

Nella Koivula

**”KYLLÄ MUUT IHMISET JA SEURA OVAT
AINAKIN USEIMMILLE PALJON TÄRKEÄMPÄÄ
KUIN OMAT SEINÄT.”**

Hyvinvoinnin ulottuvuudet yhteisöasumisessa

TIIVISTELMÄ

Nella Koivula: Hyvinvoinnin ulottuvuudet yhteisöasumisessa
Kandidaatintutkielma
Tampereen yliopisto
Yhteiskuntatutkimuksen tutkinto-ohjelma
Tammikuu 2020

Väestörakenteen muutokset, kaupungistuminen ja yksilökeskeisyys ovat vaikuttaneet asuntokunnan koon muutoksiin ja lisänneet yksin asuvien määrää. Yhteisöasumista ollaan pohdittu vuorovaikutteisemmaksi ja yhteisöllisemmäksi asumismuodoksi nykyisten rinnalle ja sillä uskotaan olevan potentiaalia vastata moniin yhteiskunnallisiin haasteisiin kuten vanhusten yksinäisyyteen, asutopulaan ja ympäristökysymyksiin. Tämä kandidaatintutkielma käsittelee yhteisöasumista ja sen yhteyttä yksilön hyvinvointiin. Tutkimuskysymykseni on: Miten hyvinvoinnin ulottuvuudet ilmenevät yhteisöasumisessa ja millä tavalla ne vaikuttavat asukkaiden hyvinvointiin? Tutkimuskysymykseni avulla pohdin, millaisia hyvinvoinnin ulottuvuuksia yhteisöasuminen voi yksilötasolla edistää sekä millaisiin laajempiin yhteiskunnallisiin kysymyksiin nämä ovat yhteydessä. Tutkimukseni antaa tietoa myös siitä, mitkä asiat motivoivat ihmisiä asumaan yhteisöissä ja mitä asuinyhteisöillä tavoitellaan.

Teoreettisena taustana käytän Erik Allardtin teoriaa hyvinvoinnin ulottuvuuksista. Allardtin mukaan hyvinvointi kuvastaa tilaa, jossa erilaiset tarpeet tulevat riittävän tyydytetyksi. Hän jakaa hyvinvoinnin kolmeen perustarpeeseen: elintason, yhteisyyssuhteisiin ja itsensä toteuttamiseen. Tarkastelen tutkielmassani sitä, miten hyvinvointi toteutuu ja ilmenee näillä kolmella hyvinvoinnin osa-alueella yhteisöasumisen kontekstissa. Muita keskeisiä käsitteitä ovat yhteisöt, yhteisöllisyys ja yksinäisyys. Tutkimusaineistoni koostuu yhdeksästä uutisesta ja kahdesta lyhyestä dokumentista, joiden aiheina on yhteisöasuminen ja joissa yhteisöissä asuvat tai sitä suunnittelevat henkilöt kertovat kokemuksiaan ja mielipiteitään aiheesta. Tutkimusmenetelmänä käytän teoriaohjaavaa sisällönanalyysia.

Tulokset osoittavat, että yhteisöasumisessa merkittävimmät elintason ulottuvuuteen liittyvät hyvinvointitekijät olivat mahdollisuus asua haluamassaan ympäristössä samanhenkisten ihmisten kanssa, rahallisen tilanteen helpottaminen sekä oman jaksamisen ylläpitäminen. Hyvinvoinnin ulottuvuuksista yhteisyyssuhteet nousivat eniten esille. Tulokset ovat linjassa aiempien tutkimusten kanssa: yhteisöasuminen vaikutti myönteisesti yhteisyyssuhteisiin muun muassa lisäämällä sosiaalisten kontaktien määrää, vähentämällä yksinäisyyden tunnetta sekä edistämällä yhteisöllisyyttä yhteisen tekemisen, yhteisön tarjoaman tuen sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen avulla. Lisäksi yhteisö rinnastettiin perheen korvikkeeksi. Tulokset osoittavat, että yhteisöasumisella on potentiaalia edistää myös joitakin itsensä toteuttamisen hyvinvointitekijöitä: keskeisimmiksi tekijöiksi muodostuivat elämän merkityksellisyys, vaikuttaminen, aktiivisuus sekä mielekäs tekeminen ja vapaa-ajan toiminta.

Tutkimustulokset viittaavat siihen, että yhteisöasumisella voisi olla monia myönteisiä vaikutuksia yksilön hyvinvointiin elintason, yhteisyyssuhteiden ja itsensä toteuttamisen näkökulmasta. Vaikka tutkimuksen pohjalta ei voida tehdä suoraviivaisia yleistyksiä siitä, miten yhteisöasuminen edistää asukkaiden hyvinvointia, antaa tutkimus kuitenkin viitteitä siitä, mitä yhteisöissä asuminen voisi tarjota hyvinvoinnin näkökulmasta ja minkälaisia asumisen ideoita yhteisöasumiseen liittyy. Tutkimuksen pohjalta voidaan myös pohtia, minkälaisiin yksilön hyvinvointia laajempiin yhteiskunnallisiin haasteisiin yhteisöasumisella voitaisiin vaikuttaa. Yhteisöasuminen voisi toimia potentiaalisena ratkaisuna esimerkiksi ikääntyvien yksinäisyyteen, syrjäytymiseen tai helpottamaan lapsiperheiden arkea. Lisäksi yhteisöasuminen ja yhteisölliset asuinalueet voisivat tulevaisuudessa edistää ekologista asumista jakamistalouden ja resurssien yhteiskäytön myötä.

Avainsanat: yhteisöasuminen, yhteisöllinen asuminen, hyvinvointi, onnellisuus, yhteisö, yhteisöllisyys, yksinäisyys

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

Sisällysluettelo

1. Johdanto.....	1
2. Keskeisiä käsitteitä	3
2.1. Yhteisöasuminen	3
2.2. Yhteisöt ja asumisen yhteisöllisyys.....	4
2.3. Yksinäisyys ja yksin asuminen.....	5
3. Teoreettinen viitekehys.....	6
3.1. Aiempi tutkimus yhteisöasumisesta	6
3.2. Hyvinvoinnin ulottuvuudet.....	7
4. Tutkimusasetelma.....	9
4.1. Aineisto.....	9
4.2. Sisällönanalyysi.....	10
4.3. Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	11
4.4. Tutkimuskysymys.....	11
5. Tulokset.....	12
5.1. Elintaso.....	12
5.1.1. Resurssien jaon taloudellisuus.....	12
5.1.2. Jaksamista helpottava työnjako	13
5.2. Yhteisyysuhteet.....	14
5.2.1. Sosiaalinen vuorovaikutus ja yhteisöllisyys	15
5.2.2. Yhteisön tarjoama tuki.....	18
5.2.3. Yhteisö perheen korvikkeena	19
5.3. Itsensä toteuttaminen	20
5.3.1. Elämän merkityksellisyys, aktiivisuus ja vaikuttaminen.....	20
5.3.2. Mielekäs tekeminen ja vapaa-aika.....	21
6. Johtopäätökset	22
7. Lähteet.....	26
8. Tutkimusaineisto	28
9. Liitteet.....	29

1. JOHDANTO

Yhteiskunnan yksilöllistyminen on lisännyt kiinnostusta ja kaipausta yhteisöllisemmille asumismuodoille. Tilastokeskuksen mukaan asuntokunnan keskimääräinen koko on pienentynyt ja yksinasuminen kaksinkertaistunut vuodesta 1985 lähtien ja tällä hetkellä hieman yli miljoona suomalaista asuu yksin (Tilastokeskus 2018). Asuminen kytkeytyy tiiviisti jokapäiväiseen elämäämme ja määrittää sosiaalisia suhteita, ajankäyttöä ja arkea. Käsitykset asumisesta ovat hyvin kulttuurisidonnaisia ja ne muuttuvat ajan mittaan: Suomessa ydinperhe nähdään yleensä asumisen perusyksikkönä (Helamaa & Pylvänen 2012). Monissa kulttuureissa perhe- ja yhteisökäsitys on kuitenkin ydinperhettä laajempi ja ylisukupolvinen yhteisasuminen oli vielä viime vuosisadalla Suomessakin hyvin yleistä. Kaupungistuminen, elämäntapojen muutokset ja aikaisempaa yksilökeskeisempi kulttuuri ovat kehityskulkuja, jotka ovat vaikuttaneet asuntokunnan koon muutoksiin. Myös väestörakenteen muutokset ja suurten ikäluokkien vanheneminen ovat muuttaneet väestö- ja perherakenteita ja lisänneet yksinasuvien määrää (Helamaa & Pylvänen 2012, 15-17).

Yhteisöllisempää asumista ollaan pohdittu ratkaisuksi useisiin yhteiskunnallisiin ja sosiaalisiin ongelmiin. Yhteisöllinen asuminen on Suomessa yhä harvinaisuus, vaikka se muualla Pohjoismaissa on jo suhteellisen vakiintunut ilmiö. Aiheen tutkiminen on tärkeää, sillä yhteisöasumisella on potentiaalia vähentää ja ehkäistä yksinäisyyttä ja sosiaalista eriytymistä sekä toimia myös taloudellisesti ja ekologisesti kannattavana ratkaisuna. Etenkin ikääntyvien yksinäisyys on puhututtanut viime aikoina ja yhteisöllisten asumismuotojen uskotaan helpottavan vanhusten hoidon järjestämistä, vähentävän palvelutarvetta sekä ehkäisevän vanhusten yksinäisyyttä. Yhteisöasumisen arvellaan myös kasvattavan kansalaisten osallisuutta, aktiivisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä ehkäisevän syrjäytymistä (Helamaa & Pylvänen 2012). Lisäksi ilmastonmuutos on luonut tarvetta ekologisemmille asumisratkaisuille, johon yhteisöasuminen voi toimia osittaisena ratkaisuna, sillä tilojen ja resurssien yhteiskäyttö sekä yhteisön säännöt ja normit usein edistävät ympäristöystävällisempää toimintaa.

Tarkastelen tutkielmassani yhteisöasumista ja sen potentiaalisuutta lisätä hyvinvointia sen eri ulottuvuuksilla. Käsittelen hyvinvointia elintason, yhteyssuhteiden ja itsensä toteuttamisen näkökulmista. Tutkimusta yhteisöasumisen hyvinvointivaikutuksista on vielä melko vähän. Sen tutkiminen on kuitenkin tärkeää, jotta voidaan paremmin selvittää, voisiko yhteisöasuminen vastata yhteiskunnallisiin haasteisiin ja tarjota vaihtoehtoisia asumisratkaisuja nykyisten rinnalle. Aluksi tarkastelen muutamia keskeisiä käsitteitä: yhteisöasumista, yhteisöjä ja asumisen yhteisöllisyyttä sekä yksinäisyyttä. Sen jälkeen käsittelen aiempaa tutkimusta yhteisöasumisesta sekä tutkimukseni

teoreettista viitekehystä eli hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Tämän jälkeen esittelen tutkimusasetelmani eli aineiston, tutkimusmenetelmän sekä tutkimuskysymyksen. Lopuksi esitän ja analysoin keskeisimpiä tuloksia, pohdin niiden yhteiskunnallista merkitystä sekä reflektoin tutkimuksen haasteita.

