioppilastutkinto	11.3
5	Opistotason tutkinto	20.2
6	Ammattikorkeakoulututkinto	9.8
7	Yliopisto/korkeakoulututkinto	28.2
8	Jokin muu, mikä?	1.2

40. Mitä teette päätoimisesti tällä hetkellä?

1	Ansiotyössä	52.5
2	Yrittäjä	5.6
3	Opiskelija	6
4	Työtön	3.1
5	Eläkkeellä	26.6
6	Äitiys-/vanhempainvapaa tai hoitovapaalla	3.3
7	Kotiäiti tai -isä	0.7
8	Muu, mitä	2.1

41. Mikä on asuinkuntanne?

1	Espoo	26.3	41
2	Helsinki	42.7	41.6
3	Kauniainen	6.2	48.4
4	Vantaa	24.8	38.8

42. Onko asuintalonne

1	Kerrostalo	57.9
2	Rivitalo	14.6
3	Paritalo	7.8
4	Omakotitalo	17.9
5	Muu	1.7

43. Mikä on asuntonne hallintamuoto?

1	Omistusasunto	69.8
2	Asumisoikeus- tai osuomistusasunto	3.4
3	Kunnan vuokra-asunto	9.1
4	Yksityinen vuokra-asunto	10.2
5	Muu arava-asunto (esim. VVO, Sato)	4.1
6	Muu, mikä?	3.5

Onko vielä jotain mitä haluaisitte lisätä?

Kiitos vastauksestanne!

Liite 3. Haastattelurunko

Miten ja mistä tekijöistä nuorten hyvinvointi rakentuu pääkaupunkiseudulla?

Tämä haastattelu on osa kaksivuotista tutkimushanketta pääkaupunkiseudun asukkaiden hyvinvoinnista. Numerotiedon sijaan olemme kiinnostuneita miten ihmiset itse kokevat oman elämänsä. Tutkimuksen toteuttavat pääkaupunkiseudun kunnat ja pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus. Viime vuonna keräsimme aineistoa kyselylomakkeella kaiken ikäisiltä alueen asukailta ja tänä vuonna haastattemme 30 nuorta, koska koemme nuorten aseman erityisen tärkeäksi.

Haastattelussa kysyn sinulta kysymyksiä jotka liittyvät elämääsi ja arkeesi. Haastattelu on täysin vapaaehtoinen ja voit keskeyttää sen koska tahansa. Toivon tietenkin, että vastaisit kysymyksiin niin hyvin kuin mahdollista, mutta voit halutessasi myös jättää vastaamatta joihinkin kysymyksiin.

Tutkimuksen tuloksista julkaistaan tutkimusraportti, mutta se kirjoitetaan niin ettei yksittäistä haastateltavaa voi siitä tunnistaa. Haastateltavien nimet eivät tule näkymään missään dokumenteissa. (Tietojasi ei myöskään luovuteta muille viranomaisille eli vastauksesi eivät vaikuta esim. saamiisi tukiin tai etuuksiin). Tutkijana minua sitoo myös ehdoton vaitiolovelvollisuus. Tutkimusaineisto (nauhat ja puhtaaksikirjoitetut aineistot) hävitetään asiaankuuluvalla tavalla.

Lupa nauhoitukseen.

LAPSUUS

Kerro ensin vähän lapsuudestasi. Aloitetaan vaikka asumisesta eli:

- Missä asuit?
- Minkälaisessa talossa?
- Minkälaisessa ympäristössä?
- Oliko sinulla paljon kavereita?
- Minkälaisia muistikuvia tai muistoja sulla on siitä asuinalueesta.
 - Oliko alueella asioita, jotka olivat erityisen mukavia?
 - Entä oliko alueella asioita, jotka harmittivat erityisesti?
- Vietitkö lapsuuden vapaa-aikasi kodin pihapiirissä vai oliko sinulla esim. harrastuksia jotka tapahtuivat kodin ulkopuolella?

PERHE

- Minkälainen perhe sinulla on?
- Mitä vanhempasi tekivät työksensä kun olit lapsi?
 - Entä mitä he tekevät tällä hetkellä?
- Onko sinulla sisaruksia?
 - Mitä he tekevät tällä hetkellä?
- Minkälaista teidän perhe-elämänne oli, kun sinä olit lapsi?
 - Mitä voit kertoa arjesta? (Esim. Teittekö te perheenä paljon asioita yhdessä? Minkälaisia asioita te teitte? Onko sinulla jotain muistikuvia tavallisesta arkipäivästä? Entä muistikuvia juhlapäivistä?)
- Oliko lapsuudessasi tai perhe-elämässäsi jotain jota kaipasit?
- Koetko, että sinulta puuttui jotakin?
- Tapasitteko usein muita sukulaisia tai tuttaviasi?
- Minkälainen perheesi taloudellinen tilanne oli kun olit lapsi?
 - Matkustelitteko?
 - Oliko puutetta?
 - Oliko asioita, joita ei rahapulalla saanut vaikka olisi halunnut?

