

Nuorten palvelut yksinäisyyden lievittäjinä?

Kohdennetun nuorisotyön piirissä olevien nuorten aikuisten ja ammattilaisten näkemysten tarkastelua

Vesa Välimäki, Sanna Aaltonen & Antti Kivijärvi

Viimeaikaisten tutkimusten mukaan kohdennetun nuorisotyön piirissä olevat nuoret aikuiset kokevat keskimääräistä enemmän yksinäisyyttä. Tässä artikkelissa tarkastelemme yksinäisyyden lievittämisen mahdollisuuksia kohdennetussa nuorisotyössä sekä nuorten aikuisten että nuorisotyöntekijöiden näkökulmista. Aineistona hyödynämme nuorisotyöntekijöiden ryhmähaastatteluja (n=29) ja nuorten aikuisten kasvokkaisia (n=16) ja verkossa tapahtuneita ryhmäkeskusteluja (n=41). Tarkastelemme aineistoa teoriaohjaavasti aikaisemmassa tutkimuksessa esitettyjen yksinäisyyttä vähentävien interventioiden näkökulmasta. Sekä työntekijät että nuoret aikuiset näkivät sosiaalista tukea tarjoavan yksilöohjauksen tarpeellisenä lähtökohtana yksinäisyyteen puuttumisessa. Ryhmälähtöistä työskentelyä pidettiin tärkeänä sosiaalisten mahdollisuuksien luomisessa, vaikka työntekijät olivat kokeneet nuorten aikuisten rekrytoimisen ryhmiin vaikeaksi. Huomionarvoista on, että nuoret aikuiset painottivat työntekijöitä vahvemmin verkkososiaalisuuden mahdollisuuksia. Yksinäisyyden vähentämiseen pyrkivissä hankkeissa olisi jatkossa tärkeää ottaa huomioon erilaiset yksilö- ja ryhmälähtöisyyteen perustuvat tavat lievittää nuorten aikuisten yksinäisyyttä kohdennettujen nuorisopalveluiden kehityksessä.

Avainsanat: kohdennettu nuorisotyö, marginalisaatio, vertaissuhteet, yksinäisyys

Nuoruus on monille elämänvaihe, jolloin irtaudutaan lapsuuden perheestä, mutta elämää ei vielä määritä parisuhde, huoltajuus tai työmarkkinat. Aikaa vietetään verrattain paljon ikätovereiden seurassa kouluissa, harrastuksissa, julkisissa ja kaupallisissa tiloissa tai verkossa (Pääkkönen 2006, 46; Melkas 2009, 35–39; Myllyniemi & Berg 2013, 19). Kaverisuhteiden on todettu olevan nuorille ja nuorille aikuisille keskeisimpiä koettua hyvinvointia määrittäviä tekijöitä (esim. Myllyniemi 2008a, 72–73; ks. myös Törrönen & Vornanen 2002) ja nuoret itse pitävät perheen ja ystävien kanssa vietettyä aikaa elämänsä tärkeimpinä asioina (Myllyniemi 2008b, 106–108). Ystäviä vaille jäämisen tai yksinäisyyden kokemisen voidaan nähdä olevan erityisen haavoittavaa nuoruudessa (Harinen 2008), ja se on myös asia, joka pelottaa nuoria tulevaisuuteen sijoittuvana riskinä (Lindfors ym. 2012).

Vertaisuhteiden merkitys on tunnistettu varsinkin oppivelvollisuusikäisten nuorten palveluissa. Erityisesti nuorisotyö ja sen monet työmuodot kokoavat yläkouluikäisiä nuoria yhteen ryhminä. (Esim. Kiilakoski 2011.) Nuorisotyöntekijöiden asiantuntemus liittyykin nuorten ryhmäprosesseihin, nuorisokulttuureihin ja ryhmien ohjaamiseen (ks. esim. Pohjola 2009, 34; Kivijärvi 2015, 47–48). Sen sijaan nuorille aikuisille tarjottujen palvelujen kohteena ovat ensi sijassa työn ja koulutuksen ulkopuolelle jääneet, ja julkilausuttuna tavoitteena on yksilöiden koulutukseen ja työelämään kiinnittyminen sekä arjen sujuvuus, ei niinkään sosiaalisten suhteiden vahvistaminen tai ryhmätoiminta (esim. Ohjaamo-toiminta, <https://ohjaamot.fi/etusivu>). Tällaisen kohdennetun nuorisotyön piirissä nuorille aikuisille on tarjolla lähinnä koulutustautumiseen ja työelämään liittyvää yksilöohjausta etsivän työn, ohjaamojen ja työpajojen muodoissa. Näillä kriteereillä

palvelujen onnistumista myös mitataan (esim. Aaltonen ym. 2015).

Nuorten yksinäisyyttä on tutkittu paljon yksilötasolla psykologian näkökulmasta (esim. Laursen & Hartl 2013). Viimeaikaisissa yhteiskuntatieteellisissä tutkimuksissa on havaittu, että yksinäisyyden ja ulossulkemisen kokemukset kasautuvat erityisesti työn ja koulutuksen ulkopuolelle jääneille sekä samalla kohdennetun nuorisotyön piirissä oleville nuorille aikuisille (Gretschel & Myllyniemi 2017; Kivijärvi ym. 2018; ks. myös Souto 2014, 22). Kolmasosa kohdennettujen nuorten palvelujen piirissä olevista nuorista aikuisista ilmoitti kokevansa yksinäisyyttä usein tai jatkuvasti, kun vastaava osuus kaikkien nuorten aikuisten kohdalla on noin kymmenesosa (Kivijärvi ym. 2018). Myös Nuorisobarometrin erillisotoksessa yksinäisyyden kokemusten on havaittu kasaantuvan erityisesti etsivän nuorisotyön asiakkaille (Gretschel & Myllyniemi 2017). Havainnot ovat yhdenmukaisia laajemman yksinäisyydetutkimuksen kanssa, jossa on todettu yksinäisyyden kytkökset yhteiskunnan kulttuurisiin ja materiaalsiin jakoihin. Köyhyys, työttömyys ja monet vähemmistöasemat näyttäisivät altistavan yksinäisyyden kokemukselle. (Moisio & Rämö 2007; Saari 2016; Välimäki ym. 2019.)

Lähestymme nuorten aikuisten yksinäisyyttä ilmiönä, johon voi tarttua yhteiskuntapoliittisin toimenpitein. Yksinäisyyden lievittäminen on tärkeää useasta syystä. Yksinäisyys on kielteinen kokemus ja sitä on pidetty koetun hyvinvoinnin peilikuvana; toisen vähentyessä toinen lisääntyy (Kainulainen 2016, 124). On esitetty (Alanen ym. 2014, 7), että nuorten aikuisten hyvinvointia edistämällä tuetaan myös heidän siirtymisensä työ- ja koulutusmarkkinoille kestäväällä tavalla. Sosiaalisten suhteiden vaikuttaessa työllistymismahdollisuuksiin (ks. Granovetter 1977; Wanberg 2012, 377–381), yksinäisyyden vähentämisellä voidaan ajatella ole-

van myös työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten työllistymismahdollisuuksia edistävää vaikutusta. Yhteiskunnallisen eriarvoisuuden vähentämisen ja yksinäisyyden ennaltaehkäisemisen (ks. Saari 2016) ohella on syytä etsiä myös korjaavia toimenpiteitä, joiden avulla voidaan lievittää jo olemassa olevaa yksinäisyyttä.

Tässä artikkelissa tarkastelemme kohdennetun nuorisotyön palveluja sekä työntekijöiden että nuorten aikuisten näkökulmasta. Vastaamme kysymykseen siitä, minkälaisia näkemyksiä nuorisotyöntekijöillä ja nuorilla aikuisilla on kohdennetun nuorisotyön mahdollisuuksista vähentää yksinäisyyttä ja edistää vertaissuhteiden muodostumista. Tarkastelemme näkemyksiä teoriaohjaavasti aikaisemmassa tutkimuksessa esitettyjen ja yksinäisyyden vähentämiseen tähtävien interventioiden näkökulmasta.

Vaikka kohdennetuilta palveluilta odotetaan ensi sijassa nuorten aikuisten aseman parantamista suhteessa koulutusjärjestelmään ja työmarkkinoihin, sen puitteissa pyritään myös hyvinvoinnin edistämiseen (Aaltonen ym. 2015). Hyvinvoinnin seuraaminen, raportointi ja sen edistäminen ovat osa kuntien ja valtion lakisääteisiä tehtäviä (esim. Kuntalaki 410/2015, § 37; Terveydenhuoltolaki 1326/2010, § 12). Yksinäisyyden lieventäminen voidaan nähdä yksilöiden kannalta keskeisenä hyvinvoinnin edistämisenä, joka ei kuitenkaan itsestään selvästi sijoitu minkään sosiaali- ja terveystalouden toimenkuvaan. Tästä syystä kohdennettua nuorisotyötä on perusteltua tarkastella laajemmista näkökulmista.