2. KESKEISIÄ KÄSITTEITÄ

2.1. Yhteisöasuminen

Yhteisöasuminen on nykypäivän Suomessa harvinaista, mutta kiinnostus sitä kohtaan on ollut kasvussa. Yhteisöasumisen käsite pitää sisällään laajan määrän erilaisia asumisratkaisuja ja toteutusmuotoja, mutta perimmäisenä tavoitteena yhteisöllisessä asumisessa on sosiaalisen koheesion ja vuorovaikutuksen lisääminen ilman, että rajoitetaan yksityisyyttä ja yksilöllisiä valintoja. Yhteisöasunnoissa jokaisella asukkaalla on usein yksityinen asunto tai huone sekä kaikille yhteisiä tiloja, jotka pyrkivät lisäämään asukkaiden yhteisyyttä ja yhteistoiminnan mahdollisuuksia (Williams 2005b, 2). Yhteisöasumiselle ominaisia piirteitä ovat osallistava suunnittelu- ja rakennuttamisprosessi, yhteiset tilat, asukkaiden johtama asukastoimikunta, hierarkian puute sekä yhteinen toiminta (Williams 2005b, 2-3; Lietaert 2009, 577). Vaikka resurssien ja tavaroiden yhteiskäyttö ja jakaminen kuuluvat monesti osaksi yhteisöasumisen periaatteita, yhteisöasuminen eroaa kuitenkin kommuuniasumisesta siten, että asukkailla ei useimmiten ole yhteistä taloutta (Lietaert 2009, 577).

Ihmiset ovat aina asuneet jonkinlaisissa yhteisöissä, mutta varsinaiset modernin yhteisöasumisen juuret ovat 1800- ja 1900-lukujen kommunitarismisissa sekä utopistisissa ja feministisissä liikehdinnöissä (Meltzer 2001; sit. Williams 2005b, 3). Yhteisöasumisen ensimmäinen aalto sai alkunsa Pohjois-Euroopassa, jossa ensimmäiset varsinaiset yhteisöasumisrakenteet perustettiin Tanskassa 1900-luvun puolivälin jälkeen. Tanskassa ja Alankomaissa yhteisöasumista rakennettiin aluksi ennen kaikkea sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden lisäämiseksi, kun taas Ruotsissa pääasiallisena motiivina oli vähentää naisten taakkaa ja parantaa lapsiperheiden elämänlaatua. Toinen yhteisöasumisen aalto sai alkunsa Yhdysvalloissa 1980- ja 90-luvuilla, ja sen motiivina oli sosiaalisen tuen, yhteisöllisyyden, turvallisuuden ja sosiaalisen vuorovaikutuksen lisääminen naapurustoihin. (Williams 2005b, 3-8.)

Tämänhetkisestä yhteisöasumisen yleisyydestä ei löydy tarkkoja tilastoja, sillä asumismuoto on Suomessa vielä harvinaista. Lisäksi koska yhteisöllistä asumista on monenlaista, eikä käsite rajoitu pelkästään tiettyyn hallintamuotoon tai rakennustyyppiin, on hankala määritellä, kuinka paljon sitä kokonaisuudessaan esiintyy. Suomessa yhteisölliset asumismuodot liittyvät kuitenkin usein johonkin tiettyyn ryhmään kuten opiskelijoihin tai vanhuksiin. Tässä tutkielmassa tarkastelen nimenomaan Pohjoismaille ominaista yhteisöasumismuotoa, jossa asumisyhteisön päämääränä on sosiaalisen hyvinvoinnin ja vuorovaikutuksen edistäminen. Tällaisia Suomessa toteutettuja yhteisöasumisen esimerkkejä on muun muassa Arabianrannan senioritalo Loppukiri, Kuokkalan Tuulenkyllän yhteisö,

Kalasadaman senioritalo Aikalisä sekä Jätkäsaaren yhteisöllinen kerrostalo Malta. Muualta maailmasta, etenkin Ruotsista, Tanskasta ja Alankomaista, joissa yhteisöasumisella on jo pitkät perinteet, löytyy lukuisia esimerkkejä erilaisista yhteisöasumisen muodoista.

Viime aikoina etenkin ikääntyvien yksinäisyys sekä ajatus arvokkaasta ja mielekkästä vanhenemisesta ovat lisänneet kiinnostusta yhteisöasumista kohtaan. Väestö vanhenee kiihtyvään tahtiin ja samanaikaisesti pyritään edistämään sitä, että vanhukset asuisivat kotona mahdollisimman pitkään. Kotona ikääntymiseen liittyy kuitenkin omat haasteensa ja vanhusten kokema yksinäisyys on huolestuttavan yleistä, sillä jopa yli kolmasosa yli 75-vuotiaista on kertonut kärsivänsä yksinäisyydestä (Routasalo & Savikko & Tilvis & Strandberg & Pitkälä 2006). Yhteisöasumista tutkineet Anna Helamaa ja Riikka Pylvänen (2012, 15) uskovat yhteisöasumisen olevan ikääntyvien hyvinvoinnin ja aktiivisuuden ylläpitämisen kannalta potentiaalinen ratkaisu, sillä se voi helpottaa vanhusten hoidon järjestämistä, vähentää palveluntarvetta sekä ehkäistä vanhusten yksinäisyyttä muun muassa sosiaalisten kontaktien, vertaistuen sekä osallistavan toiminnan avulla. Kiinnostusta senioriyhteisöille on: Eläkevakuutusyhtiö Ilmarisen kyselyssä ilmeni, että noin kolmannes eläkkeelle jääneistä olisi kiinnostunut muuttamaan yhteisölliseen asumismuotoon (Jolanki ym. 2017, 15). Lisäksi huoli ympäristöstä herättää kiinnostusta, sillä useiden tutkimusten mukaan yhteisöasumiseen liittyvä jakamistalous sekä yhteisön sosiaaliset normit edistävät ympäristöystävällisempää toimintaa ja on siten ekologisesti kestävämpää kuin monet muut asumismuodot (Meltzer 2000, Williams 2005b, 15). Yhteisöasumisen ekologisuus ei ole kuitenkaan itsestäänselvyys, vaan riippuu pitkälti siitä, millaisia asumisratkaisuja tehdään ja miten asukkaat sitoutuvat yhteisön periaatteisiin.

2.2. Yhteisöt ja asumisen yhteisöllisyys

Kuuluminen johonkin yhteisöön nähdään usein välttämättömänä osana ihmisen hyvinvointia. Heikki Lehtonen (1990) määrittelee yhteisön yleisnimitykseksi ryhmille ja ryhmämuodostelmille, joiden perustana ovat esimerkiksi taloudelliset, poliittiset tai alueelliset tekijät. Yhteisö viittaa ihmisten väliseen suhteeseen, yhteisyyteen ja vuorovaikutukseen ja se voi perustua esimerkiksi sukulaisuuteen, yhteisiin intresseihin tai yhteiseen toimintaan. Yleensä yhteisön jäsenillä on jotakin yhteistä: se voi olla seurausta toiminnallisesta vuorovaikutuksesta tai symbolisen yhteenkuuluvuuden vahvistumisesta (Lehtonen 1990, 23). Kun jokin ryhmä pyrkii yhteisöllisyyteen sisältä käsin, puhutaan Lehtosen (1990) viitatun yhteisöllistymisestä ja vastaavasti jos ihmisryhmien yhteisöllisyyteen pyritään vaikuttamaan niiden ulkopuolelta, on kyse yhteisöllistämisestä (Lehtonen 1990, 24-26). Yhteisöasumisessa yhteisöllisyyden tarve lähtee yleensä ihmisten omista tarpeista ja toiveista käsin ja voidaankin pohtia, olisiko ulkoa päin toteutettava yhteisöllistäminen toimivaa (Helamaa & Pylvänen 2012).

Yhteisöasumisen kannalta on erityisen mielekästä tarkastella asuinyhteisyyden käsitettä. Lehtosen (1990) mukaan alue toimii usein näyttämönä erilaisille asumisratkaisuille ja yhteisyys voi vaihdella huomattavasti asuinyhteisöjen välillä. Yhteisyys voi rakentua alueeseen, jossa esiintyy sosiaalista vuorovaikutusta (Lehtonen 1990). Tällainen alue voi olla esimerkiksi piha tai yhteinen parkkipaikka. Jo Williamsin (2005a, 198) mukaan tällaiset puolijulkiset alueet toimivat matalan kynnyksen kohtaamispaikkoina, joissa vuorovaikutustilanteita ja yhteisöllisyyttä syntyy. Alueellinen yhteisyys voi rakentua myös yhteistoiminnan, esimerkiksi talkoiden tai yhteisten juhlien seurauksena. Lehtosen (1990, 224-231) mukaan toiminnallisia yhteisöjä luodaan asuinympäristössä esimerkiksi perustamalla erilaisia kotitalouksia täydentäviä ja korvaavia yhteistoiminnan, työnjaon ja resurssien jaon järjestelmiä. Puutteet esimerkiksi asuinalueen palvelujärjestelmissä voivat johtaa kylätoimikuntien kaltaisten ryhmien syntyyn ja tämän myötä kollektiivinen toiminta voi tuottaa sekä symbolista että toiminnallista yhteisyyttä (Lehtonen 1990). Yhteisöasumisessa nimenomaan yhteistoiminnalla on tutkimusten mukaan vaikutusta yhteisön toimivuuteen ja yhteisöllisyyden muodostumiseen (Ruiu 2016, 405; Helamaa ja Pylvänen 2012).

2.3. Yksinäisyys ja yksin asuminen

Yksinasuvien määrässä Suomi sijoittuu Euroopan keskiarvon yläpuolelle. Väestöryhmistä yli 70-vuotiaat naiset ja noin 25-vuotiaat miehet muodostavat suurimmat osuudet yksin asuvista (Tilastokeskus 2017). Myös yli 54-vuotiaat naiset erottuvat joukosta, sillä jopa kolmannes heistä asuu yksin (Kauppinen & Martelin & Hannikainen-Igman & Virtala 2014, 12-13). On huomioitava, että yksin asuvien joukossa suurin osa ei tunne oloaan yksinäiseksi, eikä yksin asuminen itsessään kerro mitään sosiaalisten suhteiden määrästä tai laadusta. Kuitenkin yksinäisyyttä kokevien määrä on yksin asuvien joukossa moninkertainen ja he ovat useiden tutkimusten mukaan keskimääräistä tyytymättömämpiä elämäänsä (Kauppinen ym. 2014, 36-38; Luukkala & Tamminen & Solin 2018).

Yksin asumiseen liittyy erilaisia sosiaalisia ja terveydellisiä riskejä, kuten työttömyyttä, masennusta sekä pienituloisuutta. Nykyään onkin alettu kiinnittämään entistä enemmän huomiota sosiaalisten suhteiden ja terveyden väliseen suhteeseen (Kauhanen 2016, 96-113). Kauppinen ym. (2014) käsittelivät tutkimuksia, joissa vertailtiin yksin asuvien terveyttä ja toimintakykyä parisuhteessa eläviin ja tulokset olivat johdonmukaisia siinä, että yksin asuvien terveys on lähes kaikkien mittareiden valossa keskimääräistä huonompi kuin parisuhteessa tai muissa tarkastelluissa kotitalous- ja perhetyypeissä. (Kauppinen ym. 2014, 28-35.) Terveydellisten riskien lisäksi myös yksinasumisen ja pienituloisuuden suhdetta ollaan tutkittu. Jopa kolmannes yksin asuvista oli vuonna 2012 pienituloisia kun koko väestössä pienituloisia oli noin 12 prosenttia (Kauppinen ym. 2014, 18).