- Oliko perheessä lapsuutesi aikana työttömyyttä, mielenterveys- ja päihdeongelmia?
 - Jos oli, miten se vaikutti perheen arkeen?
- Entä oliko perheessä lapsuutesi aikana muita ongelmia (parisuhde-, terveysongelmia, vaivasiko kiire, asumiseen liittyvät ongelmat)?
 - Jos oli, miten se vaikutti perheen arkeen?
- Onko perheessäsi tällä hetkellä työttömyyttä, mielenterveys- ja päihdeongelmia?
 - Jos on, miten se vaikuttaa arkeen perheen arkeen?
- Entä onko perheessäsi tällä hetkellä muita ongelmia (parisuhde-, terveysongelmia, vaivasiko kiire, asumiseen liittyvät ongelmat)?
 - Jos oli, miten se vaikuttaa perheen arkeen?
- Minkälainen suhde sinulla on lapsuuden perheeseesi tällä hetkellä?
 - Pidätkö heihin yhteyttä?
 - Jos pidät, kuinka usein?
 - Jos et, niin mistä se johtuu? (Johtuuko se sinusta vai muista tekijöistä?)
- Minkälaisia muistoja sinulla on kouluajoilta? (Mikä siitä teki mukavaa/epämukavaa?)
- Minkälaisia muistoja sinulla on opiskelun ajoilta? (Mikä siitä teki mukavaa/epämukavaa?)

ARKI

- Minkälainen on tavallinen viikkosi? Aloita vaikka maanantaista.
 - Mitä tekee, ketä tapaa, kulttuuri (elokuvat, konsertit), liikunta, musiikki, muut harrastukset
- Miten tärkeitä harrastukset ovat?
 - Millaista elämäsi olisi ilman harrastuksia?
- Onko jotain mitä haluaisit harrastaa?
 - Mikä estää sinua harrastamasta?
- Jos ei harrasta mitään:
 - Oletko tyytyväinen tilanteeseen ilman harrastuksia?

- Kuinka paljon aikaa käyttää netissä tai tietokoneella?
 - Mitä siellä tekee?
 - Kuinka tärkeää?
 - Mikä siitä tekee tärkeää?
- Onko arjessasi asioita tai tilanteita, jotka koet erityisen miellyttäväksi tai mukaviksi?
- Entä onko arjessasi asioita tai tilanteita, jotka koet erityisen harmittaviksi?
- Onko joku ihminen tai ryhmä johon itseäsi vertaat...
 - ..elämäntilanteesi suhteen
 - ..rahatilanteesi suhteen
 - ..tulevaisuudensuunnitelmiesi suhteen
- Koetko, että voit itse vaikuttaa haluamallasi tavalla
 - elämäntilanteeseesi
 - rahatilanteeseesi
 - tulevaisuuden suunnitelmiisi
 - entä tuleeko jostain ulkopuolelta odotuksia tai painetta näiden äsken mainittujen asioiden suhteen?
 - Mistä se paine tulee?
 - Miten se näkyy?
 - Miltä se sinusta tuntuu?
- Koetko, että omat voimavarat riittävät hyvin arjen pyörittämiseen?
 - Tuleeko mieleesi minkälaista tukea tarvitsisit, että voimasi riittäisivät paremmin?

IHMISSUHTEET

- Vietätkö aikaa ystäviesi kanssa?
 - Mitä te teette?
- Onko sinulla olemassa muita tärkeitä ihmisiä?
 - Mikä tekee näistä ihmisistä erityisen tärkeitä?

- Onko joku jonka kanssa puhua mistä tahansa?
 - Kuka?
 - Mistä luulet, että se johtuu, että puhut juuri tälle ihmiselle?
 - JOS EI OLE:
 - Haluaisitko tilanteeseen muutosta? Mitä se vaatisi sinulta? Mitä se vaatisi muilta?
- Kuinka ihminen, joka tuntee sinut parhaiten kuvailisi sinua?
- Onko tilanteita tai paikkoja joissa puhut sinulle tuntemattomien ihmisten kanssa (esim. kadulla tai bussissa)?
 - Tai sinulle tuntematon ihminen puhunut sinulle?
 - Mitä tilanteita?
 - Miltä ne tilanteet tuntuvat?

IHMISSUHTEIDEN YMPYRÄ

Merkitse paperiin punaisella ne päivittäiset, viikoittaiset ja harvemmat kontaktisi ihmisten kanssa.

Merkitse seuraavaksi sinisellä miten haluaisit asioiden olevan. Voit esimerkiksi siirtää kontakteja tasolta toiselle nuolella, lisätä sinne kontakteja tai poistaa niitä ylliviivaamalla.

ONGELMAT JA VAIKEUDET

- Onko elämässäsi ollut hetkiä, jotka olet kokenut vaikeiksi tai jolloin sinulla on ollut ongelmia?
 - Millaisia vaikeita hetkiä tai ongelmia sinulla on ollut?
 - Oletko hakenut niihin apua tai tukea?
 - Mistä?
 - Jos et hakenut tukea, miksi?
- Tuleeko mieleesi tilanteita, jolloin apua tai tukea oli erityisen helppo löytää ja saada?
- Entä tuleeko mieleesi tilanteita, jolloin apua tai tukea oli erityisen vaikea löytää ja saada?
- Oletko kokenut saaneesi tukea ja apua ystävältäsi?
- Oletko kokenut saaneesi tukea ja apua vanhemmiltäsi?