Yksinäisyyden vähentäminen nuorten palveluissa

Yksinäisyys (*loneliness*) viittaa yksilön kielteiseen kokemukseen hänen sosiaalisten suhteidensa riittämättömyydestä tai huonosta laa-

dusta (Weiss 1973). Tällä tavoin yksinäisyys eroaa esimerkiksi sosiaalisesta eristäytynäisyydestä (*social isolation*) ja yksin olemisesta (*solitude*). Edellinen viittaa objektiiviseen tai ulkoiseen arvioon ihmissuhteiden niukkuudesta ja jälkimmäinen mahdollisesti myös myönteiseen kokemukseen omasta tilasta. (Kangasniemi 2008.) Nuori aikuisuus elämänvaiheena luo erityiset puitteet yksinäisyyden kokemukselle. Tähän elämänvaiheeseen sisältyy oletus taloudellisesta itsenäistymisestä suhteessa lapsuuden kotiin; omilleen ja kenties toiselle paikkakunnalle muuttaminen, uusien sosiaalisten suhteiden muodostaminen erityisesti parisuhteen ja mahdollisesti perheen perustamisen muodossa sekä oman opiskelualan tai ammatin löytäminen. Nämä siirtymät voivat lisätä riskiä kokea yksinäisyyttä. (Hawkey ym. 2003; Zarrett & Eccles 2006; Rönkä 2017.)

Nuorille aikuisille kohdennetuissa palveluissa yksinäisyyden vähentämiseen liittyvää toimintaa voi kuvata toteutettujen menetelmien kautta. Yksinäisyyden vähentämiseen tähtäviä interventioita tarkastellen meta-analyysin mukaan vaikuttavia menetelmiä ovat olleet 1) sosiaalisten taitojen kehittäminen, 2) sosiaalisen tuen vahvistaminen, 3) vuorovaikutusmahdollisuuksien tarjoaminen ja 4) yksinäisyyteen liittyvien kielteisten ajattelumallien käsittely. (Masi ym. 2011; ks. myös McWhirter 1990; Juntila 2018.)

Sosiaalisten taitojen kehittäminen viittaa menetelmiin, joilla pyritään parantamaan ihmisten vuorovaikutustaitoja, kuten esimerkiksi keskustelukumppanin huomioimista ja ei-sanallista viestintää. Sosiaalisen tuen vahvistamiseen tähtäävät interventiot ovat tyypillisesti sisältäneet ammatillista hoivaa ja säännöllisiä kohtaamisia. Vuorovaikutusmahdollisuuksien tarjoaminen on puolestaan tarkoittanut erilaisiin harrastus- ja keskusteluryhmiin osallistumista. Kielteisten ajattelumallien käsittely viittaa pääasiassa ”kog-

nitiiviseen käyttäytymisterapiaan” (ks. esim. Butler ym. 2006; Cacioppo ym. 2015), jossa pyritään tunnistamaan ja muuttamaan sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyviä kielteisiä tunteita ja ennakkokäsityksiä. (Masi ym. 2011.)

Edelliset yksinäisyyden lievittämiseen tähtäävät menetelmät perustuvat joko yksilöohjaukseen ja -terapiaan tai ryhmätoimintoihin. Siitä huolimatta, että suomalaisen kohdenetun nuorisotyön julkilausutut tavoitteet liittyvät tyypillisesti kouluttautumisen ja työllistymisen edistämiseen, on myös sen piirissä hyödynnetty vastaavanlaisia menetelmiä – toki varsinainen terapia pois lukien.

Etsivä nuorisotyö ymmärretään niin kentällä kuin lainsäädännössäkin yksilölähtöiseksi toiminnaksi, jossa etsivä nuorisotyöntekijä pyrkii tavoittamaan tuen tarpeessa olevia nuoria ja auttamaan heitä palveluiden ja tuen pariin (Puuronen 2014; Kuure 2015, ks. myös Andersson 2018). Anne Puurosen (emt. 97) tutkimuksen mukaan etsivän nuorisotyön kentällä on ensisijaisena tehtävänä pidetty nuoren luottohenkilönä toimimista, jolloin tärkeintä on ollut vahvistaa tämän valmiuksia ja itsenäisyyttä. Tarja Juvonen (2015, 48) puolestaan pitää etsivän työn tehtävänä nuoren osattomuuden kääntämistä osallisuudeksi. Myös Juvoselle (emt. 103) etsivän nuorisotyön ytimessä on yksilölähtöisyys, jossa nuorta pitkäkestoisesti tukeva ammattilainen vahvistaa nuoren toimijuutta. Toisaalta etsivät nuorisotyöntekijät kuvaavat toimintansa tarkoituksiksi myös nuoren saattamisen osaksi jotain ryhmää. Tällaisesta osallisuuden edistämisestä kertovat etsivän työn puitteissa järjestetyt pienryhmätoiminnot. (Puuronen 2014, 31.) Puuronen on kuvannut etsivien nuorisotyöntekijöiden huolta koskien joidenkin nuorten aikuisten kykyä toimia ryhmissä. Tästä syystä etsivässä työssä olisi yksilöohjauksen ohella tärkeää tarjota mahdollisuuksia osallistua ryhmätoimintoihin nuorille mielekkäillä tavoilla. (Puuronen 2014, 99.)

Etsivän nuorisotyön tapaan myös ohjaamotoiminnan painopiste on yksilöohjauksessa ja -neuvonnassa, jonka tavoitteena on parantaa alle 30-vuotiaiden nuorten asemaa työ- ja koulutusmarkkinoilla. Tämän lisäksi ohjaamotoiminnassa annetaan apua arkeen ja vapaa-aikaan liittyvissä kysymyksissä. Pyrkimyksenä on tarjota helposti lähestyttävä palvelupiste, josta voi tavoittaa useiden alojen ammattilaisia ja virastojen edustajia. (Määttä 2018.) Toiviainen (2018, 46–47) on ohjaamotoimintaa käsittelevässä tutkimuksessaan nostanut keskeiseksi kysymykseksi sen, miten yksilöohjausta painottavissa palveluissa voidaan tukea nuorten sosiaalista verkostoa ja tarjota hänelle ryhmään kuulumisen kokemuksia. Toivaiainen (ent. Mäkinen) toisen tutkimuksen (Mäkinen & Vanhalakka-Ruoho 2018) mukaan ohjaamotoiminnan kautta muodostuneet vertaisyhteisöt mahdollistivat nuorten kuuluvuuden tunteiden kehittymisen ja sosiaalisen tuen saamisen.

Nuorten aikuisten työpajatoiminnan ytimessä on työpajan tarjoama yhteisö, ja toiminta on etsivää työtä ja ohjaamoja ryhmälähtöisempää. Työpajoissa nuoret aikuiset viettävät yleensä noin viisi tuntia joka arkipäivä. Matilda Wrede-Jäntin (2018, 84) mukaan yksi työpajojen tärkeimmistä tehtävistä on auttaa nuorta aikuista vahvistumaan sosiaalisesti. Wrede-Jäntin (2018, 87) tutkimuksessa työpajanuoret kuvasivat työpajojen tärkeimmiksi anneiksi suhde pohjaisen tuen ja osallisuuden tunteen. Kyse on Wrede-Jäntin (2018) mukaan nuorten aikuisten kohtaamisesta yksilöinä sekä mahdollisuudesta kokea itsensä tärkeäksi ryhmän jäseneksi. Samansuuntaisia määrällisiä tuloksia työpajojen merkityksestä nuorille aikuisille on saatu myös Työpajayhdistyksen tekemässä kyselyssä (ks. Kinnunen 2016). Lisäksi Kaija Hänninen (2014) ja Jaana Lähteenmaa (2014) ovat tuoneet tutkimuksissaan esille, kuinka nuoret pitivät työpajatoiminnassa tärkeänä sosiaaliin

suhteisiin ja ryhmään kuulumiseen liittyviä merkityksiä.

Aikaisemman tutkimuksen perusteella on toisin sanoen ilmeistä, että kohdennetun nuorisotyön piirissä olevien nuorten aikuisten sosiaalisiin suhteisiin on syytä kiinnittää huomiota. Kohdennettujen palvelujen yksilö- ja ryhmälähtöiset menetelmät näyttävät kietoutuvan yhteen ja parhaimmassa tapauksessa ne tukevat monipuolisesti nuoren hyvinvointia. Vaikuttavien ja yksinäisyyttä lievittävien menetelmien näkökulmasta (Masi ym. 2011) kohdennetussa nuorisotyössä korostuvat yksilölähtöiset menetelmät ja siten erityisesti sosiaalisen tuen vahvistaminen, mutta kenties myös sosiaalisten taitojen kehittäminen nuorisotyöntekijän ohjauksessa. Kohdennettujen palvelujen ryhmälähtöiset menetelmät ovat puolestaan jo itsessään vuorovaikutusmahdollisuuksien tarjoamista. Samalla ohjattu vertaisryhmätoiminta voi edistää sosiaalisten taitojen kehittymistä.