Pienituloisuus ja toimeentulo-ongelmat selittyvät osittain sillä, että asumiskustannukset ovat yksin asuvilla keskimääräistä suuremmat kuin muilla kotitalouksilla.

Yksinäisten osuus väestöstä on huomattava ja kasautuu yleensä sellaisille, joille on kasautunut muitakin huono-osaisuuden ongelmia (Saari 2016, 50). Junttilan (2016, 53) mukaan yksinäisyys voidaan määritellä ”negatiiviseksi psyykkiseksi olotilaksi, jossa ihminen kokee ahdistusta määrällisesti tai laadullisesti puutteellisista ihmissuhteista”. Yksinäisyys kumpuaa usein läheisten ja merkityksellisten ihmissuhteiden ja verkostojen puutteesta (Junttila 2016, 54-56). Yksinäisyys on yhteydessä moniin sosiaalisiin ja terveydellisiin ongelmiin, kuten masennukseen, ahdistukseen ja syrjäytymiseen. Yksinäisyys voi myös passivoida ja lisätä sosiaalisten tilanteiden pelkoa, mikä puolestaan lisää eristäytyneisyyttä ja vähentää sosiaalisiin vuorovaikutustilanteisiin osallistumista. (Junttila 2016, 54-56; Routasalo ym. 2006, 182.) Lisäksi haitallisten elintapojen, kuten tupakoinnin sekä runsaamman alkoholinkäytön, korkeamman stressihormonitason, aineenvaihdunnan ongelmien sekä muistisairauksien yhteys yksinäisyyteen on havaittavissa (Kauhanen 2016, 96-113). Yksinäisyys vaikuttaa yksilön hyvinvointiin negatiivisesti monella elämän osa-alueella, joten on tärkeä pohtia ratkaisuja sen vähentämiseksi.

3. TOOREETTINEN VIITEKEHYS

3.1. Aiempi tutkimus yhteisöasumisesta

Suomessa on tutkittu etenkin ikääntyvien yhteisöasumista, sillä suurin osa Suomen yhteisöasunnoista on senioreille suunnattuja. Muista maista löytyy kuitenkin tutkimuksia myös toisenlaisista yhteisöasunnoista. Aiemmat tutkimukset yhteisöasumisesta osoittavat sen lisäävän yhteisöllisyyttä ja aktiivisuutta, parantavan hyvinvointia sekä vähentävän syrjäytyneisyyden ja yksinäisyyden kokemuksia. (Helamaa & Pylvänen 2012; Lubik & Kosatsky 2019, 121; Jolanki ym. 2017). Yhteisöissä asuvilla on myös tutkittu olevan keskimääräistä alhaisempi kroonisten sairauksien esiintyvyys ja erityisesti iäkkäät asukkaat kokivat saavansa parempaa sosiaalista tukea kuin muut naapurustossa asuvat. Vanhusten kohdalla asumismuoto voi yhteisön tuen avulla lisätä heidän itsemääräämisoikeutta ja mahdollistaa kotona asuminen mahdollisimman pitkään. (Lubik & Kosatsky 2019, 122.) Valtioneuvoston raportin mukaan suurin osa yhteisöissä asuvista on ollut tyytyväisiä asumismuotoon ja todenneet sen vaikuttaneen positiivisesti heidän hyvinvointiinsa ja elämänlaatuunsa. Esimerkiksi Kotisatama-senioriyhteisötilassa asukkaat pitivät yhteisöä merkittävänä yksinäisyyttä ja turvattomuuden tunnetta vähentävänä tekijänä. (Jolanki ym. 2017, 16-17; 30-34.) Helamaan ja Pylväsen (2012) yhteisöasumista koskevan hankkeen mukaan senioritalo

Loppukirissä keskeisiksi hyvinvointia edistäviksi tekijöiksi mainittiin muun muassa turvallisuus, toisista välittäminen, ystäväpiirin laajentuminen, yksinäisyyden torjunta, yhdessä tekeminen, avoimuus ja tarpeellisuuden tunne (Helamaa & Pylvänen 2012, 21).

Aiempien tutkimusten valossa yhteisöasuminen vaikuttaisi olevan sosiaalisesti ja ekologisesti kestävä asumismuoto. Williamsin (2005b) mukaan yhteisöasuminen edistää sosiaalista vuorovaikutusta ja useat tutkimukset ovat osoittaneet, että tukiverkostot ja sosiaaliset suhteet ovat keskimäärin vahvempia ja kehittyneempiä yhteisöllisissä asumismuodoissa (Meltzer 2000; sit. Williams 2005b, 15). Sosiaalisten suhteiden merkitys ihmisen hyvinvoinnille on laajalta tunnustettu: sosiaaliset suhteet muun muassa ylläpitävät kognitiivisia kykyjä, ehkäisevät masennusta, helpottavat arjessa selviytymistä ja lisäävät turvallisuudentunnetta (Kainulainen 2016, 116). Yhteisöasumisen hyötyinä voi sosiaalisten kontaktien lisäksi olla taloudellinen säästäminen, hiilijalanjäljen vähentäminen sekä ajan säästäminen. Matthieu Lietaert (2009, 577) kuitenkin muistuttaa, että nämä kaikki riippuvat hyvin pitkälti yhteisön ominaisuuksista, eikä voida tehdä suoraviivaisia yleistyksiä tarkastelematta millaisesta yhteisöstä on kyse. Motiivina yhteisöasuntoon muuttaessa on aiempien tutkimusten mukaan esimerkiksi yhteenkuuluvuuden ja elämän merkityksellisyyden lisääminen, turvallinen ympäristö, sekä fyysisen aktiivisuuden ylläpitäminen (Jolanki ym. 2017, 19). Motiivit kertovat siitä, millaisia asumisen ideoita yhteisöön hakeutuvilla ihmisillä on ja mitä he asumismuodolta toivovat.

3.2. Hyvinvoinnin ulottuvuudet

Hyvinvoinnin käsitettä on tutkittu pitkään eri tieteenalojen kesken, joten sille löytyy lukuisia teorioita ja määritelmiä. Käytän tutkimukseni pääasiallisena teoreettisena viitekehystenä sosiologi Erik Allardtin teoriaa hyvinvoinnin ulottuvuuksista, sillä koin teorian hedelmälliseksi tutkimuskysymykseni ja aineistoni kannalta. Allardtin mukaan hyvinvointi kuvastaa tilaa, jossa tietyt tarpeet tulevat riittävän tyydyttyiksi. Pohjimmiltaan tarpeiden tyydyttämistä määrittää tavoitteellisuus kohti parempaa hyvinvointia. (Allardt 1967b, 22-23.) Onnellisuuspolitiikkaa tutkineeseen Juho Saareen yhtyen voidaan todeta, että henkinen hyvinvointi ja onnellisuus ovat 2000-luvulla nousseet merkittäviksi poliittisiksi ja yksilöllisiksi tavoitteiksi ja niiden tutkimus on lisääntynyt viime vuosikymmenten aikana (Saari 2012, 18; 35). Onnellisuuden ja hyvinvoinnin tavoittelu on näkyvästi esillä myös esimerkiksi sosiaalisessa mediassa ja self help -kirjallisuudessa, jossa onnellisuus monesti määritellään yhdeksi elämän tärkeimmäksi tavoitteeksi. Allardt (1976) kuitenkin erottelee hyvinvoinnin ja onnellisuuden käsitteet toisistaan. Hyvinvointi määrittyy sen mukaan, kuinka hyvin tarpeet tyydyttyvät ja onnellisuus sen mukaan, miten ihminen itse määrittelee oman onnellisuutensa subjektiivisten käsitysten ja kokemusten myötä. Hyvinvoinnin käsite voidaan siten nähdä objektiivisempänä käsitteenä kuin onnellisuus (Allardt 1976a, 227-228; 1976b, 32.)

Allardt tekee eron elintason ja elämänlaadun välille. Elintasolla hän tarkoittaa materiaalisia resursseja, joiden avulla ihmiset luovat elinolojaan ja elämänlaadulla tarpeita, jotka määrittyvät suhteessa toisiin ihmisiin ja yhteiskuntaan. Molempia näistä voidaan kuitenkin tutkia sekä subjektiivisesta että objektiivisesta näkökulmasta (Allardt 1976a, 227-228; 1976b, 32-33.) Allardt (1976b, 37-49) argumentoi, että tarpeiden tyydyttäminen riippuu tiettyjen resurssien hallussapidosta. Hän jakaa hyvinvoinnin kolmeen perustarpeeseen: elintasoon (having), yhteisyysuhteisiin (loving) ja itsensä toteuttamiseen (being). Näiden perustarpeiden sisältä hän määrittää yhteensä kaksitoista osatekijää, joita tutkimalla voidaan arvioida hyvinvoinnin osa-alueiden toteutumista.

Elintasolla Allardt kuvaa tarpeita, jotka tyydyttyvät materiaalistien ja persoonattomien resurssien pohjalta. Tällaisten tarpeiden osatekijöitä ovat esimerkiksi tulot, asumistaso, työllisyys, koulutus ja terveys. Elintaso ei kuitenkaan tarkoita yksinomaan fysiologisten tarpeiden tyydyttymistä, vaikka monet niistä ovatkin perusedellytyksiä elämälle (Allardt 1976a, 230-231; 1976b, 37-49). Abraham Maslow jaottelee tarvehierarkia -teoriassaan hieman samankaltaisesti hyvinvoinnin perustarpeet: fysiologiset tarpeet, turvallisuuden tarpeet, yhteenkuuluvuuden ja rakkauden tarpeet, arvonannon tarpeet sekä itsensä toteuttamisen tarpeet. Maslowin tarvehierarkia eroaa Allardt'n teoriasta kuitenkin siten, että hänen mukaansa ihmisellä on tietyt perustarpeet, jotka tulee olla tyydytettyinä ennen kuin hän pyrkii tyydyttämään hierarkkisesti ylempiä tarpeita. (Maslow 1943). Maslowin tarpeiden hierarkkisuutta voidaan kuitenkin pitää osittain kiistanalaisena, sillä tarpeet ovat useiden tutkimusten mukaan päällekkäisiä. Henkilö, joka elää elintasoltaan huonoissa oloissa, voi silti tavoitella esimerkiksi rakkautta tai yhteenkuuluvuutta.