- Oletko kokenut saaneesi tukea ja apua muilta samassa tilanteessa olevilta? (Vertaistuki)
- Oletko kokenut saaneesi tukea ja apua viranomaisilta (esim. Kela) tai kouluterveydenhuollosta?
- Jos olet hakenut apua viranomaisilta tai terveydenhuollosta, koetko saaneesi
 - apua tarpeeksi nopeasti
 - oikeaa apua
 - hyödyllistä apua
 - jäikö jotain puuttumaan
 - haluaisitko jotain apua enemmän/kauemmin
- Jos olet et ole hakenut apua viranomaisilta tai terveydenhuollosta, mistä se johtuu?
 - (ei tiennyt mistä, liian sairas, ei motivoitunut?)
- Onko erilaisista tukimahdollisuuksista tai avusta helppo löytää tietoa?
 - Mistä olet löytänyt tietoa?
 - Löytänyt itse?
 - Kuullut muilta?
 - Viranomaiset?
- Jos ajatellaan nuoria, joilla on ongelmia tai vaikeuksia, mitä yhteiskunta voisi mielestäsi tehdä heidän hyväkseen?

PÄIHTEET

- Kuinka usein juot alkoholia?
- Kuinka usein olet humalassa?
- Käytätkö kannabista?
 - Kuinka usein?
- Käytätkö muita päihteitä?
- Miten kuvailisit päihteiden merkitystä hyvinvointisi kannalta?

TALOUS

- Mitä teet tällä hetkellä?
 - opiskelee, käy töissä...?
- Saatko jotain tukia saat tällä hetkellä?
 - mitä?
- Oletko joutunut odottamaan esim. Kelan tai sossun päätöstä?
 - Kuinka kauan?
 - Millä rahalla eli ennen päätöstä?
- Riittävätkö rahat?
 - Jos ei, mistä luulet, että se johtuu?
 - Jos ei riitä, mihin pitäisi vielä riittää?
- Mihin käytät rahasi?
 - suunnitteletko rahojen käyttösi etukäteen?
- Joudutko tinkimään ruoasta?
- Saatko tai oletko lähiaikoina saanut taloudellista tukea vanhemmiltasi?
- Koetko ulkopuolista painetta kuluttamiseen (esim. on ostettava tuotteita joita muillakin on?)

URBAANI & PKS

Olemme kiinnostuneita nuorten elämästä pääkaupunkiseudulla, jota kutsutaan urbaaniksi.

- Mitä sinulle tulee urbaanista mieleen?
- Koetko olevasi urbaani?
- Näkyykö urbaanisuus tai se, että asut urbaanilla alueella jotenkin sinun elämässäsi tai siinä miten elät?
 - Miten?
- Mitkä ovat tai ovat olleet sinulle tärkeitä paikkoja pääkaupunkiseudulla?
 - Miksi?
 - Mitä paikassa tehdään/tehtiin?

- Jos ajattelet eri alueita pääkaupunkiseudulla, onko mielestäsi eri alueilla asuvien nuorten elämässä eroja?
 - miten se näkyy?
- Luuletko, että elämäsi olisi erilaista jos asuisit jossakin pääkaupunkiseudun ulkopuolella?
 - miten?
- Mitä luonto sinulle merkitsee? Mikä rooli luonnolla on elämässäsi?
- Missä luontoa on sinulle pääkaupunkiseudulla?

Kunnan tehtäviin kuuluu mm. luoda mahdollisuuksia harrastaa ja opiskella, huolehtia kuntalaisten terveydestä sekä vastata asuinalueen ympäristöstä.

- Kuinka tyytyväinen sinä olet oman kuntasi toimintaan?
- Tuleeko mieleesi asioita joissa kuntasi olisi voinut tehdä hyväksesi enemmän?
- Tuleeko mieleesi asioita joissa kuntasi voisi tällä hetkellä tehdä hyväksesi enemmän?

ELÄMÄNVIIVA I

Elämänviiva kuvaa elämääsi tähän päivään saakka. Voit aloittaa sen joko syntymävuodestasi tai muusta haluamastasi ajasta. Kuvioon voit merkitä esimerkiksi elämäsi kohokohtia sekä positiivisia ja negatiivisia käännekohtia elämässäsi. Voit merkitä ne siten, että myönteiset vaiheet sijoittuvat +-puolelle ja kielteiset –puolelle. Voit esimerkiksi piirtää ensin elämääsi kuvaavan viivan ja sen jälkeen kertoa mitä missäkin elämänvaiheessa on tapahtunut.

TULEVAISUUS

Tulevaisuuden elämänviiva. Ajattele elämääsi tästä hetkestä kymmenen vuotta eteenpäin. Missä haluaisit olla ja mitä haluaisit tehdä vuonna 2019? Piirrä tulevaisuutesi elämänviiva siten, että siinä näkyy missä paikassa ja missä elämäntilanteessa haluaisit olla. Voit merkitä myös muita tilanteita ja paikkoja välille 2009 ja 2019.

- Mitä se sinulta itseltäsi vaatii päästä haluamaasi tilanteeseen?
- Mitä tukea tai apua tarvitset muilta päästäksesi haluamaasi tilanteeseen?

- Mitä ajatuksia sinulla on tulevaisuudesta?
 - Koetko sen turvalliseksi vai turvattomaksi?
 - Mitkä tekijät siihen vaikuttavat?
- Mistä asioista elämässäsi luopuisit jos voisit?
- Mistä asioista elämässäsi et millään luopuisi?