Kirjallisuuden valossa on yhtä lailla ilmeistä, että kohdennetussa nuorisotyössä on myös käyttämätöntä potentiaalia yksinäisyyden lievittämiseksi. Suomalaisen kohdennetun nuorisotyön ryhmälähtöiset sovellukset tarkoittavat useimmiten nuorten aikuisten kiinnittämistä palvelujen piirissä oleviin vertaisryhmiin. Kansainvälisessä tutkimuksessa on tuotu kenties vahvemmin esille nuorisotyöntekijöiden laajempaa mahdollistajan roolia suhteessa nuorten sosiaalisiin suhteisiin. Näiden tutkimusten mukaan nuorisotyöntekijät voivat rohkaista nuoria aikuisia ja avata mahdollisuuksia osallistua monenlaisten lähiyhteisöjen toimintaan. (Jarrett ym. 2005; Miller ym. 2015.) Lisäksi kohdennetussa nuorisotyössä on hyödynnetty varsin niukasti verkkoyhteisöjen mahdollisuuksia esimerkiksi sellaisten nuorten aikuisten kohdalla, joilla on huonoja kokemuksia kasvokkaisesta vuorovaikutuksesta (Kivijärvi ym. 2019).

Yksilölähtöisempien menetelmien kohdalla on huomioitava, että nuorisotyöntekijät

eivät ole psykologeja eikä heidän voi olettaa kykenevän kielteisten ajattelumallien muuttamiseen terapeuttisina menetelmin. Tästä huolimatta kohdennetun nuorisotyön tehtävänä pidetään ihmisten ohjaamista sellaisten palvelujen piiriin, joihin he ovat oikeutettuja tai joista he hyötyvät (Puuronen 2014; Määttä 2018). Tämä koskee myös mielenterveyspalveluja.

Tutkimuksen aineisto ja analyysi

Artikkelin taustalla on *Osallistava terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen* (PROMEQ)-konsortiohanke² (Strategisen tutkimuksen neuvosto 2016–2019) ja sen Nuorisotutkimusverkostossa toteutettu alahanke (hankenumero 303615/303650). Alahankkeessa on kerätty sekä määrällisiä että laadullisia aineistoja ensisijaisena pyrkimyksenä tuottaa tietoa nuorten aikuisten hyvinvoinnista ja arvioida kohdennetun nuorisotyön ohessa toteutettua verkkoryhmäkokeilua. Yhteistyökumppaneina ovat olleet nuorisotoimet kolmessa kaupungissa: Jyväskylässä (nuorten työpajat), Kouvolassa (nuorten työpajat, avoin pajatoiminta, etsivä työ ja Ohjaamo) ja Vantaalla (etsivä työ ja Ohjaamo).

Hankkeen lähtökohtana oli ajatus moderoitusta ja anonymista verkkoryhmästä, joka toimisi kasvokkaisen yksilöohjauksen rinnalla ja tarjoaisi mahdollisuuden keskustella vertaisten kanssa turvallisessa ympäristössä. Kaikkien kolmen kaupungin työntekijöiden kanssa käytiin ryhmäkeskusteluja (n=29) asiakkaina olevien nuorten aikuisten elämäntilanteista ja tarpeista. Näissä keskusteluissa nuorisotyöntekijät ymmärrettiin asiantuntijoina, joilla on sekä tietoa nuorista palvelujen käyttäjinä että omakohtaisia kokemuksia ja tulkintoja heidän tilanteestaan (Alastalo & Åkerman 2010). Keskusteluissa myös ideoitii yhdessä kokeilun sisältöjä ja käytännön toteutusta

sekä pyrittiin tunnistamaan ennalta mahdollisia ongelmakohtia (esim. miten puuttua mahdolliseen kiusaamiseen verkkoryhmässä).

Palvelujen piirissä olleille nuorille aikuisille (n=16) järjestettiin kaksi avointa tilaisuutta, joissa toiminnallisten tehtävien ja keskustelujen kautta tarkennettiin niitä hyvinvoinnin osa-alueita, joihin erityisesti kaivattiin tukea. Lisäksi tiedusteltiin osallistujien näkemyksiä verkon käytöstä ja suunnitellun kokeilun mielekkyydestä. Osallistujat olivat nuorisotyöntekijöiden rekrytoimia, emmekä keränneet heidän henkilötietojaan.

Edellisten keskustelujen jälkeen kaikilla tutkimuspaikkakunnilla haastateltiin 147:ää 16–30-vuotiasta nuorta aikuista kyselylomakkeen avulla. Lomakkeessa kysyttiin vastaajien elinoloista ja koetusta hyvinvoinnista. Haastattelun lopuksi kysyttiin halukkuutta osallistua verkkoryhmätoimintaan ja 91 kaikista vastanneista oli alustavasti kiinnostunut tästä mahdollisuudesta. Verkkoryhmistä olivat kiinnostuneet erityisesti ne, jotka kokivat verrattain usein yksinäisyyttä, kärsivät hyvinvoinnin vajeista ja käyttivät runsaasti sosiaalista mediaa (ks. tarkemmin Kivijärvi ym. 2019).

Vastaajat arvottiin koe- ja kontrolliryhmiin, minkä jälkeen 41 nuorta aikuista osallistui neljään erilliseen anonyymiin ja moderoituun ryhmään. Verkkokeskustelut toteutettiin hyvinvoinnin tukemista painottavalla Heimo-alustalla (<https://heimo.co/>).

Verkkokeskustelut kestivät yhdeksän viikkoa ja noudattivat etukäteen suunniteltua viikko-ohjelmaa, jossa jokaiselle viikolle oli nimetty teema, esimerkiksi yksinäisyys, ystävyys, harrastukset ja palvelukokemukset. Maanantai aloitettiin teemaan liittyvällä kysymyksellä, keskiviikkona esitettiin toinen kysymys tai pyyntö ja aiheen käsittely suljettiin perjantaina toivottamalla hyvää viikonloppua. Päiväkohtaiset syötteet olivat valmiita lauseita ja linkkejä, mutta työntekijät muokkasivat

sanamuotoja oman ajankäyttönsä ja kiinnostuksensa puitteissa. Kutakin ryhmää moderoi kaksi työntekijää ja kahdessa jälkimmäisessä ryhmässä oli mukana myös vertaismoderattori, joka oli joku ensimmäisissä ryhmissä aktiivisesti keskustelleista nuorista. Kolme tutkijaa³ toimivat lähinnä sivustaseuraaajina, mutta ajoittain myös kommentoijina. Verkkoryhmätoiminnan jälkeen kaikkia ensimmäiseen haastatteluun osallistuneita pyydettiin vastaamaan seurantakyselyyn.

Tässä artikkelissa hyödynnetään hankkeen laadullisia aineistoja: työntekijöiden kanssa käytyjä ryhmäkeskusteluja sekä nuorten aikuisten työpajakeskusteluja ja verkkokeskusteluja. Hankkeen hyvinvoinnin mittaamista ja verkkoryhmätoiminnan soveltuvuutta koskevat, paljolti määrällisiin analyyseihin perustuvat tulokset on julkaistu toisaalla (Aaltonen ym. 2018; Kivijärvi ym. 2018; 2019).

Nuorisotyöntekijöiden ryhmäkeskustelut ja nuorten aikuisten työpajakeskustelut litteroitiin ja verkkokeskustelut tallennettiin tekstimuodossa yhdeksi tiedostoksi. Aineistoja luettiin aluksi kokonaisuuksina, minkä jälkeen niitä analysoitiin teemoittain niin, että kaikista aineistoista⁴ eroteltiin ryhmätoimintaan, yksinäisyyteen ja vertais- sekä verkkososiaalisuuteen liittyvät puheenvuorot. Aineistokatkelmia luettiin rinnakkain ja peilattiin toisiinsa keskittymällä työntekijöiden ja nuorten näkemysten yhtäläisyyksiin ja eroavaisuuksiin.

Edellä mainitun Masin ja kumppaneiden (2011) meta-analyysin jäsenysten avulla toteutetussa teoriaohjaavassa analyysissä kiinnitettiin huomiota työntekijöiden ja nuorten näkemyksiin yksinäisyyden vähentämisen mahdollisuuksista kohdennetussa nuorisotyössä. Meta-analyysissä eriteltyjä yksinäisyyden vähentämiskeinoja analysoitiin suhteessa työntekijöiden ja nuorten kanssa käytyihin keskusteluihin. Valtaosa keskusteluista käytiin tutkijoiden tarjoamassa kehyksessä: nuori-

sotyöntekijät ja nuoret joko kommentoivat hankesuunnitelmaa tai nuoret vastasivat tutkijoiden suunnittelemiin keskustelunaloitukseen verkkoympäristössä. Tutkijalähtöisyydestä, erilaisista tuotantoehdoista ja aineistojen erityispiirteistä huolimatta aineisto- ja tutkijatriangulaation (esim. Eskola & Suoranta 1998) avulla on pyritty tarkastelemaan monipuolisesti yksinäisyyden lievittämistä aiemmin nuorten palveluissa vähälle huomiolle jääneistä näkökulmista.