Yhteisyysuhteita puolestaan määrittävät Allardt'n (1976a, 230-231; 1976b, 37-48) mukaan suhteet toisiin ihmisiin sekä solidaarisuuden, kumppanuuden, rakkauden ja huolenpidon tarpeet. Yhteisyysuhteet voidaan jakaa kolmeen osatekijään: paikallisyhteisyys, perheyhteisyys ja ystävyysuhteet. Yhteisyysuhteiden perustarve eroaa muista tarpeista siten, että se edellyttää vuorovaikutusta ja vastavuoroisuutta muiden kanssa, eikä ole saavutettavissa täysin yksilöllisesti. Yhteisyysuhteita luonnehtii myös niiden spontaanisuus; mikäli ihmissuhteissa on kyse täysin suunnitelmallisesta tarpeen tyydyttämisestä, vähentää se suhteiden aitoutta ja voi johtaa manipulaatioon tai aivopesuun (Allardt 1976a, 232; Allardt 1976b, 45). Yhteisyysuhteiden spontaanisuus nostaa esille kysymyksen yhteisöllistämistä ja siitä, missä määrin ulkoa päin toteutettava yhteisöllistäminen tyydyttää sosiaalisiin suhteisiin liittyviä tarpeita. Ihmissuhteiden ja yhteisöjen merkitys yksilön hyvinvoinnille on tunnustettu laajalti useissa sosiaalitieteellisissä teorioissa. Myös Richard M. Ryanin ja Edward L. Decin itseohjautuvuusteoriassa yhdeksi merkittävimmäksi hyvinvointia ja motivaatiota edistäväksi tekijäksi määritellään yhteisöllisyys

(Ryan & Deci 2002). He ovat Allardtin kanssa samaa mieltä siitä, että ihmisellä on perustavanlaatuinen tarve kokea kuuluvansa osaksi jotakin yhteisöä, jossa heistä välitetään. Yhteisyyssuhteiden ulottuvuus liittyy myös läheisesti sosiaalisen pääoman käsitteeseen. Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan muun muassa sosiaalisia verkostoja, normeja ja luottamusta, jotka lisäävät ryhmän sisäistä vuorovaikutusta ja vaikuttavat myönteisesti yksilöiden toimintaan (Ruuskanen 2001).

Kolmas Allardtin määrittelemä hyvinvoinnin ulottuvuus on itsensä toteuttaminen, jolla hän tarkoittaa ihmisen käsitystä itsestä suhteessa yhteiskuntaan. Esimerkiksi mielekäs tekeminen, omaan elämään ja tulevaisuuteen vaikuttaminen sekä poliittinen ja sosiaalinen osallistuminen luonnehtivat itsensä toteuttamisen tarvetta. Lisäksi tämän osa-alueen toteutumiseen kuuluu tunne siitä, ettei ole helposti korvattavissa vaan ainutlaatuinen ja merkityksellinen persoona. Itsensä toteuttamisen osatekijöitä ovat henkilökohtainen arvonto, korvaamattomuus, poliittiset resurssit sekä mielenkiintoinen vapaa-ajan toiminta ja tekeminen. (Allardt 1976a, 230-231; 1967b, 37-49.)

Allardtin hyvinvoinnin perustarpeita käsiteltäessä on hyvä ottaa huomioon teorian yksilökeskeinen lähestymistapa. Allardt (1976) muistuttaa, että ihmisen tarpeet ovat sidoksissa yhteiskunnallisiin rakenteisiin eikä hyvinvointia ole mielekästä tutkia huomioimatta sen suhdetta ajallisiin ja historiallisiin rakenteisiin (Allardt 1976b, 14). Hyvinvointia ja onnellisuutta mitatessa, on myös tarkasteltava, miten kulttuuriset ja yksilölliset erot vaikuttavat siihen, mitkä ulottuvuudet ovat hyvinvoinnin kannalta merkityksellisiä. Ihmiset usein arvioivat hyvinvointiansa suhteessa yhteiskuntaan ja muihin ihmisiin (Saari 2012, 51). Niinpä esimerkiksi yhteiskunnassa, jossa elintaso on korkealla, voi ihminen kokea hyvinvointinsa sillä ulottuvuudella vajavaisesti, mikäli se on keskimääräisesti huonompi kuin muilla ympäröivässä yhteiskunnassa elävillä. Vaikka Allardtin teoria hyvinvoinnin ulottuvuuksista ei ole kiistaton, antaa se kuitenkin hyvän viittekehäksen, jonka avulla voin tarkastella hyvinvoinnin toteutumista yhteisöasumisessa.

4. TUTKIMUSASETELMA

4.1. Aineisto

Käytän aineistonani internetistä löytyviä uutisia ja lyhyitä dokumentteja, joissa yhteisölliseen asumisratkaisuun päätyneet, sitä suunnittelevat henkilöt ja asiantuntijat kertovat kokemuksiaan ja mielipiteitään aiheesta. Etsin uutisia hakusanoilla ”yhteisöasuminen”, ”yhteisöllinen asuminen” ja ”kommuuni” ja aineistokseni valikoitui yhteensä yhdeksän artikkelia sekä kaksi lyhyttä videota. Suurin osa uutisista on Ylen artikkeleita tai dokumentteja, mutta mukana on myös MTV:n, Vauva.fi:n, Talentian ja Ilta-Sanomien artikkelit. Valitsin nämä uutiset aineistokseni, sillä koin, että

näiden poimintojen avulla pystyn muodostamaan kattavan kuvan yhteisöasumisesta hyvinvoinnin näkökulmasta. Kaikki uutiset on viimeisen kymmenen vuoden ajalta, ja yhtä lukuun ottamatta viimeisen viiden vuoden ajalta.

Pyrin ottamaan aineistokseni sellaisia uutisia, missä henkilöt, joilla on kokemusta yhteisöasumisesta kertovat kokemuksiaan ja mielipiteitään. Aluksi tuntui, että yhteisöasumiseen liittyvää aineistoa oli melko haastava löytää. Tämä voi johtua siitä, että se on vielä suhteellisen tuore ilmiö Suomessa. Noin puolet aineistoni uutisista käsittelevät ikääntyvien yhteisöasumista, mutta saadakseni kattavamman kuvan ilmiöstä otin mukaan myös uutisia, jotka käsittelevät eri ikäisten asuttamia tai lapsiperheellisiä yhteisötaloja. Määrittelystä riippuen yhteisölliseksi asumiseksi voidaan laskea myös esimerkiksi opiskelijasolut tai kavereiden kesken jaetut kimppekämpät, jotka ovat Suomessa varsin yleisiä. Aineistossani nämä kuitenkin rajautuvat pois, sillä yksikään tarkastelemistani uutisista ei käsittele tällaista yhteisöasumisen muotoa. Aineistonani käyttämäni uutiset käsittelivät asumisyhteisöjä, jotka pyrkivät tarkoituksenmukaisesti edistämään yhteisöllisyyttä, minkä takia tulosten yleistämistä kaikenlaisiin yhteisasumismuotoihin voidaan kyseenalaistaa.

4.2. Sisällönanalyysi

Tutkimusmenetelmänä käytin sisällönanalyysia, jonka avulla nostin aineistosta esille tutkimuskysymyksen kannalta olennaisia teemoja ja analysoin niitä hyvinvoinnin näkökulmasta. Valitsin sisällönanalyysin, sillä se oli mielestäni tutkimuskysymyksen kannalta sopivin analyysimenetelmä, sillä pyrin nostamaan esille nimenomaan aineistoissa ilmeneviä merkityksiä. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 103) määrittelevät sisällönanalyysin perusanalyysimenetelmäksi, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä, minkä takia sitä voidaankin pitää yksittäisen metodin ohella väljänä teoreettisena kehyksenä ja niin kutsuttuna ”sateenvarjokäsitteenä”. Sisällönanalyysi on historiallisen analyysin ja diskurssianalyysin tavoin tekstianalyysia, mutta sisällönanalyysissa pääpaino on esimerkiksi kielen käytön sijaan merkitysten löytämisessä. (Tuomi & Sarajärvi 2018).

Tuomi ja Sarajärvi (2018, 109) jakavat laadullisen tutkimuksen aineistolähtöiseen, teoriajohtoiseen ja teorialähtöiseen analyysiin. Käytin tutkimuksessani teoriaohjaavaa analyysia. Teoriaohjaava analyysi eroaa aineistolähtöisestä analyysistä siten, ettei se pyri poistamaan aiemman tutkimuksen tai teorian vaikutusta vaan teoreettinen viitekehys kulkee aineiston kanssa rinnakkain. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108-109.) Sisällönanalyysissä aineisto voidaan joko luokitella, tyypitellä tai teemoitella (Tuomi & Sarajärvi 2018). Rajattuani aineistoni, poimin uutisista kommentteja ja sitaatteja, joissa käsiteltiin tutkimuskysymyksen kannalta keskeisiä asioita. Kävin keräämäni

aineiston muutaman kerran läpi ilman teoreettista viitekehystä ja kirjoitin ylös siinä toistuvia teemoja. Teemojen pohjalta päätin käyttää Allardtin hyvinvointiteoriaa teoreettisena viitekehysenä, sillä mielestäni se sopi analyysin tueksi. Teorian vakiinnuttua, kävin aineiston uudelleen läpi ja teemoittelin havainnot teoreettisen viitekehysten pohjalta kolmeen ryhmään: elintason, yhteisyyssuhteisiin ja itsensä toteuttamiseen. Taulukko 1 (kts. Liitteet) havainnollistaa muodostamiani analyysia jäsentäviä luokkia.

4.3. Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusetiikan huomioiminen on laadullisen tutkimuksen uskottavuuden kannalta tärkeä osa tutkimuksen tekemistä. Tutkimusetiikalla tarkoitetaan vastuullisten ja oikeiden toimintatapojen noudattamista sekä epärehellisyyden ja loukkausten välttämistä. Olennainen osa tutkimusetiikkaa on osallistujien suostumus, heidän oikeuksiensa turvaaminen, luottamuksellisuus sekä nimettömyys. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 147-157.) Kaikki käyttämäni uutiset ovat julkisia ja kaikkien saatavilla, joten en pyytänyt erikseen lupaa niiden käyttöön. Yksityisyyden suojelemisen näkökulmasta en kuitenkaan maininnut uutisissa ja dokumenteissa esiintyvien henkilöiden nimiä tai muita henkilökohtaisia tietoja, joista heidät saattaisi tunnistaa.

Laadullisen tutkimuksen kohdalla kysymys tiedon luotettavuudesta sekä objektiivisuudesta on tärkeä. Lisäksi laadullisessa tutkimuksessa tutkijan asema on keskeinen, sillä tutkijalla on määrälliseen tutkimukseen verraten enemmän vapauksia sekä suunnittelun että toteutuksen suhteen (Eskola & Suoranta 1998, 20). Tutkimusta tehdessä pyrin olemaan mahdollisimman objektiivinen sekä välttämään esioletuksia tai puolueellisuutta, mutta tiedostan että väistämättä tekemäni valinnat vaikuttavat tutkimuksen lopputulokseen.

4.4. Tutkimuskysymys

Tutkimuskysymykseni on: Miten hyvinvoinnin ulottuvuudet ilmenevät yhteisöasumisessa ja millä tavalla yhteisöasuminen voi vaikuttaa hyvinvointiin elintason, yhteisyyssuhteiden sekä itsensä toteuttamisen näkökulmasta? Tutkimuskysymykseni avulla pohdin, millaisia hyvinvoinnin ulottuvuuksia yhteisöasuminen voi yksilötasolla edistää sekä millaisiin laajempiin yhteiskunnallisiin kysymyksiin nämä ovat yhteydessä.

Seuraavassa luvussa käsittelen keskeisimpiä tutkimustuloksia ja analysoin niitä teoreettisen viitekehysten sekä aiempien tutkimusten pohjalta.

5. TULOKSET

5.1. Elintaso

Aineistossa ilmeni muutamia elintasoon viittaavia teemoja. Allardtin (1976a) määritelmän mukaan hyvinvoinnin elintaso -ulottuvuus kuvaa aineellista hyvinvointia ja sitä luonnehtii esimerkiksi mahdollisuus asua haluamassaan paikassa, kouluttautua sekä ylläpitää hyvää terveyttä. Elämisen kannalta välttämättömät fysiologiset tarpeet eivät kuitenkaan esiintyneet aineistossa, vaan elintasoon viittaavat hyvinvointitekijät liittyivät mahdollisuuteen asua haluamassaan ympäristössä samanhenkisten ihmisten kanssa, rahallisen tilanteen helpottamiseen sekä oman jaksamisen ylläpitämiseen.