Onko sinulla kysyttävää?

Kiitokset!

Yhteystiedot & leffaliput

Liite 4. Arjen hyvinvointia lisäävät tekijät

Arkisia asioita, jotka tuottavat Teille todellista mielihyvää tai joilla on merkitystä hyvinvoinnillenne?	Vastauksia N
PERHE JA IHMISSUHTEET (yht.)	1174
Lapset, lapsenlapset	290
Lasten ja lastenlasten hyvinvointi, onnellisuus, menestyminen ja terveys	
Lasten tai lastenlasten kanssa vietetty aika	
Tuttavien lapset	
Ystävät	227
Ystävien kanssa oleilu tai tekeminen, keskustelut	
Lähisuku, oma perhe	201
Perheen kanssa vietetty vapaa-aika, yhteiset hetket	
Perheen hyvinvointi	
Parisuhde	148
Läheisyys	
Rakkaus	
Seksi, sukupuolielämä	
Hyvät ihmissuhteet	76
Kohteliaat, ystävälliset tai iloiset ihmiset	232
Toisten auttaminen ja huomioiminen	
Naapurit	
Yhteisöön kuuluminen, yhteisöllisyys	
TERVEYDENTILA (yht.)	98
Oma tai läheisten terveys	82
Jaksaminen, hyvä kunto	9
Ei koske mihinkään	3
Pääsee tai pystyy liikkumaan	2
Leikkaukseen tai hoitoon pääsy	1
Lääkitys masennukseen löydetty	1
TYÖ JA ELÄKE (yht.)	152
Mieluisa työ	58
Hyvä palaute töistä, menestyminen töissä	27
Hyvä työyhteisö, mukavat työkaverit	20
Lyhyt työmatka	17
Pyöräily töihin	8
Työn ja vapaa-ajan sopiva suhde	7
Opiskelu	7
Eläkkeelle tai osa-aikaeläkkeelle pääsy	3
Loma	3
Palkkapäivä	2

TALOUDELLINEN TILANNE (yht.)	29
Ei huolta toimeentulosta, tasapainoinen talous	
VAPAA-AIKA (yht.)	887
Liikunta	187
Pyöräily	
Lenkkeily	
Uinti	
Luontoon liittyvät harrastukset	312
Luonto, luonnossa liikkuminen	
Eläimet	
Koira	
Mökkeily	
Kalastus	
Veneily	
Retket lähiympäristöön	
Kulttuuriharrastukset, itsensä kehittäminen	124
Musiikki	
Lukeminen, kirjat	
Elokuvat	
Sukututkimus	
Ristisanatehtävät	
Ruokakulttuuri	133
Hyvä ruoka, ruoanlaitto	
Viini, olut, tms.	
Ulkona syöminen	
Muut harrastukset	88
Erilaiset käsityöt	
TV:n katselu	
Radio	
Järjestö- ja vapaaehtoistoiminta	
Autoilu, auto	
Kahvittelu kaupungilla	
Eläkeläistoiminta	
Matkustaminen	25
Vapaa-aika ylipäätään	18

ASUMINEN (yht.)	295
Oma koti tai asunto	152
Kodin siisteys	
Kodin rauhallisuus, kauneus tai viihtyisyys	
Sauna, saunominen	
Uusi asunto	
Pienet asumiskustannukset	
Asuminen pitkään samalla alueella	
Oma piha, puutarha tai palsta	115
Taloyhtiö	28
Taloyhtiön siisteys ja rauhallisuus	
Taloyhtiön hyvä toiminta	
Asukastoiminta	
ASUINALUE, PALVELUT (yht.)	643
Asuinalueen tai ympäristön luonnonläheisyys	232
Puistoja lähellä	
Meri lähellä	
Hyvät liikunta- ja ulkoilumahdollisuudet	
Puhdas ilma	
Hyvin hoidettu luonto	
Leikkipuistot, puistotoiminta	
Rakentamaton ympäristö	
Asuminen alueella, jossa ei tarvitse omaa autoa	
Istutukset	
Palvelut	140
Palvelut lähellä	
Toimivat palvelut	
Hyvät kulkuyhteydet	
Toimiva joukkoliikenne	
Kirjasto, kirjaston läheisyys	
Päiväkoti- ja kouluasioiden mutkattomuus	
Kunnallisen terveydenhuollon tai päivähoitopalvelujen toimivuus	
Tosi ihana omalääkäri Anna Räihä	
Pyörätiet	
Parkkipaikat lähellä	
Palvelu äidinkielellä (ruotsiksi)	
Tiettyjen tuotteiden löytyminen lähikaupasta	
Hyvä asiakaspalvelu	
Esteetön liikkuminen	