Nuorisotyöntekijät: yksilöohjaus ja ensimmäiset askeleet

Kohdennetun nuorisotyön palveluille on yhteistä se, että niissä pyritään tukemaan työn ja koulutuksen ulkopuolella olevia nuoria tavalla tai toisella. Palvelut kuitenkin erosivat toisistaan siinä, missä määrin niissä painotettiin ryhmätoimintaa ja hyvinvoinnin tukemista, kuten yksinäisyyden lieventämistä, ja missä määrin taas yksilöllistä aktivointia työhön ja koulutukseen. Ohjaamoissa kontakti nuoreen saattoi olla lyhyt – ”pääsääntöisesti semmosta kertaluontoista käyntiä” – kun taas pajoilla ja etsivässä nuorisotyössä kontakti nuoren ja ohjaajan välillä jatkui usein ainakin muutaman kuukauden (ks. Aaltonen & Kivijärvi 2018). Vastaavasti kaikki palvelut pyrkivät tukemaan yksilöllisiä polkuja, mutta kun Ohjaamot ja etsivä nuorisotyö tarjosivat pääsääntöisesti yksilölähtöistä ohjausta ja tukea nuorten aikuisten ja ohjaajien välisissä kohtaamisissa, työpajoilla nuoret aikuiset olivat myös osa ryhmää. Kyse on toki painotuksista, sillä Ohjaamoissakin tarjottiin ryhmäohjausta esimerkiksi CV:n teossa, ja etsivän nuorisotyön puitteissa järjestettiin sähkökerhoja ja myös työpajatyypistä työskentelyä. Varsinainen ryhmäulottuvuus saattoi kuitenkin jäädä ohueksi myös työpajatoiminnassa, mistä kertoo erään työpajaohjaajan pohdinta siitä,

kuinka nuoret kommunikoivat lähinnä ohjaajien kanssa muiden nuorten sijaan.

Työntekijät tunnistivat yksinäisyyden ja vaikeudet sosiaalisissa suhteissa yleiseksi ongelmaksi, johon he pyrkivät puuttumaan yksilöohjauksen keinoin. Erityisesti etsivän työn lähtökohdaksi määrittyi pitkäjänteinen luottamussuhteen rakentaminen ammattilaisen ja nuoren aikuisen välillä, mikä mahdollisti kotoa poistumisen, virastoissa asioimisen ja vaikkapa kahvilla käymisen julkisessa tilassa yhdessä turvallisen aikuisen kanssa. Joidenkin työntekijöiden mukaan kyse oli näin ollen paljolti ensimmäisten askeleiden ottamisesta suhteessa vertaissosiaalisuuteen tai nuoren saattamisesta ryhmätoimintojen pariin. Kaikilla nuorilla ei nähty olevan välittömiä valmiuksia osallistua ryhmätoimintaan esimerkiksi mielenterveyden ongelmien tai rankkojen koulukiusaamiskokemusten vuoksi: ”Me tehdään aika paljon etsiväs työssä sitä yksilötyötä ja se se oikeesti vaatii paljon, että se nuori on jonkinmoises ryhmäkunnossa.” Yksinäisyyden vähentäminen määrittyi työntekijöiden tarjoamaksi tueksi, jonka pyrkimyksenä oli auttaa kuntoutuksessa ja altistaa nuoria aikuisia sosiaalisille tilanteille ja suhteille.

Sen lisäksi, että nuorten ei arvioitu olevan ”ryhmäkunnossa”, ryhmätoiminnan järjestäminen ja ryhmien kokoaminen koettiin hankalana ja jopa turhauttavana yrittämisten ja epäonnistumisten vuorotteluna. Nuorisotyö perustuu vapaaehtoisuuteen ja työntekijät kertoivat kyllä markkinoivansa ulkopuolistenkin tahojen järjestämiä ryhmiä, mutta niihin ei kuitenkaan tartuttu ”vaikka ois kuinka hieno paketti”. Samaten itse järjestettyjen pienryhmien sosiaalisuus tuntui kuivuvan kokoon, ja jos ryhmä syntyikin, se ei näyttänyt syventyvän ”jakamiseksi” asti.

Nuorisotyöntekijä1: Meil on yritetty jopa neljän hengen ryhmää järjestää. Sekään ei välttämättä on-

nistu. Elikkä ihan etsitään samantyyppisiä nuoria, vaikka että heillä on ihan kaikilla koiria tai kissoja tai jotakin sen kautta.

Nuorisotyöntekijä2: Nii ei kavereita ollenkaan.

Nuorisotyöntekijä1: Et mutta, tai ne tykkää, pojat esimerkiksi kalastamisesta, et sitten nekin jotenkin yritetty, että veneretki meillä oli ihan ajateltu järjestämään, mut sekään ei onnistunut. Et sitten ihan viimeisenä melkeen päivänä kaikki ilmoitti, ettei pääse tulemaan.

Esimerkiksi yrittäny saada niinku yhteen ja samantyyppisiä ihmisiä ja menty heiän kaa kolmestaan, tottakai ensin kysytty että et et kiinnostaisko lähteä yhen mukavan kaverin kanssa heittelee frisbeegolfia tai mitä tahansa, niin tota ne on toiminu ihan hyvin, mut sitte se, se tota sellanen jakaminen ja niinku yhteisist kokemuksist puhuminen ja tällanen, niin se, tota, se on aikamoisen kynnyksen [takana] siinä.

Yksinäisyyteen puuttumisen kipukohdaksi nähtiin se, että sosiaalisten kontaktien pohjaksi tarvittiin vahva yhteinen nimittäjä, jotta se voisi tarjota jotain sellaista, mitä yksilöohjaus ei jo tarjoaisi. Kuten edellisestäkkin lainauksessa tuli ilmi, yhteen pyrittiin saattamaan ”samantyyppisiä ihmisiä”, joilla voisi kuvitella olevan samanlaisia kiinnostuksen kohteita, mutta aina tämäkään ei tuottanut tulosta. Ilman yhdistävää tekijää ja motivoiminen ryhmään osallistumiseen nähtiin erityisen vaikeana. Paradoksaalisesti yksinäisyys saattoi olla jotain sellaista, josta monella oli kokemusta, mutta jonka ei ajateltu toimivan ihmisiä yhdistävänä tekijänä.

Nuorisotyöntekijä1: Mut ei se ihan näin, että sä oot yksinäinen, minäkin myös yksinäinen, ollaan kavereita. [naurua]

Nuorisotyöntekijä2: Ollaan yhdessä yksin. Haluan ko liittyä yksinäisten ryhmään? [naurua]

Erityisesti tutkijoiden esittämään ideaan verkkopohjaisesta ryhmätoiminnasta liitettiin epäilyksiä osittain edellisiin syihin vedoten ja osittain myös siksi, että palveluissa olevat nuoret aikuiset eivät olleet ilmaisseet tarvetta uudenlaiseen toimintamuotoon.

Ei oo ainakaan meiän korviin sellasta huutavaa pulaa, että tällanen [verkkoryhmä] nyt tarvittais, et ku se on niin kuitenkin henkilökohtasta työtä ja näin pois päin.

Verkkosovelluksia hyödynnettiin päivittäisessä työssä tiedottamiseen tai kahdenvälisten viestien vaihtoon kasvokkaisen yksilöohjauksen jatkeena. Verkkososiaalisuuden nähtiin olevan kuitenkin pitkälti nuorten oma alue, jossa rakennettiin omanlaista henkilöhistoriaa, identiteettejä ja yhteisöjä, joista jotkut nuorisotyöntekijät tunnustivat jääneensä tai jättäytyneensä ulkopuolelle. Tutkijoiden esittämässä ideassa huolettivat ne tietosuojaja ja yksityisyyskysymykset, joita uusi yhteydenpilotapa avaisi. Keskusteluissa nousi esiin huoli myös siitä, että aikuiset liittäisivät yhteen huonosti voivia nuoria tilassa, jossa ammattilaisten valvonta ei ole jatkuvaa. Työntekijät pohtivat vastuukysymyksiä tavalla, jossa nuoret nähtiin uhkana toisilleen joko kiusaamisen tai itsetuhoisuuteen yllyttämisen tai sen tarttumisen takia (ks. Hendry ym. 2017).

Nuorisotyöntekijä1: Jos siellä sitten joku nuorista pistää siellä viestiä, että nyt on se päivä, kun aukeaa ranteet, niin kuka siihen reagoi. Ja sitten, taikka siten sieltä toinen vastaa, että helvetin hyvä homma, että vedä vaan, niin kuka siitä sitten on vastuussa esimerkiksi, että täähän voi tapahtua sitten keskellä yötä tai viikonloppuna ja ohjaajat tai jompikumpi teistä näkee sen vasta maanantaina ja tilanne voi olla ikävälläkin tavalla ohi sitte, et kuka niihin niinku reagoi ja kuka niistä ottaa sitten vastuun.

Nuorisotyöntekijä2: Siinä voi syntyä hankalia tilanteita.