5.1.1. Resurssien jaon taloudellisuus

Resurssien jaon taloudellisuus ja sen myötä rahallinen säästäminen nousivat aineistossa esille. Allardtin (1976b, 123) mukaan yhtenä elintason osatekijänä on asumistaso. Asumistasoon voi vaikuttaa esimerkiksi käytettävissä oleva tila tai se, kuinka hyväkuntoisessa talossa asuu. Joillekin yhteisöasuminen voi mahdollistaa asumisen asuinalueella, joka on muuten liian kallis tai sellaisten tavaroiden ja tilojen käyttämisen, joka ei ilman yhteisöasumista olisi mahdollista. Esimerkiksi auton, ruoka-aineiden ja yhteisten tilojen jakaminen koettiin taloudellisesti järkevänä ja ekologisena ratkaisuna, joka helpottaa ja yksinkertaistaa arkea. Esimerkiksi yhteisautoilulla ja jakamalla auton kustannukset, myös sellaiset henkilöt, joilla ei muuten ollut varaa omaa autoon, hyötyivät resurssien yhteiskäytöstä. Vastaavia tuloksia on ilmennyt useissa muissa yhteisöasumista koskevissa selvityksissä. Ulrike Hacke, Kornelia Müller ja Elisabeth Dütschke (2019, 236) tuovat esille yhteisöasumisen taloudellisen näkökulman: jakamiskulttuuri ja vähäiset osallistumismaksut kustannuksiin edistävät pitkäaikaista taloudellista varmuutta, joka puolestaan edistää yksilöiden hyvinvointia.

”Jo ennen yhteisöön muuttamista tajusin, että tarvitsen auton päästäkseni hyvin töihin. Siinä samalla tajusin, että voin ihan hyvin jakaa auton muiden kanssa.”

”-- asukas sanoi, että asuntonsa hinnalla hänen perheensä saa paljon enemmän, kuin jos olisivat ostaneet tavallisen asunnon.”

”Yksi hakee kaikkien lapset, yksi tekee kaikkien ruoat ja yksi keksii mitä me tehdään yhdessä. Säästyy kilometrejä, kun ei ajakaan kolme autoa vaan yksi auto. Kun yhdessä suunnitellaan ruokataloutta niin jää niitä heräteostoksia pois ja sitä kautta tulee säästöä.”

Vaikka resurssien jakaminen voi helpottaa taloudellista säästämistä, yhteisöasumisen kohdalla ongelmalliseksi nousee kuitenkin se, ettei kaikilla ole varaa kyseiseen asumismuotoon. Helamaan ja Pylväsen (2012, 21) sekä Jolankin ym. (2017, 19) mukaan yhteisöasuminen ei ole tällä hetkellä monelle mahdollista, sillä se vaatii sitoutumista ja rahallisia resursseja, joita suurimmalla osalla ei ole – varsinkaan sellaisilla, jotka yhteisössä asumisesta saattaisivat eniten hyötyä. Myös Amy Lubik ja Tom Kosatsky (2019, 123) yhtyvät ajatukseen, että yhteisöasumisen toteutus on haastavaa kaikista huono-osaisimmille, sillä asukkaat usein rahoittavat yhteisötalon rakennuttamisen. Tämä on vielä hyvin yleistä Suomessa, jossa yhteisöasuminen ilmenee lähinnä korkeamman keskiluokan asumismuotona. Niinpä aineellisten resurssien puute voi myös muodostua esteeksi yhteisöasumiselle ja yhteisöasuminen saattaa lisätä poissulkevaa ja sisäpiirimäistä yhteisöllisyyttä, johon suurimmalla osalla ei ole mahdollisuutta. Asuntopolitiikalla ja hallinnolla on tässä asiassa tärkeä rooli, sillä esimerkiksi Alankomaissa, joissa suurin osa yhteisöasunnoista on vuokra-asuntoja, sosioekonominen sekoittuminen on yleisempää (Helamaa & Pylvänen 2012, 142-143).

5.1.2. Jaksamista helpottava työnjako

Taloudellisten resurssien lisäksi kotitöiden jakaminen sekä arjen apu vaikuttivat edistävän asukkaiden hyvinvointia. Asukkaat esimerkiksi sopivat vuorot, jolloin kukin heistä valmistaa aterian koko yhteisölle. Askareiden jakamisen ja arjen avun koettiin helpottavan arkea ja vähentävän yksilön työtaakkaa. Etenkin lapsiperheet mainitsivat kotitöiden jakamisen helpottavan arjen hektisyyttä. Yhteisön arkea helpottava työnjako on elintason kannalta merkityksellinen, sillä se voi vaikuttaa välillisesti asukkaiden terveyteen esimerkiksi vähentämällä stressiä tai väsymystä. Yhteisöasumisen suoranaista terveysvaikutuksista löytyy vielä melko vähän tutkimusta, mutta osa aiemmista tutkimuksista viittaa esimerkiksi siihen, että yhteisöissä asuvilla vanhuksilla on keskimääräistä alhaisempi kroonisten sairauksien esiintyvyys ja vähäisempi hoidontarve (Lubik & Kosatsky 2019, 122; Jolanki ym. 2017, 17). Ajan säästymisen ja jaksamisen lisäksi yhteisössä asuminen voi vähentää riskiä altistua mielenterveydellisiin ongelmiin, kuten masennukseen, sillä yhteisöissä koetaan keskimäärin vähemmän yksinäisyyttä tai sosiaalista eriytymistä, jotka ovat riskitekijöitä monille mielenterveyden ongelmille. Yhteisön tarjoama tuki voi siten helpottaa sekä fyysistä, että henkistä jaksamista.

”Yksilöltä säästyy rahaa, aikaa, tarmoa, energiaa, kaikkea tätä näin. Arjen järjeistämistä ja leppoistamista ja se yksinkertaisesti helpottaa meidän elämää.”

”Kiireisen lapsiperheen arkea helpottaa se, että lapset vierailevat paljon toistensa luona. Välillä joku lapsista nappaa patjan ja petivaatteet sängystään ja lähtee naapuriin yökylään.”

Allardt (1976a) kuvaa elintasolla nimenomaan persoonattomien ja materiaalistien tarpeiden tyydyttämistä. Elintason resursseja on kuitenkin mahdotonta täysin erottaa muista hyvinvoinnin ulottuvuuksista ja aineistossa esille nousseet elintason tekijät ovatkin jossain määrin yhteydessä muihin hyvinvoinnin osa-alueisiin. Esimerkiksi arjen apu ja työnjako liittyvät läheisesti myös turvallisuuden tunteeseen. Etenkin vanhusten kohdalla yhteisön tarjoama apu loi tunteen turvallisuudesta elinympäristöstä, jossa voi luottaa siihen, että joku pitää huolta, mikäli ei siihen itsenäisesti kykene. Allardt esittääkin teoriassaan, että yhden tarpeen tyydyttyä siitä voi tulla resurssi toisen tarpeen tyydyttämiseksi, jolloin puhutaan hyvinvointikomponenttien vaihtokelpoisuudesta. Komponentit eivät kuitenkaan voi täysin korvautua toisilla: esimerkiksi nälästä kärsivä henkilö ei saa tarpeitaan tyydyttyä rakkaudella tai rakkautta kaipaava tyydytystä rahasta. Allardt toteaaakin, että vain toisilleen psykologisesti tai sosiaalisesti läheiset resurssit voivat korvata toisiansa. Jokaisen arvon tyydyttyminen johtaa jo itsessään parempaan hyvinvointiin, mutta hyvinvoinnin osatekijät voivat vaikuttaa toisiinsa kausaalisesti varsinkin pidemmällä aikavälillä tarkasteltaessa. Esimerkiksi sosiaaliset suhteet voivat vaikuttaa myönteisesti poliittisiin vaikuttamismahdollisuuksiin tai korkeat tulot mahdollistaa mielekkäämmän vapaa-ajanvieton. (Allardt 1976b, 36; Allardt 1976a, 233-234.) Yhteisöasumisessa esimerkiksi aineellisten resurssien jakaminen voi johtaa taloudellisesti parempaan tilanteeseen tai työnjako lisääntyneeseen vapaa-aikaan sekä paremmaksi koettuun terveyteen. Näin ollen hyvinvointi voi kasautua eri ulottuvuuksien kesken.

5.2. Yhteisyysuhteet

Hyvinvoinnin ulottuvuuksista aineistosta nousi esille huomattavasti eniten yhteisyysuhteisiin liittyviä havaintoja. Yhteisyysuhteissa merkityksellistä on tunne siitä, että kuuluu osaksi jotakin yhteisöä sekä ihmissuhteet, joissa välittämistä ilmaistaan. Allardtin mukaan (1976b, 156) sosiaaliset verkostot muun muassa antavat tukea, kanavoivat apua, välittävät tietoa ja tarjoavat molemminpuolista huolenpitoa. Ruiu (2016, 410) arvioi tutkimuksessaan yhteisöasumisen ja sosiaalisen pääoman suhdetta ja tulokset ovat linjassa havaintojeni kanssa: yhteisöasuminen edistää kuulumisen ja yhteisöllisyyden tunteita sekä vahvistaa vastavuoroisia tukiverkostoja yhteisön sisällä.

Aineistossa nousivat esille yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuus, jota luotiin sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden ja yhteisen tekemisen avulla, yhteisön tarjoama tuki, yksinäisyyden vähentäminen sekä yhteisö perheen korvikkeena.

Koska tarkastelemani kaltaisen yhteisöasumisen perimmäisenä tarkoituksena on luoda sellainen asuinympäristö, joka edistää sosiaalista vuorovaikutusta ja sosiaalisten kontaktien määrää, näiden teemojen nouseminen aineistossa keskeisimmäksi ei yllätä. Koska yhteisyysuhteita edistäviä tekijöitä ilmeni runsaasti, päädyin jaottelemaan havainnot lopulta kolmeen kategoriaan: sosiaalisen vuorovaikutukseen ja yhteisöllisyyteen, yhteisön tarjoamaan tukeen sekä yhteisöön perheen korvikkeena.

5.2.1. Sosiaalinen vuorovaikutus ja yhteisöllisyys

Yhteisöasuminen vaikutti edistävän sosiaalista vuorovaikutusta ja yhteisöllisyyttä samanhenkisen seuran ja yhteisen tekemisen avulla. Seurallisuuden ja sosiaalisen vuorovaikutuksen edistäminen nousi esille kaikissa uutisista. Asukkaat kokivat rikkautena muun muassa sen, että aina löytyy juttukaveri, kun sellaista tarvitsee sekä sen, että sosiaaliset kohtaamiset tapahtuivat luonnollisesti arkea elävöittäen. Aiemmat tutkimukset ovat linjassa havaintojeni kanssa, sillä seuran kaipuu nousee niissäkin tärkeäksi motiiviksi yhteisöön muuttaessa. Tutkimukset viittaavat myös siihen, että yhteisyyden kokemukset ja sosiaalinen vuorovaikutus vähentävät sosiaalista eriytymistä ja lisäävät sosiaalista koheesiota (Lubik & Kosatsky 2019, 121). Williamsin (2005a, 198) mukaan puolijulkiset alueet kuten puutarhat tai terassit voivat toimia hyvinä matalan kynnyksen kohtaamispaikkoina, joissa vuorovaikutustilanteita syntyy. Yhteisöasuminen lisää sosiaalista vuorovaikutusta sekä yhteisöllisyyttä, sillä yhteiset tilat ja asuntojen fyysinen läheisyys luovat mahdollisuuksia arjen kohtaamisille ja helpottavat seuran löytämistä.