Asuinympäristön siisteys ja puhtaus	76
Ympäristö ja julkiset tilat hyvin hoidettu	
Koirankakkaroskikset	
Asuinympäristön kauneus ja viihtyisyys	69
Asuinympäristön meluttomuus ja rauhallisuus	55
Monipuolinen kaupunkikuva ja kaupunkielämä	54
Harrastusmahdollisuudet	
Kahvilat	
Ilmaiset konsertit, julkiset tapahtumat joihin on ilmainen pääsy	
Urheilutapahtumat	
Helsinki, Helsingissä asuminen	
Ulkoilu Keskuspuistossa	
Toritoiminta, kirpputorit	
Perhekahvilat, naapuruston lapsiperheet	
Uimarannat	
Cityeläinten näkeminen/seuraaminen	
Töölönlahti ja Linnunlaulun kahvila	
Liikuntatapahtumat senioreille Liikuntamyllyssä	
Sambakarnevaalit	
Viherlaakson asukaspuisto perheellisen keitaana	
Elävä urbaani kaupunki a la Punavuori	
Senaatintori	
Karhupuiston kahvila	
Hakaniemen halli	
Esplanadi	
Kauppatori	
Lenkkimaastot Seurasaarella	
Hienot graffitit	
Katusoitajat	
Rikas vaihtoehto- ja kulttuuritarjonta	
Asuinympäristön turvallisuus	16
AJANKÄYTTÖÖN LIITTYVÄT (yht.)	82
Oman ajankäytön hallinta, oma aika ja rauha	49
Kiireettömyys	30
Asioiden hoitaminen ajallaan	3

MUUT ASIAT (yht.)	346
Arki	160
Aamurutiinit, aamuhetket	
Hyvin toimiva arki	
Mieluisa arkielämä	
Arjen rutiinit	
Hyvin nukuttu yö	
Turvallisuus, turvallinen arki	
Puhelinsoitot, tekstiviestit, sähköpostit (yhteydenpito)	
Asioiden saaminen valmiiksi	
Huumori	
Kierrätys(mahdollisuudet)	
Kodinkoneet	
Hiljaisuus, rauhallisuus	
Unelmointi, haaveilu tulevaisuudesta	
Päiväunet	
Kotitöiden tasapuolinen jakautuminen	
Lähellä tuotettu ruoka	
Uutiset	
Ekologinen ja terveellinen elämäntapa	
Jokainen uusi päivä	
Pukeutuminen	
Kauniit esineet	
Hyvä siivooja	
Luontoon ja ympäristöön liittyvät	101
Aurinko, kaunis ilma	
Vuodenajat	
Linnunlaulu	
Metromatka ilman humalaisia	
Saa asua Suomessa	

Itsen kehittäminen	35
Itsenäinen eläminen, itsen toteuttaminen	
Uusien asioiden oppiminen	
Raittius	
Politiikka, vaikutusmahdollisuudet	
Edistyminen	
Haasteet ja vastuu	
Tieteen päivät, Tampereen filosofiatapahtuma	
Laihtuminen	
Muut itseen liittyvät asiat	30
Oma positiivisuus, onnellisuus	
Onnistuminen elämän eri osa-alueilla, menestyminen	
Itsensä arvostetuksi tunteminen, hyvä itsetunto	
Hyvät muistot	
Arvot	20
Vapaus	
Suvaitsevaisuus	
Uskonto	
Luottamus	
Avoimuus	
TOIVEET (yht.)	42
Palveluihin liittyvät (yht.)	17
Eläkeläisille ilmaiset kulkuoikeudet lähiliikenteessä	1
Lisää kauppoja	1
Istuinpenkit jalkojen lepuutukseen	1
Pienen eläkkeen omaavilla pitäisi olla ilmainen liikunta, kuntosali ja bussiliput	1
Omakotialueelle yleisiä kulkuneuvoja	1
Hyvinvoinnille olisi todella tärkeää, että saisi samalle lääkärille aikoja nopeasti silloin kun tarvitsee, eikä viikkojen kuluttua	1
Hiihtoputken saaminen esimerkiksi Leppävaaraan olisi tosi mieluinen tapahtuma	1
Jos esim. terveysasema K1 tervehtisi asiakasta	1
Ruusutorpantie 1:sen tienoilla ei ole invapysäköintipaikkaa (lähin ½ km päässä)	1
Posti jää 1,5 km päähän ja naapurin eläkeläiset eivät saa sitä vasta kuin joku ehtii toimittaa	1
Liikenneyhteyksiä pitäisi kaikin puolin parantaa ja osin jopa laajentaa	1
Posttjänsterna måste vara nära till hands	1
Lumisina talvina teiden ja jalkakäytävien kunnossapito paremmaksi	1
Uimahalli Matinkylään	1
Pyörätieverkosto voisi olla parempi	1