Tästä näkökulmasta virtuaaliympäristössä tapahtuva ryhmätoiminta näyttäytyi riskialttiina ja ennakoimattomana. Suositeltavampana ja turvallisempaan tapaan harjoitella sosiaalisuutta pidettiin aikuisten ammattilaisten aikaan ja paikkaan sidottua tukea. Ennen kaikkea tämänkaltaisen tuen nähtiin edistävän yleisemmin nuorten aikuisten elämien saamis-

ta toivottavaan järjestykseen. Toisin sanoen kohdennetun työn mahdollisuudet lievittää yksinäisyyttä ja kiinnittää nuoria aikuisia ryhmiin tarjoamalla sosiaalisia mahdollisuuksia olivat nuorisotyöntekijöiden näkökulmasta melko rajalliset. Ne perustuivat sosiaalisten taitojen vahvistamiseen ja sosiaalisen tuen antamiseen (Masi ym. 2011), käytännössä pienten askeleiden ottamiseen, kuten kotoa poistumiseen yhdessä ammattilaisen kanssa.

Nuoret aikuiset: yksilötukea ja ryhmätoiminnan mahdollisuuksia

PROMEQ-alahankkeen aineistojen valossa on ilmeistä, että yksinäisyyden kokemus ja vertaisyhteisöjen puute ovat todellisia ongelmia monille tutkimuksemme osallistuneista nuorista aikuisista (ks. Kivijärvi 2019). Esimerkiksi nuorille järjestettyihin keskustelutilaisuuksiin osallistuneiden tyypillisimmät⁵ huolenaiheet liittyivät yksinäisyyteen ja sosiaalisen tuen tarpeisiin. Valtaosa kuitenkin näki yksinäisyyden asiana, jota voi ja on syytä pyrkiä lievittämään.

Nuorten verkkokeskusteluissa tuotiin esille yhteneväisiä kantoja nuorisotyöntekijöiden kanssa. Erityisesti etsivän nuorisotyön yksilöohjaus koettiin tärkeäksi yksinäisyyden lievittäjäksi juuri ensimmäisten askeleiden ottamisen mielessä. Nuoret aikuiset kirjoittivat siitä, kuinka ohjaajan antaman sosiaalisen tuen avulla he uskaltautuivat helpommin uusiin ja kodin ulkopuolisiin sosiaalisiin tilanteisiin. Tämän nähtiin madaltavan kynnystä osallistua ryhmätoimintaan, jolloin tutustuminen muihin nuoriin aikuisiin tuli mahdolliseksi. Etsivien roolia painotettiin erityisesti silloin, kun sosiaalisiin tilanteisiin menemisen kynnyksen oli ehtinyt muodostua korkeaksi. Näin ollen myös etsivälle työlle ominainen yksilöohjaus sosiaalisen tuen muodossa voi

olla hyödyllistä yksinäisyyden lievittämisen näkökulmasta.

Tuki itellä ainakin auttoi tuo etsivä työ toiminta yksinäisyyteen jonkun verran edelleen tunnen yksinäisyyttä mutta se on vähentynyt vuosien varrella varsinkin kun on tullut pari kaveria jotka tykkää samoista asioista (not sure how but I'm glad they did). Mutta aloituksen yksinäisyyden vähenemiseen on auttanut omalla kohalla etsivät/tukihenkilöt ihan perus ”kahvilla” käynnit ovat auttaneet minua. Introvertti piirteet saattaa hankaloittaa itselläni ryhmiin menossa varsinkin isot ryhmät mutta tuki(tuttu ystävä tai tukihenkilö/etsivä jne.) helpottaa lähtöä edes tutustumaan :)

Yksilöohjauksen ohella kohdennettujen palvelujen ryhmätoiminnot koettiin tärkeiksi mahdollisuuksiksi. Nuoret aikuiset kertoivat verkkoryhmissä esimerkkejä siitä, kuinka he olivat löytäneet erilaisten työpajojen ja muun ryhmätoimintaan perustuvan toiminnan kautta uusia tuttavuuksia, ystäviä ja kumppaneitakin. Nuorten palvelut tavoittavat ihmisiä, jotka ovat samanlaisessa elämänvaiheessa. Kuten Wrede-Jäntti (2018, 87) esittää artikkelissaan, työpajat voivat tarjota nuorille aikuisille heidän sosiaalista osallistumistaan helpottavan vertaiskokemuksen siitä, etteivät he ole yksin heidän poikkeavassa elämäntilanteessaan. Erityisesti harrastuksiin liittyvä ryhmätoiminta ja tiettyyn alaan valmentava työpajatoiminta voivat yhdistää työn ja koulutusjärjestelmän ulkopuolelle ainakin väliaikaisesti jääneitä. Toisin sanoen kohdennetut palvelut voivat yhtäältä paikata yhteisöelämän aukkoja, joita syntyy, kun ei ole osa työ- tai opiskeluyhteisöä ja toisaalta mahdollistaa harrastusryhmiin osallistumisen ilman kalliita osallistumismaksuja.

Viimeksi uuden ystävän olen saanut nuorten työpajalta. Myös seurustelukumppani löytyi sieltä :D. Uskon, että jotta voisit löytää juuri sinulle sopivia ihmissuhteita, kannattaa hakeutua sellaisiin paikkoihin ja aktiviteetteihin, josta todennäköisemmin löytää samanhenkisiä ihmisiä

Edellä kuvatuista hyvistä kokemuksista huolimatta läheskään kaikki nuoret aikuiset eivät olleet löytäneet apua yksinäisyyteensä kohdennetun nuorisotyön palvelurepertuaarista.

No mulla on esimerkiksi täl hetkellä itelläni voin ihan avoimesti sanoa et semmonen ongelma et mä oon muuttanut tänne toukokuun alussa et mä en oo täällä [anonymisoitu] alueella sen pidempään asunut. Mun kaikki kaverit on jäänyt tietenkin sinne aikasempaan asuinalueelle ja vähän sinne radanvarrelle. Jos mä yritän ettii täältä uusia kavereita, niin mä koko kesän oikeesti pommitin ohjaamaa, mä pommitin nuorisopalveluita ja ties mitä. Et mä menin kysymään kaikkialta et mis täällä on jotain ryhmätoimintaa. Et mä yritin niinku päästä sinne löytämään niitä samanhenkisiä ihmisiä et oli vaikee... Koska jos et sä oo siis koulussa tai töissä tai missään, niin et sä et oo missään, niin sun on tosi vaikee löytää sosiaalisia kontakteja uudesta paikasta. (Nuorten keskustelutilaisuus, syksy 2016)

Tässä suhteessa nuorten aikuisten palveluja voinee kehittää soveltamalla sellaisia menetelmiä, joiden kautta entistä useammalle avautuu mahdollisuuksia sosiaaliin kohtaamisiin (ks. tarkemmin Kivijärvi ym. 2019; Miller ym. 2015). Tutkimuksen puitteissa järjestetyissä työpajakeskusteluissa suhtauduttiinkin varsin myönteisesti tutkijoiden esittämään ajatuksen verkkoryhmätoiminnasta. Menetelmän toivottiin avaavan matalan kynnyksen mahdollisuuksia tutustua uusiin ihmisiin, ennen kaikkea toisiin nuoriin aikuisiin, kuten käy ilmi seuraavista työpajassa esitetyistä kommentteista.

Et sellai niinku olis kiva et olis just tällasii et olis tämmösiä jonkunlaisii ryhmiä et mis vois sit niinku anonymisti keskustella ja kysyä, ettii periaatteessa jo sitten kavereita ja tämmöstä. Et joku tommonen.

Tossakin ois vielä hyvä et vaikka se ois joku iso ryhmächatti mut sä pystyisit kuitenkin siellä olla ja jutella jonkun kaa kahestaankin et se ei ois vaan semmonen iso ryhmä. Et jos toi tyyppi ois just semmonen kenen vaan mä haluaisin kavereeraa niin sit se ois et hei, pystyttyäiskö jutella vaik kahestaa tai et hei, voidaanks me jotenkin niinku nähä tai jotain?

Aikaisemmassa tutkimuksessa internet on nähty tärkeäksi väyläksi ylläpitää sosiaalisia suhteita työn ja koulutuksen ulkopuolella (Feuls ym. 2014). Verkko ja sen monet alustat voivat kompensoida sosiaalisten mahdollisuuksien niukkuutta niillä, jotka ovat työ- ja opiskeluyhteisöjen ulkopuolella ja joilla on vaikeuksia uskaltautua kasvokkain ryhmiin mukaan (Kivijärvi ym. 2019). Nuoret aikuiset kertoivat erityisesti verkkoryhmissä siitä, kuinka tärkeänä he näkivät internetissä tapahtuvan verkkososiaalisuuden. Se oli auttanut niin kavereiden, ystävien kuin parisuhteen löytämisessä.

Viime vuonna tein lempibändini suomalaisille faneille sivut sosiaalisessa mediassa ja löysin sen kautta nopeasti paljon uusia kavereita ja tuttavialt tänä vuonna muutin yhteen yhden niistä kanssa. olen parhaimmat kaverit ennenkin yleensä saanut netistä samojen kiinnostuksen kohteiden kautta. viime vuosi auttoi mua paljon kun olin keskeyttänyt koulun ja melkein kaikki sosiaaliset kanssakäymiset jäi pois arkipäivästä.