”Täällä saa seuraa toisista aina, kun itse niin haluaa. Omassa asunnossa voi asua ihan niin itsenäisesti kuin haluaa, mutta jos kaipaa vaikkapa lenkkiseuraa tai syödä toisten kanssa, sekin onnistuu joka päivä.”

”-- introvertin on helppo asua yhteisössä, sillä ihmisten kohtaaminen tapahtuu siellä luonnostaan.”

Myös samanhenkisyyden teema toistui aineistossa. Varsinkin ikääntyneillä sosiaaliset kohtaamiset samanhenkisten ja samoissa elämäntilanteissa olevien kanssa koettiin tärkeinä. Havainto on linjassa Hacken ym. (2019, 235) tutkimustulosten kanssa: halu asua yhdessä samoja asenteita ja toiveita

jakavien ihmisten kanssa toistui kaikissa heidän tutkimissaan yhteisöasumisprojekteissa. Myös Helamaa ja Pylvänen (2012, 35-43) toteavat samankaltaisen elämäntilanteen ja samanhenkisyyden olevan tärkeä motiivi yhteisössä asumiselle. Samankaltaisuus ja yhteisön homogeenisyys saattavat edistää sosiaalisen vuorovaikutuksen toimivuutta, mutteivat välttämättä ole edellytyksiä sille. Toisaalta aineistossa mainittiin, että iän perusteella sekoittuneiden yhteisöjen kohdalla erilaisuus koetaan rikkautena ja uskottiin, että koska yhteisöasuminen pakottaa kohtaamaan eri-ikäisiä ihmisiä erilaisista elämäntilanteista, auttaa se sopeutumaan uudenlaisiin tilanteisiin ja oppimaan uutta. Aineistossa mainittiin myös, ettei ole väliä, onko asukkailla yhteisiä ideologioita, poliittisia tai maailmankatsomuksellisia näkemyksiä vaan merkityksellisempää on se, onko ”hyvä tyyppi”. Yhteisöasumisella on yhä hieman ideologinen stigma, vaikka moni nykyisistä ja suunnitteilla olevista yhteisöllisistä asumismuodoista korostavat sitoutumattomuutta mihinkään tiettyyn ideologiaan tai aatteeseen (Helamaa ja Pylvänen 2012, 14; Jarvis 2011).

”Miksi asua yksin jossakin kerrostalo-osakkeessa tai rivitalo-osakkeessa, kun voi asua ihanien ja samanhenkisten ihmisten kanssa.”

”Haluamme seuraamme mukavia ihmisiä. Poliittisilla ajatuksilla ei ole merkitystä, mutta minkään sortin kiihkoilijoita emme kaipaa.”

Lisäksi yhteinen tekeminen vaikutti edistävän yhteisöllisyyttä. Monissa yhteisötaloissa toimii erilaisia harrastusryhmiä, jotka järjestävät yhdessä aktiviteetteja ja tekemistä. Yhteisen vapaa-ajan toiminnan koettiin virkistävän arkea ja luovan pohjaa yhteisöllisyydelle. Helamaan ja Pylväsen (2012) mukaan yhteisöasumisessa korostuu toiminnallinen yhteisyys, sillä yhteisöllisyys muodostuu usein yhteistoiminnan seurauksena. Toiminta, jota voi olla esimerkiksi viikoittain toistuvat yhteisruokailut, harrastekerhot, kulttuuritoiminta tai koti- ja huoltotyöt voivat ylläpitää ja vahvistaa yhteenkuuluvuutta. (Helamaa & Pylvänen 2012, 43-48.) Myös Jolanki ja Vilkkö (2015, 122) toteavat yhteisen tekemisen, kuten tapahtumien ja aktiviteettien tai yhdessä ruokailun lisäävään yhteisyyden tunnetta merkittävästi. Yhteinen tekeminen vaikuttaisi sekä aineiston että aiempien tutkimusten mukaan edistävän ystävyysuhteiden muodostumista. Ystävien määrä puolestaan heijastuu voimakkaasti yksinäisyyden tunteeseen ja elämän tyytyväisyyteen, sillä mitä enemmän läheisiä ystäviä on, sitä tyytyväisempi keskimäärin elämäänsä on (Kainulainen 2016, 120-121).

”Kun tulee se vähän apea sunnuntai-iltapäivä, kun viikonloppu on kääntymässä pois ja uusi arki taas alkamassa, niin me voidaankin piristää toisiamme ja kokoontua katsomaan jotain kivaa elokuvaa ja juoda teetä ja syödä piirakkaa.”

”Pihapiirin keskuksessa, ihanalla pihalla, vietetään säännöllisesti synttäreitä, valmistujaisia ja muita juhlia.”

Yksinäisyyden pelko ilmeni yhteisöasumiseen motivoivana tekijänä ja sosiaalisen vuorovaikutuksen uskottiin vähentävän yksinäisyyden tunnetta. Yhteisyssuhteiden ulottuvuuden kannalta yksinäisyyden kokeminen on erityisen mielenkiintoista, sillä se kertoo jonkin yhteisyssuhteiden osaluheen puutteellisuudesta. Suurin osa yksinäisyyteen liittyvistä kommentteista ilmaisivat ikääntyvien kokemaa yksin jäämisen pelkoa. Yhteisöasumisen uskottiin edistävän hyvinvointia muun muassa tarjoamalla vaihtoehtoja elämäntapaa yksinäiselle vanhuudelle sekä lisäämällä kuuluvuuden sekä merkityksellisyyden tunnetta. Aiemmissa yhteisöasumista koskevissa tutkimuksissa on havaittu, että yksinäisyys usein vähenee yhteisössä asuessa. Esimerkiksi Kotisatama -senioriyhteisöaloe koskevassa selvityksessä moni koki juurikin asumismuodon vähentäneen yksinäisyyttä merkittävästi (Jolanki ym. 2017, 30-34). Luokkalan, Tammisen ja Solinin (2018) mukaan positiivista mielenterveyttä voidaan vahvistaa ja yksinäisyyden tunnetta vähentää tyydytystä tuottavilla sosiaalisilla suhteilla. Yksinäisyyden ja asumisen välisen yhteyden tunnustaa muun muassa Routasalo ym. (2006), joiden mukaan yhtenä merkittävänä ennakkotekijänä emotionaaliseen yksinäisyyteen on yksin asuminen. Myös Jenny de Jong Gierveldin (1998, 75) mukaan asumismuodolla ja siviilisäädylly on yhteys koettuun yksinäisyyteen.

”Jos menee päiväkin, että ei näe ihmisiä, niin johan sitä alkaa kävellä pitkin seinää.”

Allardtin (1976a, 37-49) mukaan yhteisyssuhteille on tärkeää solidaarisuus, vastavuoroisuus sekä toisesta välittämisen ilmaiseminen. Hän analysoi (1976a, 232-233) ystävyssuhteiden hyvinvointiarvon määrittävän ystävien määrän, ystävyssuhteiden intensiivisyyden sekä sen pohjalta, millaisiksi yksilö kokee mahdollisuutensa luoda yhteyksiä muiden kanssa. Vaikka yhteisössä asuminen lisää sosiaalisia kontakteja ja vuorovaikutustilanteita, jotka voivat vähentää yksinäisyyden tunnetta, ei yksinäisyyttä tutkivan Juho Saaren (2016, 19) mukaan pelkästään sosiaalisten kontaktien määrän lisääminen välttämättä vähennä yksinäisyyttä, sillä emotionaalisen yksinäisyyden kokeminen on määrän sijasta läheisemmin kytköksissä ihmissuhteiden laatuun. Ajatukseen yhtyy myös Routasalo ym. (2006), jotka havaitsivat tutkimuksessaan, että sosiaalisia suhteita koskevien odotusten

ja toiveiden täyttyminen on yksinäisyyden kannalta tärkeämpi tekijä kuin ihmissuhteiden määrä. Ihminen voi kokea olonsa yksinäiseksi ihmisten ympäröimänä, eikä yksinäisyyden tunnetta välttämättä voida vähentää yksinkertaisesti lisäämällä sosiaalisia kohtaamisia. Yhteisöt voivat kuitenkin toimia tilana, joka tarjoaa mahdollisuuksia sekä laajentaa, että syventää sosiaalisia suhteita.

5.2.2. Yhteisön tarjoama tuki

Myös yhteisön tarjoama apu, vertaistuki ja huolenpito olivat aineistossa esiin nousseita teemoja, jotka voivat edistää asukkaiden hyvinvointia. Allardtin mukaan välittävät suhteet ovat merkittävässä roolissa ihmisen hyvinvoinnin kannalta. Vastavuoroinen huolenpito ilmeni aineistossa jatkuvasti arjessa läsnäolevana, turvallisuudentunnetta lisäävänä tekijänä. Etenkin ikääntyvien kohdalla yksinasumiseen liittyy usein pelko siitä, kykeneekö huolehtimaan itsestään ilman ulkopuolista apua. Yhteisön ajateltiin lisäävän turvallisuudentunnetta, sillä muut yhteisön jäsenet ovat lähellä ja tavoiteltavissa. Lehtosen mukaan asuinyhteisöt ovat monille jäsenille turvallisuutta luovia järjestelmiä. Hän toteaa symbolisen yhteisyyden nousevan yhteisasumishankkeissa keskeiseen asemaan ja olevan jopa tärkeämpi tavoite kuin toiminnallinen yhteisyys. (Lehtonen 1990, 224-231.) Toiminnallisen tuen lisäksi verkostojen tarjoaman emotionaalisen tuen merkitys on havaittu useissa tutkimuksissa. Myös Allardt korostaa nimenomaan vastavuoroisten ja välittämistä ilmaisevien sosiaalisten suhteiden merkitystä yhteisyyssuhteiden osa-alueen tyydyttämiseksi (Allardt 1976a; 1976b; Gierveld 1998, 74-75).

Yhteisöasumisen tarjoama tuki on tärkeää, sillä se voi lisätä itsenäisyyttä varsinkin ikääntyvien kohdalla. Itsestään huolehtiminen koettiin helpompana ja itsemääräämisoikeus parempana, kuin esimerkiksi palvelukodeissa. Myös palveluiden räätälöiminen ja jakaminen nähtiin myönteisenä asiana: mikäli ulkopuoliselle avulle tulisi tarvetta, voitaisiin se jakaa muiden asukkaiden kesken ja räätälöidä omien tarpeiden mukaiseksi. Lisäksi moni koki, että aktiivisuuden ja vireyden ylläpitäminen mahdollistui elämäntavan myötä. Vanhusten hyvinvoinnin näkökulmasta itsenäisyyden ylläpitäminen on tärkeää, sillä yli 90 prosenttia 75 vuotta täyttäneistä asuu kotona. Nykyään on mahdollista saada monia palveluja kotiin, mutta palvelujen asiakasmaksut muodostavat usein suuren menoerän vanhusten tuloista, jo pelkällä maltillisella palvelujen käytöllä. (Kestilä & Karvonen 2018, 198.) Yhteisössä asuminen ei välttämättä vaadi yhtä paljon rahallisia resursseja kuin julkiset palvelut, silloin kun yhteisön tarjoama tuki korvaa ulkopuolista palveluntarvetta.