Kauppa saisi olla lähempänä	1
Kaipaisin läheisempää suhdetta ruoantuottajiin, esim. lähiruokaa ja käsittelemättömiä raaka-aineita (luomu, lisäaineeton)	1
Asumiseen ja ympäristöön liittyvät (yht.)	11
Kaipaamaan alueelleni vastaavia ulkoilureittejä kuin Tapiolassa tai Lauttasaarella	1
Olisi kiva viljellä jotain	1
Nuorison ja jengien pyöriminen pois kaduilta tärkeää viihtyvyydelle	1
Muutto takaisin kotikuntaan	1
Lähiöihin graffiteja	1
Pitäisi saada hissi kun on muuten vaikea liikkua rollaattorilla, se pitää kantaa	1
Jos kadut olisivat roskattomia ja talot pirteämmän värisiä	1
Toivoisin paljon istutuksia joita voisi ihailla	1
Kaunista seutua koko ympäristö ja alueet, jos ei olisi niin paljon juopottelua, katuihmissä.	1
Yleisen ilkvallan vähentäminen	1
Huoltoyhtiöitten ulkoistaminen mennyt pieleen, talonmiehet takaisin, asukkaat eivät voi olla poliiseja	1
Taloudelliseen tilanteeseen liittyvät (yht.)	8
Puhelinlaskut estävät yhteydenpitoa riittävästi lapsiin	1
Ei varaa terveelliseen ruokaan	1
Allergiadieettiä mahdotonta noudattaa	1
Kiinteistövero on liian suuri saatuaan hyötyä nähdä	1
Olisi rahaa ostaa muutakin kuin pakolliset tavarat	1
Rahaa pitäisi saada enemmän	1
Riittäisi eläkkeet niin että voisi edes matkustella. Eläkkeet menee kaikki sen tien maksuihin.	1
Ruoka-apu olisi tervetullutta (työssäkäyville yksinhuoltajaperheille)	1
Arkeen ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvät (yht.)	5
Kun kävisi vieraita ja joku veisi sukuloimaan	1
Vaimon asuminen kotona lisäisi hyvinvointia	1
Saada tulevaisuudessa ammatti ja työpaikka	1
Kun vanhetessa voimat vähenevät, että saisi elää itselleen ja hoitaa omia asioitaan (ikä 67v)	1
Että arki sujuisi mukavasti ja vapaa-aikaa olisi myös riittävästi	1
Muut (yht.)	1
Asiat hoidettaisiin järkevästi eikä politiikalla	1
Ei kohokohtaa, tasaista, en osaa sanoa	18

Liite 5. Arjen harmit

Entä tuleeko mieleenne sellaisia harmin aiheita, jotka vähentävät arkiviihtyvyyttä ja hyvinvointianne? (Vastaajia kaikkiaan 2503)	Vastauksia N (kaikkiaan 3465)
YMPÄRISTÖ JA ASUMINEN (yht.)	1043
Sotkut, roskat, likaisuus	311
Melu (josta lentomelu 41)	224
Saasteet, ilmanlaatu, katupöly	87
Ilkivalta ja rikollisuus	68
Asuinalue (esim. huono alue, ruma arkkitehtuuri, liian tiivis rakentaminen)	53
Kehno asuminen	50
Rakennustyöt	42
Koirien ulosteet	20
Parvetetupakointi	20
Katujen kunto	18
Pitkät välimatkat	16
Ongelmat taloyhtiössä, isännöinnin tai huoltoyhtiön kanssa, taloyhtiön asioista huolehtiminen	13
Koirat, vapaat koirat, koirien haukunta	13
Julkinen juopottelu	12
Lähikapakat	12
Virtsaaminen kaduille	9
Kaavoitus (huono kaavoitus ja tiedotus, kaavoittajan ylimielisyys, liiallinen metsien rakentaminen, metsien kaataminen rakentamisen tieltä)	9
Ei hissiä, hissi rikki	8
Yleinen rauhattomuus	8
Linnut (aggressiiviset, kirkuvat lokit, varikset, pulut)	7
Villi pysäköinti	7
Liikkuminen pimeällä turvatonta, arveluttavaa	5
Huono ilmanvaihto	4
Luontoon pitkä matka, ei oikeaa luontoa, luonnon turmelu	4
Kävelykadun, pyörätien puute	4
Siitepöly	4
Masentavat maisemat	3
Mainokset	2
Yksittäiset (kahden asunnon loukko, liian suuri asunto, koti, alueiden epäarvoisuus, alkoholistien asuntola jne)	10
ERI RYHMÄT (yht.)	405
Naapurit	158
Juopot	98

Nuorisojengit, nuoret	32
Narkomaanit	30
Ulkomaalaiset, maahanmuuttajat	30
Joutenolijat, laitapuolenkulkijat, retkut	15
Häiriköt, ahdistelijat	14
Hullut, sekopäät, avohoitopotilaat	8
Kämppis	3
Naapurin lapset	2
Syrjäytyneet	2
Kerjäläiset	2
Romanit	2
Yksittäiset maininnat (ruotsinkieliset, huorat, hipit, juntit vantaalaiset jne.)	9
ARKI (yht.)	326
Kiire, liian vähän aikaa	170
Stressi	64
Kotityöt ja kodin sotkuisuus	39
Unenpuute, vähäiset yöunet, aikainen herätys	19
Väsymys	17
Asioiden keskeneräisyys, tekemättömät asiat	10
Menee huonosti, asiat ei suju	3
Yksinolon puute, oman ajan puute	3
Työn ja perheen yhteensovitus	1
TALOUS JA TOIMEENTULO (yht.)	174
Rahapula, taloushuolet, liian pieni palkka/eläke, velat	112
Elinkustannukset	33
Asumisen kalleus	25
Verotus	2
Kalliit harrastukset	1
Poikaystävän köyhyys	1
TYÖELÄMÄ (yht.)	164
Työn raskaus, erilaiset ongelmat töissä	81
Liikaa töitä	52
Työttömyys, huono työtilanne, pätkätyöt, epävarma työtilanne	23
Pitkä työmatka	8
Läheisen työttömyys	2
PERHE JA IHMISSUHTEET (yht.)	160
Ihmissuhdeongelmat, perheongelmat	78
Riidat, eripuraisuus	40