Verkkoyhteisöt näyttäisivät tarjoavan joillekin sosiaalisia mahdollisuuksia (Masi ym. 2011), helposti saavutettavan alustan tutustua uusiin ihmisiin. Erityisesti tämä painottui niillä, jotka olivat kokeneet ulossulkemisia ja kiusaamista aikaisemmissa vertaissuhteissaan. Verkkovälitteisyyden tarjoama mahdollisuus anonymisyyteen oli helpottanut muutaman nuoren aikuisen mukaan henkilökohtaisten asioiden ja kokemusten jakamista. Tämä matalan kynnyksen mahdollisuus oli heidän tapauksessaan edistänyt uusien sosiaalisten suhteiden luomista.

Yksinäisyys on siitä jännä aihe, että ainakin itse tuntee välillä itsensä yksinäiseksi vaikka ympärillä on aika paljonkin ihmisiä. Internetissä on myös ollut helpompi ”ystävystyä” kuin normaalissa elämässä, kun voi jutella suhteellisen anonymisti. Siellä olen itse ainakin avautunut välillä ongelmista, joista en viitsisi oikean elämän kavereille puhua. Ei itsellän-

ikään ole kunnan ystäviä kuin internetin kautta, mutta onneksi siellä. Muuten olisin varmaan osa tuota pientä täysin yksinäistä joukkoa.

Toisaalta myös nuoret aikuiset tunnistivat riskejä verkkososiaalisuudessa. Riskit liittyivät erityisesti luottamuksen puutteisiin tilanteissa, joissa muutkin verkkofoorumien käyttäjät olivat anonyymejä. Verkkososiaalisuutta kohtaan esitettiin kritiikkiä myös siitä näkökulmasta, että verkossa luodut sosiaaliset suhteet olivat tyypillisesti heikompia kuin kasvokkaiset.

Nettipalveluiden hyvä puoli on mielestäni se, että se tarjoaa mahdollisuuden tutustumiseen ihmisille, joille uusien ihmisten tapaaminen ja tutustuminen kasvokkain on ahdistavaa tai joihin ei muuten millään törmäisi, kuten vaikka toiselta paikkakunnalta olevat ihmiset tai sellaiset henkilöt, jotka eivät juurikaan ”käy ulkona”. Haittapuolena on tietysti se, että netissä on helppo valehdella ja henkilökohtaisten tietojen antamisessa ja ekojen treffien sopimisessa kannattaakin olla tarkkana.

Edellisistä varauksista huolimatta verkkokeskustelijat näkivät internetin tarjoaman sosiaalisuuden enemmän mahdollisuutena kuin uhkana. Erityisesti verkkovälitteisyys näyttäytyi nuorille mahdollisuutena muodostaa uusia sosiaalisia suhteita.

Johtopäätökset

Olemme yllä tarkastelleet nuorisotyöntekijöiden ja nuorten aikuisten näkemyksiä yksinäisyyden lievittämisestä kohdennettujen nuorisopalvelujen kehityksessä. Vaikka hyödyntämämme aineistot on kerätty osin eri konteksteissa ja tutkimukseen osallistuneet puhuvat niissä erilaisille yleisöille, on pyrkimyksemme ollut asettaa ammattilaisten ja nuorten näkökulmat rinnakkain.

Sekä ammattilaiset että nuoret aikuiset näkivät yksilöohjauksen mahdollisuudet yksinäi-

syyden lievittämisessä varsin samalla tavalla. Lisäksi kummatkin jakoivat näkemyksen, jonka mukaan sosiaalisuutta voi ruokkia saattamalla samoista asioista kiinnostuneita ihmisiä yhteen. Nuorisotyöntekijöiden ja nuorten aikuisten näkemysten eroavaisuudet liittyivät ryhmätoimintaan ja erityisesti verkkoalustoihin.

Moni nuorisotyöntekijä toi esille ryhmätoimintaan liittyviä ongelmia, lähtien jo siitä, että nuorten aikuisten keskinäinen vuorovaikutus saattoi olla vähäistä jaetuista tiloista huolimatta. Erityisesti erilaisten harrastusryhmien luomisessa koettiin vaikeaksi se, ettei nuoria aikuisia saada mukaan. Työntekijöiden puheessa saattoi aistia turhautumista epäonnistuneista yrityksistä saattaa nuoria yhteen. Tämä voi osaltaan selittää epäluuloja ryhmätoiminnan tarpeellisuutta kohtaan ja ehkäistä ryhmälähtöisten menetelmien pitkäjänteistä kehittämistä.

Nuoret aikuiset puolestaan kertoivat esimerkkejä siitä, kuinka he olivat onnistuneet löytämään erityisesti työpajoilta uusia tuttavuuksia, ystäviä ja kumppaneita. Onkin todennäköistä, että työpajat houkuttelevat erityisesti sosiaalisia mahdollisuuksia kaipaavia nuoria aikuisia. Nuorisotyöntekijöille osin tuntemattomana ja paikoin uhkanakin näyttäytynyt verkkososiaalisuus oli nuorille aikuisille sekä toteutunut että vielä toteutumaton mahdollisuus ystävyksien solmimisessa ja yksinäisyyden lievittämisessä. Verkkovälitteisen nuorisotyön merkitys tulee joka tapauksessa korostumaan tulevaisuudessa. Tämä koskettanee tiedottamisen ja yksilöohjauksen ohella myös ryhmälähtöisiä menetelmiä ja sosiaalisten mahdollisuuksien tarjoamista.

Masin ja kumppaneiden (2011) tekemän jaottelun avulla on mahdollista jäsentää ammattilaisten ja nuorten aikuisten näkemysten ulottuvuuksia. Nyt hyödynnettyjen aineistojen valossa kohdennetussa nuorisotyössä voidaan lievittää yksinäisyyttä monin tavoin. Sekä nuorisotyöntekijöiden että nuorten aikuisten mukaan yksilöohjauksessa on tärkeää

rakentaa luottamuksellinen suhde, vahvistaa toimintakykyä ja madaltaa kynnystä osallistua ryhmätoimintaan. Aiemmissä tutkimuksissa vaikuttaviksi havaituista menetelmistä kohdennettu nuorisotyö tarjoaa erityisesti yksilöohjauksellista sosiaalista tukea, mutta myös vuorovaikutusmahdollisuuksia ryhmälähtöisten menetelmien muodossa. Molempien sivutuotteena nuorten sosiaaliset taidot saattavat kehittyä, vaikka tästä ei ole aineistossa selkeitä mainintoja. Samalla aineistossa on niukasti viitteitä siitä, että nuorille aikuisille tarjotaisiin psykologien tai terapeuttien palveluja nimenomaan yksinäisyyteen liittyen, vaikka tapaamisissa on saatettu käsitellä myös kielteisiä ajatusmalleja.

Yksinäisyyden vähentämiseen liittyvien interventoiden (Masi ym. 2011) näkökulmasta olisi tärkeää, että yksinäisyyden lieventämisen erilaiset mahdollisuudet nähtäisiin nykyistä systemaattisemmin sekä yksilö- että ryhmälähtöisyyttä painottavissa nuorten palveluissa. Yksilölähtöisessä etsivässä nuorisotyössä ja ohjaamotoinnissa painottuvat erityisesti sosiaalisen tuen antaminen nuorille aikuisille. Ryhmälähtöisyyttä painottava työpaja taas kykenee tarjoamaan nuorelle aikuiselle laajemmin sosiaalisia mahdollisuuksia tutustua muihin samassa elämäntilanteessa oleviin. Yksinäisyyden vähentämisessä yksi tapa ei kuitenkaan sovi kaikille. Yhdellä yksinäisyyttä saattaa lievittää parhaiten yksilölähtöisen toiminnan kautta saatava sosiaalinen tuki, kun taas toinen kaipaa enemmän vertaisryhmästä löytyviä uusia sosiaalisia kontakteja.

Yksinäisyyden lievittämisen näkökulmasta lieneekin olennaista analysoida nykyistä tarkemmin yksilöohjauksen ja ryhmälähtöisempien menetelmien välisiä rajoja ja niiden ylittämisten mahdollisuuksia. Yksilöohjauksen tarjoama sosiaalinen tuki voi auttaa nuorta sopeutumaan ryhmälähtöisempään toimintaan paremmin. Myös aikaisemmassa tutkimuksessa (ks. esim. Lagus & Honkela

2016) on havaittu, että pitkään yksinäisyyttä kokeneen johdattaminen osaksi ryhmälähtöistä toimintaa ilman yksilölähtöisempää tukea saattaa syventää kokemusta. Nyt käytetyn aineiston valossa on epäselvää, miten onnistunut siirtyminen yksilölähtöisestä toiminnasta niin nuorisotyön piirissä organisoituihin ryhmätoimintoihin kuin erityisesti ulkopuolisiin ja epävirallisiin vertaisryhmiin tapahtuu. Nämä siirtymät ansaitsevat lisähuomiota kohdennetun nuorisotyön kentällä.