”Jollekin yhteisöllisyys tarkoittaa turvallisuudentunnetta ja tietoa siitä, että naapuri tulee auttamaan, jos sattuu apua tarvitsemaan.”

”Meitä suurten ikäluokkien ihmisiä on niin paljon, että ei tästä tulisi yhtään mitään, jos me kaikki samanaikaisesti heittäytyisimme selällemme ja sanoisimme, että hoitakkee minnuu.”

5.2.3. Yhteisö perheen korvikkeena

Joissakin uutisista asumisyhteisö rinnastettiin perheen korvikkeeksi. Lisäksi luotiin erilaisia roolituksia, esimerkiksi itseen viitattiin yhteisön ”äitinä” tai ”isänä”.

”Innostuimme myös ajatuksesta, että voisimme olla tällaisen ”perheen” äitinä ja isänä ja kommuuniin voisi ottaa asumaan myös henkilöitä, jotka tarvitsevat jo enemmän apua.”

”Kyllä tämä kommuuni on tavallaan perheen korvike. Elämäntilanteen muututtua yksin asuminen tuntui jotenkin tylsältä.”

Allardt määrittelee yhdeksi yhteisyyssuhteiden osatekijäksi perheyhteisyyden (Allardt 1976b). Asumisyhteisön rinnastaminen perheeseen saattaa kertoa siitä, kuinka ihmisellä on perustavanlaatuinen tarve kokea kuuluvansa johonkin yhteisöön, joista perhettä pidetään yhä kenties merkittävimpänä. Perheen käsitys ei ole yksiselitteinen, vaan käsite pitää sisällään lukuisia erilaisia yhteisöjä. Perheen voidaankin ajatella olevan jotakin täysin muuta kuin biologiseen sukulaisuuteen perustuva ydinperhe. Lehtonen (1990, 37) toteaa, että vaikka perhettä pidetään yhä kaikista aidoimpana ja kestävimpänä yhteisömuotona, voidaan myös kyseenalaistaa perheen ja sukulaisuuden merkitystä yksilöllisessä nyky-yhteiskunnassa. Modernisaation seurauksesta perheiden yksilöllistyminen ja erilaiset perhesuhteet ovat tulleet entisen kaltaisten perhesuhteiden rinnalle. Hän kuitenkin myöntää, että vaikka muiden suhteiden merkitys on kasvanut, perhesuhteet ilmentävät moderneissakin yhteiskunnissa symbolista ja pysyvää yhteisöä, eikä niiden merkitys ole kadonnut. (Lehtonen 1990, 200-218.)

Yhteisöasumisessa yhteisö voi korvata perheen kaipuuta, esimerkiksi jos puoliso tai omat lapset eivät enää asu lähellä tai ole osana jokapäiväistä arkea. Fyysinen läheisyys ja yhteisöllisyys yhteisön jäsenten kesken voi luoda perheenkaltaisen yhteisön, sillä asutaan samassa paikassa ja ollaan päivittäin tekemisissä. Havainnot kertovat myös siitä, kuinka omaa identiteettiä peilataan siihen yhteisöön ja ryhmään, jonka keskuudessa elää. Henri Tajfelin ja John Turnerin (1979) sosiaalisen identiteetin teorian mukaan ihmisillä on tapana määritellä itseään ryhmäjäsennyksien kautta. Jos on esimerkiksi tottunut äidin rooliin, voi kokea, että yhteisö tarjoaa mahdollisuuden tämän roolin jatkamiseen silloinkin, kun omat lapset ovat muuttaneet pois.

5.3. Itsensä toteuttaminen

Aktiivisuus, tarpeellisuuden tunne, omaan elämään vaikuttaminen ja mielekäs tekeminen olivat aineistossa korostuneita itsensä toteuttamisen teemoja. Hyvinvoinnin kannalta itsensä toteuttaminen on merkityksellistä, sillä se lisää yksilön tunnetta siitä, että hän on tarpeellinen ja korvaamaton. Myös elämän kokeminen merkitykselliseksi liittyy läheisesti itsensä toteuttamisen ulottuvuuteen. Aineistossa itsenäisyys, mielekäs tekeminen ja vapaa-aika, oman elämän merkityksellisyys sekä tarpeellisuuden tunne nousivat keskeisiksi itsensä toteuttamisen ulottuvuutta kuvaaviksi tekijöiksi.

5.3.1. Elämän merkityksellisyys, aktiivisuus ja vaikuttaminen

Monissa uutisista todettiin yhteisöasumisen lisänneen elämän merkityksellisyyttä. Oman elämän merkityksellisyyteen vaikutti muun muassa aktiivisuus arjen askareissa, mikä lisäsi tunnetta siitä, että on hyödyksi muille. Myöskin osallistuminen päätöksentekoon on tekijä, joka voi lisätä tarpeellisuuden tunnetta. Mahdollisuus poliittiseen osallistumiseen on yksi Allardtin (1976b, 47) mainitsemista itsensä toteuttamisen osatekijöistä. Havainnoissa ei suoranaisesti ollut kyse poliittisesta vaikuttamisesta, mutta yhteisöasumisessa asukkaat usein osallistuvat asumisyhteisöä koskevaan päätöksentekoon, asuntokunnan toimintaan ja rakennusprosessiin jo varhaisessa vaiheessa (Jolanki ym. 2017, 24-25). Yhteisössä asumisen koettiin myös edistävän ja ylläpitävän aktiivisuutta ja vireyttä, etenkin ikääntyvien kohdalla.

Allardtin mukaan (1976b) ihmisellä on luontainen tarve kokea olonsa tärkeäksi ja tarpeelliseksi. Yksi itsensä toteuttamisen osatekijöitä, korvaamattomuus, ilmaisee yksilöiden tarvetta kokea olonsa vaikeasti korvattavaksi ja itsenäiseksi persoonaksi. Yhteisöasuminen luo mahdollisuuksia osallistua yhteisöä koskeviin päätöksiin ja kollektiiviseen toimintaan, joka voi edistää oman tarpeellisuuden ja korvaamattomuuden kokemusta. Helamaa ja Pylvänen (2012) mainitsevat yhdeksi yhteisöön muuttamista motivoivaksi tekijäksi itsensä toteuttamisen, sekä mahdollisuuden vaikuttaa omaan elämään ja asumiseen. Etenkin ikääntyvien kohdalla, joilla tunne aktiivisesta kuulumisen osaksi yhteiskuntaa voi olla eläköitymisen myötä vähentynyt, aktiivinen osallistuminen päätöksentekoon sekä työntekoon voi lisätä tunnetta oman elämän merkityksellisyydestä. Jolankin ja Vilkon (2015, 123) mukaan yhtenä motiivina yhteisöihin muuttamiselle on toivo elämän merkityksellisyyden lisääntymisestä. Omaan tulevaisuuteen vaikuttaminen on myös yksi Allardtin mainitsemista itsensä toteuttamisen tekijöistä. Moni uskoo, että yhteisöasumisessa yksilö voi helpommin vaikuttaa omaan elämäänsä ja varsinkin ikääntyvät saattavat haaveilla arvokkaasta ja merkityksellisestä vanhuudesta.

Yhteisöasuminen voi tarjota vaihtoehtoja viedä elämää mielekkääseen suuntaan, mikä on yksi itsensä toteuttamisen komponenteista (Allardt 1976b).

”Aukkaat saavat osallistua jo rakentamisvaiheessa muun muassa yhteisten tilojen sisustussuunnitteluun.”

”--tavoitteena on pysyä aktiivisina ja vireinä mahdollisimman pitkään sekä säilyttää itsemääräämisoikeutensa myös ikääntyneinä.”

5.3.2. Mielekäs tekeminen ja vapaa-aika

Allardtin (1976b, 47) mukaan yksi itsensä toteuttamisen osatekijöistä on mahdollisuus harrastuksiin ja mielekkääseen vapaa-ajan toimintaan. Nämä teemat esiintyivät aineistossa useaan otteeseen. Arjen merkityksellisyttä lisäsi muun muassa se, ettei aika tule pitkäksi, kun ympärillä on seuraa ja aktiviteetteja tarjolla. Mielekäs tekeminen on Allardtin mukaan edellytys itsensä toteuttamiselle. Tekemisellä ja harrastuksilla on hänen mukaansa vaikutusta myös poliittiseen aktiivisuuteen ja yhteiskunnalliseen osallistumiseen. Vastaavasti vapaa-ajan toiminnan puutteella ja sosiaalisella eriytymisellä vahva keskinäinen yhteys. (Allardt 1976b, 48.) Vastaavia tuloksia on havaittu useissa tutkimuksissa: esimerkiksi yksinäisyys, joka aiheuttaa sosiaalista eristäytymistä on merkittävästi yhteydessä myös poliittiseen aktiivisuuteen ja osallisuuteen. Järjestötoiminnan sekä yhteisöjen toimintaan osallistumisen uskotaan ehkäisevän yksinäisyyttä: Grönlundin ja Falkin (2016) mukaan yksinäiset vastaavasti osallistuvat muita vähemmän järjestöjen ja harrastusryhmien toimintaan. Yhteisöasumisessa harrastukset ja vapaa-aika liittyvät läheisesti myös yhteisyssuhteiden ulottuvuuteen, sillä yhteisöllisyyttä syntyy usein yhteisten harrastusten ja tekemisen kautta. Yhteisöasunnoissa yhteiset tilat, kuten harrastehuoneet, kuntosali tai puutarha voivat tarjota mahdollisuuksia toteuttaa itseään ja aloittaa uusia harrastuksia. Kun asuu yhteisössä, ei myöskään harrastuskumppaneista ole välttämättä pulaa, jolloin sekään muodostu esteeksi mielekkäälle tekemiselle.

”Yhteisöasumisessa korostuvat läheisyys, mielekäs tekeminen, elämän merkityksellisyys ja asumisen turvallisuus. Kaikki tämä ehkäisee ikäihmisten toimintakyvyn heikkenemistä.”

”Päivät rytmittyvät muun muassa liikunnalla, bingolla, runonlausunnalla ja leipomisella. Ohjaajan kanssa tehdään matkoja teatteriin, tansseihin, konsertteihin ja shoppailemaan.”

6. JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä tutkielmassa tutkin yhteisöasumisen yhteyttä hyvinvoinnin ulottuvuuksiin. Tutkimuskysymykseni avulla pyrin vastaamaan kysymykseen siitä, millaisiin hyvinvoinnin ulottuvuuksiin yhteisöasuminen voi vaikuttaa ja miten ne ilmenevät yhteisöissä asuvien elämässä. Aineistoni antoi myös tietoa siitä, mikä motivoi ihmisiä asumaan yhteisöissä ja mitä he asumismuodolla tavoittelevat. Käsittelin aineistoani pääasiassa Erik Allardtin hyvinvointiteorian viitekehyksestä ja jaottelin keräämäni havainnot Allardtin kolmen hyvinvoinnin pääulottuvuuden mukaisesti elintason, yhteisyyssuhteisiin ja itsensä toteuttamiseen. Lisäksi käytin analyysini tukena aikaisempaa tutkimusta aiheesta sekä teorioita ja tutkimuksia yhteisöistä ja yksinäisyydestä.