Yksinäisyys	19
Huoli läheisen tilanteesta	8
Perheen, sukulaisten hyvinvointi	5
Parisuhteen puute	5
Ystävät, perhe kaukana	3
Ystävän, läheisen kuolema	1
Naisten nalkutus	1
LIIKENNE JA LIIKKUMINEN (Yht.)	227
Ruuhkat	85
Piittaamattomuus liikenteessä	58
Liikenne	45
Mopot, moottoripyörät, mönkijät	20
Autot (yksityisautoilu)	10
Auto-ongelmat, parkkiongelmat	9
JULKINEN LIIKENNE (Yht.)	88
Heikot liikenneyhteydet	42
Vuorot jäävät ajamatta tai ovat myöhässä	12
Asemien turvattomuus ja sotkut	7
Kalliit lippujen hinnat, hinnannostot	7
Häiriköt	6
Julkisten sotkuiset penkit	4
Liian täyden julkiset kulkuneuvot	4
Vaikea liikkua julkisilla lapsen kanssa	3
Metron korjaukset	2
Lippujen tarkastajien terveen järjen puute	1
TUNTEET, ASENTEET (yht.)	176
Piittaamattomuus, välinpitämättömyys	101
Itsekkyyys	18
Ilkeys	17
Kateus	12
Rasismi	6
Epävarmuus	4
Turvattomuus	3
Ahdasmielisyyys	3
Suvaitsemattomuus	2
Ahneus	2
Murhe, suru	2
Yksittäiset maininnat (pinnallisuus, negatiivisuus, opittu avuttomuus jne.)	6

IHMISTEN KÄYTÖS (yht.)	115
Ihmisten huono käytös, epäkohteliaisuus, tylyys, röyhkeys	82
Valittaminen	10
Typerät, sietämättömät ihmiset	6
Ärtyneet, kiireiset ihmiset	5
Toisten asioihin puuttuminen	3
Julmat ihmiset	3
Nipotus	2
Valehtelu	2
Yhden asian ihmiset	1
Syrjintä	1
TERVEYTEEN LIITTYVÄT VAIVAT, SAIRAUDET (yht.)	187
Omat	157
Läheisen	30
LAPSET JA NUORET (Yht.)	45
Huoli lapsista ja nuorista	29
Lasten kiukuttelu, tappelu, tottelemattomuus	6
Lapsettomuus	2
1,5 vuotias poika, perheen uusi tulokas (onkohan väärin ja kuuluis plussiin?),	2
Yksittäiset maininnat (uhmaikä, liikaa lastenlasten hoitoa, lasten huonot koetulokset jne.)	6
PALVELUT (yht.)	141
Palvelujen puute, huonous, riittämättömyys (palvelujen leikkaaminen, palvelut kaukana, huonot aukioloajat, jonot jne)	82
Terveyspalvelut	19
Byrokratia	9
Kulttuuri- ja harrastuspalveluiden puute	7
Puhelinmyyjät	6
Kauppojen keskittyminen, isot kauppakeskukset	5
Kierrätyspisteet kaukana, vähäisiä	3
Kauppojen, kahviloiden vähäisyys	3
Posti hukkuu tai menee väärään osoitteeseen	3
Huonot TV ohjelmat	2
Tuotteiden liiallinen pakkaaminen, huonot tuotteet	2
YHTEISKUNTA JA POLITIIKKA (yht.)	36
Politiikan mädännäisyys, huonous, sotkut	8
Poliitikkojen oman edun tavoittelu	4
Eriarvoisuus	4
Nykypolitiikka	4

Tehokkuusvaatimukset, kilpailu	4
Kaupallisuus	2
Oravanpyörä	2
Yksittäiset maininnat (kaupungilla liikaa valtaa suhteissa yksityisiin, HITAS-järjestelmän epäoikeudenmukaisuus, Vantaan velkaisuus, Terrorismi ja sodat, Yhteiskunnan tila jne)	8
SÄÄ, ILMASTO (yht.)	47
PÄIHTEET (yht.)	26
Tupakka	10
Alkoholi, juominen	9
Huumeet	6
Päihderiippuvaisuus	1
KULTTUURISET(?) ONGELMAT (yht.)	6
Sopeutuminen Suomeen ulkomailla olon jälkeen	2
Vieraiden kulttuurien ihmiset eivät "osaa" asua kerrostalossa	2
Ulkomaalaisten sopeutumattomuus suomalaiseen arkielämään ja metelöinti	1
Puolison vaikeus sopeutua Suomeen	1
SEKALAISET (yht.)	88
Väkivalta	9
Kerjääminen ja kaupustelu	6
Kieli, ruotsinkielisen palvelun puute	5
Epävarmuus, pelko tulevasta	5
Yhteisöllisyyden puute	4
Monet vaikeudet itsellä, puolisoilla	4
Kaupungin hektinen rytmi	3
Ikä	2
Liikunnan puute	2
Huonot uutiset	2
Kouluilmapiirin kireys, ilmapiiirin kireys	2
Ihmisten pahoinvointi	2
Opiskeluhaudet	2
Avun tarve	1
Feissarit	1
Liian kiltti luonne	1
Peliongelma	1
Rullatuolilla esteetön liikkuminen	1
Armeija	1
Muualta tulneiden pääkaupunkiseudun viha	1
Huono äänieristys, pitää itsekin varoa	1