Nuorilta aikuisilta kerättyjen aineistojen valossa on joka tapauksessa selvää, että kohdennetussa nuorisotyössä on käyttämätöntä potentiaalia erityisesti ryhmämuotoisen toiminnan osalta. Esimerkiksi verkon vuorovaikutusmahdollisuudet sijoitettiin nuorten aikuisten puheessa nuorisotyön ulkopuolelle. PROMEQ-alahankkeessa kokeiltua verkko-ryhmätoimintaa voi pitää vuorovaikutusmahdollisuuksien tarjoamisen ja sosiaalisten taitojen opetteluun ohella pyrkimyksenä purkaa kielteisiä ajattelumalleja kannustavassa vertaisryhmässä (Kivijärvi ym. 2019).

Siitä huolimatta, että kohdennetun nuorisotyön ensisijainen tavoite on koulutukseen ja työelämään kiinnittyminen, on nuorten aikuisten hyvinvoinnin edistäminen usein keskeinen osa käytännön työtä. Tämä on olennaista jo opiskelu- ja työkyvyn takaamiseksi. Lisäksi nuorisotyön työmuodoissa on taustalla nuorten osallisuutta tukeva eetos, johon ryhmätoiminta ja vertaissosiaalisuuden tukeminen sopivat hyvin. Yksinäisyys on kenties tärkein kohdennetun nuorisotyön piirissä olevien nuorten aikuisten hyvinvointia heikentävä tekijä (Gretschel & Myllyniemi 2017; Kivijärvi ym. 2018), joten ilmiöön on syytä kiinnittää huomiota.

Myös tämän tutkimuksen valossa näyttää ilmeiseltä, että yksinäisyys on yhteydessä yhteiskunnan kulttuurisiin ja materiaalsiin jakoihin (ks. Saari 2016). Näin ollen julkisrahoitteisten palvelujen yhdeksi tehtäväksi

voi nähdä yksinäisyyden lievittämisen. Onkin olennaista pohtia sitä, minkälainen rooli työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten aikuisten palveluille annetaan. Toistaiseksi nuorisotyö tarjoaa nuorille aikuisille pitkälti koulutus- ja työelämäorientoitunutta yksilöohjausta ja näillä kriteereillä palvelujen vaikuttavuutta myös arvioidaan. Oppivelvollisuusikäisille suunnatussa nuorisotyössä ja perinteisesti myös nuorisotyöntekijöiden koulutuksessa keskeisin asema on kuitenkin sosiaalisissa suhteissa ja ryhmälähtöisissä menetelmissä. Näiden merkityksen nykyistä systemaattisempi huomiointi myös nuorten aikuisten palveluissa lienee perusteltua (ks. myös Puuronen 2014, 80). Kyse ei ole niinkään nuorisotyöntekijöiden osaamisesta ja tavoista tehdä työtä vaan siitä, miten kohdennetun nuorisotyön tehtävä lainsäädännössä ja rahoittajien toimesta määritellään.

Viitteet

- 1 Kohdennetulle nuorisotyölle ei ole koko suomalaisen nuorisotyön kentän läpäisevää määritelmää. Samankaltaista työtä voidaan nimittää erityisnuorisotyöksi, sosiaalisesti nuorisotyöksi tai kohdennetuksi nuorisotyöksi (ks. Cederlöf 2013). Yhdistävänä tekijänä on työn kohdentuminen ennalta määritettyyn ryhmään tai ongelmaan. Tällä hetkellä ennalta määritetty nuorten aikuisten ryhmä on lähes poikkeuksetta työn ja koulutuksen ulkopuolelle tai vähintäänkin reuna-alueille jääneet ja heille kohdennettu työmuoto on ohjaamotoiminta, etsivä työ ja työpajat.
- 2 Hankkeella on Itä-Suomen yliopiston tutkimus-eettisen toimikunnan puolto.
- 3 Sanna Aaltonen, Antti Kivijärvi ja Martta Myllylä.
- 4 Sekä nuorisotyöntekijöiden ryhmäkeskustelut että nuorille järjestetyt työpajamuotoiset keskustelutilaisuudet kestivät noin kaksi tuntia. Verkko-keskustelujen aikana nuoret kirjoittivat yhteensä 292 viestiä, jotka sisälsivät 13807 sanaa.
- 5 Keräsimme nuorten kokemia tuen tarpeita nimettömille taralapuille, joita kertyi yhteensä 71. Kaverisosiaalisuus mainittiin 16 lapussa. Muut toistuvat teemat olivat mielenterveys (12), opiskelu/työ (6) ja keskusteluapu (5).

Lähteet

- Aaltonen, Sanna, Berg, Päivi & Ikäheimo, Salla (2015) *Nuoret luukulla. Kolme näkökulmaa syrjäytyneeseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 160.
- Aaltonen, Sanna & Kivijärvi, Antti (2018) Disrupting professional practices with a research-driven intervention. Researcher-gatekeeper negotiations in the context of targeted youth services. *Qualitative Social Work* 18 (4), 621–637.
- Aaltonen, Sanna & Kivijärvi, Antti & Myllylä, Martta (2018) Työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten aikuisten koettu hyvinvointi. *Yhteiskuntapolitiikka* 84 (3), 301–311.
- Alanen, Olli & Kainulainen, Sakari & Saari, Juho (2014) *Vamos tekee vaikutuksen. Vamos-nuorten hyvinvointikokemukset ja tulevaisuuden odotukset*. Helsingin Diakonissalaitos.
- Alestalo, Marja & Åkerman, Maria (2010) Asian-tuntijahaastattelun analyysi: faktojen jäljillä. Teoksessa Johanna Ruusuvaara, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi*. Tampere: Vastapaino, 372–392.
- Andersson, Björn (2018) Fringe work – street-level divergence in Swedish youth work. Teoksessa Pam Alldred, Fin Cullen & Kathy Edwards (toim.) *The sage handbook of youth work practice*. London: Sage, 284–297.
- Butler, Andrew C. & Chapman, Jason E. & Forman, Evan M & Beck, Aaron T (2006) The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clinical Psychology Review* 26 (1), 17–31.
- Cacioppo, Stephanie & Grippo, Angela & London, Sarah & Goossens, Luc & Cacioppo, John (2015) Loneliness: Clinical import and interventions. *Perspectives on Psychological Science*, 10 (2), 238–249.
- Cederlöf, Petri (2013) *Kuntien nuorisotyötä nuorisolain valossa – tilanne, puitteet ja tulkintoja*. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Feuls, Miriam & Fieseler, Christian & Suphan, Anne (2014) A social net? Internet and social media use during unemployment. *Work, employment and society* 28 (4), 551–570.
- Granovetter, Mark S. (1977) The Strength of Weak Ties. *American Journal of Sociology* 78 (6), 1360–1380.
- Gretschel, Anu & Myllyniemi, Sami (2017) *Työtä, koulutus- tai harjoittelupaikkaa ilman olevien nuorten käsityksiä tulevaisuudesta, demokratiasta*