Minua ja tekemiäni asioita pidetään itsestäänselvyytenä	1
Ylipaino	1
Luonnon tuhoaminen, ilmastonmuutos	1
Turvaton seksi	1
Eri rytmi kuin muilla, joudun hiipimään	1
Jatkuva muutostila, esim. töissä	1
Muut yksittäiset maininnat (kissa oksentaa, pyörän kumi puhki, ötökät puutarhassa, päivien samankaltaisuus, Matti Vanhanen, mökin korjaus)	26
JONKIN PUUTE	11
Auto puuttuu	2
Rauhan puute	1
Viljelypalstan puute	1
Sukupuolielämän puute	4
TV puuttuu/rikki	3

Liite 6. Viime vuoden kohokohta

Mikä oli viime vuoden kohokohta elämässänne?	Vastauksia N
Perhe ja ihmissuhteet 3	982
Lapsen/lapsenlapsen syntymä	212
Lapsen, lapsenlapsen, kummilapsen elämään liittyvä asia	68
<i>Ripille pääsy</i>	13
<i>Ylioppilaaksi kirjoittaminen</i>	39
<i>Valmistuminen</i>	17
<i>Muu kouluun liittyvä</i>	29
<i>Kihlaus, häät</i>	48
<i>Asunnon hankinta</i>	3
Lasten, lastenlasten tapaaminen	30
Ystävien sukulaisten tapaaminen	41
<i>Sukujuhlat tai ystäviin liittyvät juhlat</i>	65
Läheisen kuolema	3
Uusi ihmissuhde ja siihen liittyvät asiat	142
Tieto isäksi tulemisesta/raskaudesta	32
Tieto lapsenlapsesta	2
Syntymäpäivä	84
Hääpäivä	20
Omat vanhemmat ok	3
Uudet ihmiset/ystävät	14
Lasten/lastenlasten hyvinvointi/pärjääminen	72
Ero	6
Rakastetuksi tuleminen	8
Terveystilanta	152
Oma terveys	22
<i>Omaan terveydentilaan liittyvät positiiviset muutokset</i>	26
<i>Leikkaukseen tai hoitoon pääsy</i>	26
<i>Kuntoutukseen pääsy</i>	-
Puolison tai lähiomaisen terveyteen liittyvät positiiviset muutokset	8
<i>Paraneminen sairaudesta</i>	11
<i>Leikkaukseen tai hoitoon pääsy</i>	2
Raittius	4
Painon pudotus	2
Selviytyminen	30
Elämän tasaisuus ja hyvä arki	13

Matkustaminen	525
Matkustaminen ulkomaille	285
<i>Perheen/ystävien kanssa</i>	90
<i>Perheen/ystävien luokse</i>	19
Matkustaminen kotimaassa	33
<i>Perheen/ystävien kanssa</i>	15
<i>Perheen/ystävien luokse</i>	5
Lomamatka, ei kohdetta mainittuna	80
<i>Perheen/ystävien kanssa</i>	28
Työ ja eläke 3	215
Eläkkeelle tai osa-aikaeläkkeelle pääsy	28
<i>Eläkepäätöksen saaminen</i>	3
<i>Puolison eläkkeelle jääminen</i>	2
Työn saanti & uusi työ	112
Työn luonteen muuttuminen & armeija ohi	22
<i>Vuorotteluvapaa</i>	7
Työuralla eteneminen	9
Onnistuminen	24
Hoitovapaa	1
Pois oravan pyörästä	1
Työn loppuminen	3
opiskelupaikan saaminen	28
Menestys	16
Vapaa-aika	481
Loma	40
<i>Kesäloma</i>	75
<i>Talviloma</i>	3
<i>Loma puolison/perheen kanssa</i>	16
<i>Vuodenaikaan liittyvät</i>	22
Luontoharrastukset	29
<i>Kalastus</i>	5
<i>Lemmikkieläimen tai muun eläimen hankinta</i>	18
Muut harrastukset	5
<i>Opiskelu, valmistuminen</i>	82
<i>Itsensä kehittäminen, kulttuuri</i>	45
<i>Liikunta</i>	20
Vapaa-ajan asunto & mökkeily	34
<i>Mökin rakennus</i>	6
<i>Mökin osto</i>	7
<i>Mökin kunnostus</i>	4

Asuminen 1	170
Muutto	39
<i>Uusi asunto</i>	64
<i>Uusi paikkakunta</i>	9
<i>Lasten muutto lähemmäs</i>	3
Asunnon rakentaminen	8
Asunnon osto, tontin osto	22
Asunnon kunnostus ja remontointi	19
Viihtyisä koti	1
Talon myynti	4
Taloudellinen tilanne	42
Taloudellisen tilanteen koheneminen	11
<i>Velkasaneeraukseen tai muun päättyminen</i>	3
Hankinnat, kuten vene tai auto	21
Läppäri	1
Osakekauppa	1
Palkankorotus	2
Selviäminen	3
Ei kohokohtaa, tasaista, en osaa sanoa	69
Monta kohokohtaa	29
Koko vuosi	14
Koko vuosi vaikea	3
Uskonto	2