- ja julkisista palveluista palveluista.* Nuorisobarometrin erillisnäyte/aineistonkeruu. Helsinki: Nuorisotutkimusseura.
- Harinen, Päivi (2008) Hyvä, paha yksinäisyys. Itseliisyys, yksinäisyys ja ystävyys myöhäisnuoruudessa. Teoksessa Minna Autio & Kirsi Eräranta & Sami Myllyniemi (toim.) *Polarisoituva nuoruus? Nuorten elinolot -vuosikirja 2008.* Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 84 & Nuorisoasiain neuvottelukunta, julkaisuja 38 & Stakes, 84–93.
- Hawkey, Louise C. & Burleson, Mary H. & Berntson, Gary G. & Cacioppo, John T. (2003) Loneliness in Everyday Life: Cardiovascular Activity, Psychosocial Context, and Health Behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology* 85 (1), 105–120.
- Hendry, Natalie, Robards, Brady & Stanford, Sonya (2017) 'Beyond social media panics and mental health risk for young people'. Teoksessa Sonya Stanford & Nina Rovinelli Heller & Elaine Sharland & Joanne Warner (toim.) *Beyond the Risk Paradigm in Mental Health.* Lontoo: Palgrave Macmillan, 135–154.
- Hänninen, Kaija (2014) Työpajanuorten kokemus ja unelma työelämästä. Teoksessa Gissler, Mika & Kekkonen, Marjatta & Känkänen, Päivi & Muranen, Päivi & Wrede-Jäntti, Matilda (toim.) *Nuoruus toisin sanoen: Nuorten elinolot -vuosikirja 2014.* Tampere: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos & Nuorisotutkimusverkosto & Valtion nuorisoasiain neuvottelukunta.
- Jarrett, Robin & Sullivan, Patrick & Watkins, Natasha (2005) Developing social capital through participation in organized youth programs: Qualitative insights from three programs. *Journal of community psychology* 33 (1), 41–55.
- Junttila, Niina (2018) *Kaiken keskellä yksin: Aikuisten yksinäisyydestä.* Tammi.
- Juvonen, Tarja (2015) *Sosiaalisesti kontrolloitu, hauraasti autonominen. Nuorten toimijuuden rakentuminen etsivässä työssä.* Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 165.
- Kainulainen, Sakari (2016) Yksinäisen elämänlaatu. Teoksessa Saari, Juho (toim.) *Yksinäisten Suomi.* Helsinki: Gaudeamus, 114–125.
- Kangasniemi, Jukka (2008) *Yksinäisyyden kokemisen avainkomponentit Yleisradion tekstitelevision Nuorten palstan kirjoituksissa.* Jyväskylän yliopisto: Nykykulttuurin tutkimuskeskus.
- Kivijärvi, Antti (2015) *Etnisyyden merkityksiä nuorten vertaissuhteissa. Tutkimus maahanmuuttajataustaisten ja kantaväestön nuorten kohtaamisista nuorisotyön kentillä.* Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 162.
- Kivijärvi, Antti & Aaltonen Sanna & Forma Leena & Partanen Jussi & Myllylä, Martta & Rissanen, Pekka (2018) Quality of life among young Finnish adults not in employment or education. *Applied Research in Quality of Life*, 1–18.
- Kivijärvi, Antti & Aaltonen, Sanna & Välimäki, Vesa (2019) Feasibility of an online discussion group as a component of targeted youth work in Finland. *Children and Youth Services Review* 105, <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2019.104411>.
- Kiilakoski, Tomi (2011) Talotyön ja alueellisen nuorisotyön kehittäminen. Teoksessa Veronika Honkasalo & Tomi Kiilakoski & Antti Kivijärvi: *Tutkijat ja nuorisotyö liikkeellä. Tarkastelussa kaupunkimaisen nuorisotyön kehittämishankkeet.* Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 114, 153–252.
- Kinnunen, Riitta (2016) *Työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön vaikuttavuus. Työkäluna sosiaalisen vahvistumisen Sovari-mittari.* Pieksämäki: Valtakunnallinen työpajayhdistys ry.
- Kuure, Tapio (2015) *Sosiaalisen vahvistamisen määrittely ja asema nuorten hyvinvoinnin palvelujärjestelmässä.* Teoksessa Valtakunnallinen työpajayhdistys & tekijät (toim.) *Sosiaalinen vahvistaminen käsitteenä ja palveluina: Sosiaalisen vahvistamisen kehittämistoiminnan tuloksia.* Helsinki: Valtakunnallinen työpajayhdistys ry & Opetus- ja kulttuuriministeriö, 5–67.
- Lagus, Krista & Honkela, Timo (2016) Yksinäisyys mielen rakenteissa. Teoksessa Juho Saari (toim.), *Yksinäisten Suomi,* Helsinki: Gaudeamus, 273–296.
- Laurson, Brett & Hartl, Amy C. (2013) Understanding loneliness during adolescence: Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation. *Journal of Adolescence* 36 (6), 1261–1268.
- Lindfors, Pirjo, Solantaus, Tytti & Rimpelä, Arja (2012) Fears for the future among Finnish adolescents in 1983–2007: From global concerns to ill health and loneliness. *Journal of Adolescence* 35 (4), 991–999.
- Lähteenmaa, Jaana (2014) Liata kätensä vaan ei sydäntään. Tutkijan ristiriitaisia tunnustuksia aktiivointia koskevista ajatuksista. Teoksessa Gretschel, Anu & Paakkunainen, Kari & Souto, Anne-Mari & Suurpää Leena (toim.): *Nuorisotakuun arki ja politiikka.* Nuorisotutkimusverkoston julkaisuja 150, 207–210.
- Masi, Christopher M. & Chen, Hsi-Yan & Hawkey, Louise C. & Cacioppo, John T. (2011) A Meta-analysis of Interventions to Reduce Loneliness. *Personality and Social Psychology Review* 15, 219–266.
- McWhirter, Benedict T. (1990) Loneliness: A review of current literature, with implications for counseling and research. *Journal of Counseling and*

- Development*, 68, 417–422.
- Melkas, Tuula (2009) Suomalaisten yksityiselämän solidaarisuudesta. Teoksessa Mirja Liikkanen (toim.) *Suomalainen vapaa-aika, arjen ilot ja valinnat*. Helsinki: Gaudeamus, 21–48.
- Miller, Johanne & McAuliffe, Lisa & Riaz, Nighet & Deuchar, Ross (2015) Exploring youths' perceptions of the hidden practice of youth work in increasing social capital with young people considered NEET in Scotland. *Journal of Youth Studies* 18 (4), 468–484.
- Moisio, Pasi & Rämö, Tuomas (2007) Koettu yksinäisyys demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan Suomessa vuosina 1994 ja 2006. *Yhteiskuntapolitiikka* 72 (4), 392–401.
- Mäkinen, Sanna & Vanhalakka-Ruoho, Marjatta (2018) Guidance center as sites for construction of agency among young people on the educational margins. Teoksessa Cohen-Scali, Valérie & Rossier, Jerome & Nota, Laura (toim.) *New perspectives on career counseling and guidance in Europe*. Springer, Cham, 167–185.
- Määttä, Mirja (2018) Työtä, osaamista ja arjen taitoja: Ohjaamot tehtävänsä määrittämässä. Teoksessa Gissler, Mika & Kekkonen, Marjatta & Känkänen, Päivi *Nuoret palveluiden pauloissa: Nuorten elinolot -vuosikirja 2018*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos & Nuorisotutkimusseura & Valtion nuorisoneuvosto.
- Myllyniemi, Sami (2008a) Tilasto-osio. Teoksessa Minna Autio & Kirsi Eräranta & Sami Myllyniemi (toim.) *Polarisoituva nuoruus? Nuorten elinolot -vuosikirja*. Helsinki: Nuorisotutkimusseura & Nuorisosiain neuvottelukunta & Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 18–82.
- Myllyniemi, Sami (2008b) *Mitä kuuluu? Nuorisobarometri 2008*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 88 & Nuorisosiain neuvottelukunta, julkaisuja 39.
- Myllyniemi, Sami & Berg, Päivi (2013) *Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013*. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö & Valtion liikuntaneuvosto & Nuorisosiain neuvottelukunta & Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 140.
- Pohjola, Anneli (2009) Nuorisotyön ja sosiaalityön rajapinnoilla. Teoksessa Suvi Raitakari & Elina Virokangas (toim.) *Nuorisotyön ja sosiaalityön jaetut kentät. Puheenvuoroja asiantuntijuudesta, käytännöistä ja kohtaamisista*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 96, 21–40.
- Puuronen, Anne (2014) *Etsivän katse. Etsivä nuorisotyö ammattina ja ammattialan kehittäminen – näkökulmia käytännön työstä*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 144.
- Pääkkönen, Hannu (2006) Vapaaehtoistyö, naapuriapu ja sosiaalinen kanssakäyminen. Teoksessa Laura Issakka (toim.) *Sosiaalinen pääoma Suomessa – tilastokatsaus*. Helsinki: Tilastokeskus, 45–52.
- Rönkä, Anna Reetta (2017) *Experiences of Loneliness from Childhood to Young Adulthood. Study of the Northern Finland Birth Cohort 1986*. Oulun yliopisto. ACTA UNIVERSITATIS OULUENSIS, E. Scientiae Rerum Socialium, 172
- Saari, Juho (2016) Suomalainen yksinäisyys. Teoksessa Juho Saari (toim.) *Yksinäisten Suomi*, Helsinki: Gaudeamus, 33–51.
- Souto, Anne-Mari (2014) ”Kukaan ei kysy, mitä mulle kuuluu.” Koulutuksen keskeyttäjät ja ammatilliseen koulutukseen kuulumisen ehdot. *Nuorisotutkimus*, 32 (4), 19–35.
- Toiviainen, Sanna (2018) Sopeutumista, sitkeyttä ja selviytymistä: Nuorten relationaalinen toimijuus siirtymissä marginaalista kohti valtavirtoja. *Nuorisotutkimus* 36 (4), 35–49.
- Törrönen, Maritta & Vornanen, Riitta (2002) Emotionaalinen huono-osaisuus peruskoululaisten kokemana syrjäytymisenä. *Nuorisotutkimus* 20 (4), 33–42.
- Välimäki, Vesa & Kivijärvi, Antti & Aaltonen, Sanna (2019) The links between structural and social marginalisation – social relations of young Finnish adults not in employment or education. *Journal of Youth Studies*, <https://doi.org/10.1080/13676261.2019.1676884>.
- Wanberg, Connie (2012) The individual experience of unemployment. *Annual review of psychology* 63, 369–396.
- Weiss, Robert S. (1973) *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: The MIT Press.
- Wrede-Jäntti, Matilda M. E. (2018) Suhdetyön merkitys nuoren onnistuneen työpajajakson taustalla. Teoksessa Gissler, Mika & Kekkonen, Marjatta & Känkänen, Päivi (toim.) *Nuoret palveluiden pauloissa: Nuorten elinolot -vuosikirja 2018*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos & Nuorisotutkimusseura & Valtion nuorisoneuvosto.
- Zarrett, Nicole & Eccles, Jacquelynne (2006) The Passage to Adulthood: Challenges of Late Adolescence. *New Directions for Youth Development* 111, 13–28.