Elintason ulottuvuudesta aineistossa nousi esille kaksi keskeistä teemaa: resurssien jakaminen ja siihen liittyvä taloudellinen ja rahallinen säästäminen sekä työnjaon vaikutus arjessa jaksamiseen. Yhteisöasumisesta oli asukkaiden mukaan taloudellista hyötyä, sillä jakamistalous tarkoitti usein myös halvempia asumiskustannuksia sekä sellaisten tilojen ja tavaroiden käyttöä, mihin ei muuten olisi varaa. Työnjako ja yhteisön tarjoama apu puolestaan vaikuttivat arjessa jaksamiseen, minkä voidaan olettaa edistävän asukkaiden terveyttä. Lisäksi mahdollisuus asua haluamassaan paikassa voi yhteisöasumisen kannalta olla helpompaa, sillä monissa, varsinkin suurissa kaupungeissa, asumiskustannukset ovat korkeat ja edullisista yksiöistä saattaa olla pulaa. Yhdessä asuminen voi siten mahdollistaa asumisen sellaisella alueella, missä ei muuten olisi varaa asua. Toisaalta resurssien riittämättömyys voi johtaa siihen, ettei kaikilla ole varaa asua yhteisötaloissa, sillä asumismuodon toteuttaminen vaatii yleensä rahallisia ja ajallisia resursseja. Näin ollen yhteisöasuminen voi luoda poissulkevaa yhteisöllisyyttä, johon kaikilla ei ole mahdollisuuksia. Koska yhteisöasuminen on Suomessa vielä harvinaista, sen toteutus on yksilöiden näkökulmasta haastavaa. Yhteisöasumista tulisi helpottaa valtion ja kuntien tasolta, jotta se tehtäisiin kaikille ihmisryhmille saavutettavammaksi. Esimerkiksi Tanskassa ja Ruotsissa yhteisöasuminen on pitkälti julkisten toimijoiden tukemaa.

Vaikka yhteisöasumisen voidaan ajatella toisaalta lisäävän sisäpiirimäisyyttä, monet tutkimukset osoittavat yhteisöasumisesta olleen hyötyä ympäröivälle asuinalueelle ja lisänneen sen yhteisöllisyyttä. Lubikin ja Kosatskyn (2019, 123) mukaan yhteisöasuminen voi edistää naapuruston sosiaalista pääomaa esimerkiksi tarjoamalla puolijulkisia tiloja, joita myös muut asuinalueen asukkaat voivat käyttää. Ajatukseen yhtyy myös Ruiu (2016, 403; 408-409), joka arvelee yhteisöllisen asumisen lisäävän asuinalueen vakautta ja edistävän yhteenkuulumisen tunnetta

yhteisten tapahtumien sekä julkisten tilojen avulla. Yhteisöasumisen avulla voitaisiin siten mahdollisesti luoda sosiaalisesti kestävämpiä asuinalueita.

Yhteisöllisen asumisen positiivisia vaikutuksia sosiaalisen vuorovaikutuksen ja yhteisöllisyyden kannalta on tutkittu paljon ja tutkimukset osoittavat melko yhtenäisesti myönteiset vaikutukset tähän osa-alueeseen. Tutkimukseni on aiempien tutkimusten kanssa linjassa: yhteisyysuhteiden ulottuvuudella esimerkiksi yhteinen tekeminen ja sosiaaliset vuorovaikutustilanteet voivat lisätä sosiaalisten kontaktien määrää ja yhteisöllisyyttä sekä vähentää yksinäisyyttä. Ystävyysuhteet on yksi tärkeimmistä yhteisyysuhteisiin liittyvistä osatekijöistä. Sosiaaliset kohtaamiset voivat mahdollistaa uusien ystävyysuhteiden syntymisen, mikä lisää hyvinvointia yhteisyysuhteiden ulottuvuudella. Yhteisöasuminen ei välttämättä edistä pelkästään yksilöllistä hyvinvointia vaan voi parantaa myös yhteisöjen hyvinvointia, sillä se luo mahdollisuuksia edistää ihmisten välistä koheesiota. On kuitenkin hyvä pohtia, voidaanko ulkoa päin toteutettavalla yhteisöllistämisellä vastata yksilön sosiaalisiin tarpeisiin, sillä yhteisyysuhteisiin kuuluu ajatus niiden spontaanista synnystä. Myöskään pelkästään sosiaalisten kontaktien lisääminen ei välttämättä vähennä yksinäisyyden tunnetta, mikäli muutos ei vastaa henkilön omia odotuksia ja toiveita ihmissuhteiden määrästä ja laadusta. Yhteisöasuminen vaikuttaa tulosten pohjalta kuitenkin edistävän sosiaalista vuorovaikutusta tai vähintäänkin tarjoavan sille mahdollisuuksia, vaikkei aineiston perusteella voidakaan suoranaisesti tehdä johtopäätöksiä yksilöiden sosiaalisten tarpeiden tyydyttämisestä.

Keskeisiksi itsensä toteuttamisen ulottuvuutta edistäviksi tekijöiksi muodostuivat aktiivisuus ja tarpeellisuuden tunne, omaan elinympäristöön ja tulevaisuuteen vaikuttaminen sekä mielekäs vapaa-ajan toiminta. Hyvinvoinnin näkökulmasta, ihmisen on tärkeä kokea oma elämä merkitykselliseksi sekä omat vaikutusmahdollisuudet hyviksi. Tarpeellisuuden tunne ja elämän merkityksellisyys liitettiin etenkin elämäntavan aktiiviseen luonteeseen ja omaan elämään vaikuttamiseen. Yhteisöasumisessa asukkaat ovat usein aktiivisesti osana yhteisön päätöksentekoa ja vaikuttamismahdollisuudet ovat korkeat. Myöskin esimerkiksi asunnon suunnitteluprosessi tai yhteisen toiminnan organisointi voidaan kokea mielekkääksi itsensä toteuttamisen muodoksi. Lisäksi vapaa-ajan mielekkyys on itsensä toteuttamisen osatekijä, joka korostui aineistossa: yhteinen harrastustoiminta ja yhdessä tekeminen tuotiin esille myönteisessä valossa.

Tutkielmani tulokset osoittavat, että yhteisöissä asuvat ja sitä suunnittelevat ilmaisevat yhteisöasumisen vaikuttavan positiivisesti sekä yksilöiden että yhteisöjen hyvinvointiin. Havaintoni ovat pitkälti linjassa aikaisempien yhteisöasumista koskevien tutkimusten kanssa. Kaikki havaintoni eivät asettuneet suoranaisesti yhteen hyvinvoinnin ulottuvuuteen, minkä takia niitä oli hieman haastava jakaa eri ulottuvuuksien kesken. Hyvinvoinnin ulottuvuuksien karkea erottelu

toisistaan ei kuitenkaan välttämättä ole tarpeellista, sillä hyvinvoinnin subjektiivinen kokemus muodostuu resurssien kokonaisvaltaisesta tyydyttymisestä ja jokin tekijä voi vaikuttaa useaan hyvinvoinnin ulottuvuuteen samanaikaisesti. Jako eri ulottuvuuksien kesken kuitenkin helpotti aineiston analyysia, minkä takia koin sen mielekkääksi tavaksi tarkastella yhteisöasumisen ja hyvinvoinnin yhteyttä.

Yhteisöasumiseen liittyy toki omat haasteensa, eikä voida yleistää sen olevan aina hyvinvoinnin kannalta positiivinen ratkaisu. Yhteisön toimivuus riippuu aina yhteisöstä itsestään sekä siitä, millaiset säännöt ja käytännöt siellä vallitsee. Aina yhteisö ei välttämättä toimi, eikä pelkkä ihmisten asettaminen asumaan lähekkäin välttämättä luo yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyyden syntyminen on moniulotteinen prosessi, joka yhteisöasumisen tapauksessa kytkeytyy yhteistyöhön ja kollektiivisiin toimiin, jotka aloitetaan usein jo yhteisötalon rakennus- ja suunnitteluvaiheessa. Fyysinen ympäristö voi vaikuttaa merkittävästi siihen, miten ihmiset kokevat asuinympäristönsä tai millaiseksi ihmisten välinen kanssakäyminen muodostuu (Abu-Ghazze 1999). Jotta yhteisöasuminen edistäisi hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä, tulisi asumisen suunnittelussa kiinnittää huomiota moniin asioihin, kuten tilojen oikeanlaiseen aseteluun sekä asumisyhteisön yhteisiin sääntöihin.

Jokaiseen tieteelliseen tutkimukseen liittyy joitakin rajoitteita ja tutkimuksen luotettavuuden kannalta oman tutkimuksen itsereflektointi ja kriittinen tarkastelu on tarpeen. Koska käytin aineistossani uutisia, en välttämättä päässyt suoraan käsiksi haastateltujen ja uutisissa esiintyvien henkilöiden mielipiteisiin ja kokemuksiin, sillä uutista tehdessä ollaan jo rajattu, mitkä asiat ylittävät uutiskynnyksen ja mitkä ei. Median käyttäminen lähteenä saattoi myös vaikuttaa tulosten puolueellisuuteen, sillä uutisissa kuuluu väistämättä myös kolmannen osapuolen eli toimittajan ääni. Lisäksi mediassa ilmiötä tarkastellaan aina jostakin näkökulmasta käsin, jolloin keskittyminen tiettyihin teemoihin on todennäköistä. Aineistossa korostuivat yhteisöasumisen positiiviset puolet, eikä negatiivisia piirteitä juurikaan ilmennyt. Yhtenä syynä tähän voi olla se, että yhteisötaloihin valikoituu ihmisiä, jotka ovat tarkoituksenmukaisesti hakeutuneet yhteisölliseen asumismuotoon esimerkiksi yhteisöllisyyden ja sosiaalisen vuorovaikutuksen toivossa. Media myöskin uutisoi aiheesta positiiviseen sävyyn – potentiaalisena vaihtoehtona nykyisten asumismuotojen rinnalle.

Tutkimuskysymyksen kannalta minua kiinnosti ennen kaikkea millaisia merkityksiä henkilöt, joilla on kokemusta yhteisöasumisesta, sille antavat, joten keskityin aineistoa rajatessani heidän kommentteihinsa aiheesta. Otin kuitenkin aineistooni mukaan myös muutamia kommentteja uutisissa esiintyneiltä asiantuntijoilta sekä henkilöiltä, jotka eivät vielä asu yhteisöllisessä asumismuodossa, mutta suunnittelevat sitä. Koska aineistossani ei suoraan vastata kysymykseen, miten löytämäni teemat vaikuttavat asukkaiden hyvinvointiin – vaan oikeastaan siihen, miten hyvinvoinnin

ulottuvuudet ilmenivät asukkaiden kommentoissa – ei voida tehdä yksiselitteisiä päätelmiä niiden subjektiivista hyvinvointia edistävästä vaikutuksesta. Tämän takia tutkimukseni ei suoraan vastaa kysymykseen, miten yhteisöasuminen edistää asukkaiden hyvinvointia, mutta antaa viitteitä siitä, miten hyvinvointi ilmenee yhteisöasumisessa ja mitä yhteisössä asuminen voisi tarjota hyvinvoinnin näkökulmasta. Tutkimukseni kertoo myös siitä, minkälaisia asumisen ideoita yhteisöasumiseen liittyy ja mitä yhteisöön muuttaneet tai sitä suunnittelevat henkilöt asumismuodolta hakevat ja toivovat.

Tarkastelin tutkimuksessani yhteisöasumista ennen kaikkea yksilön hyvinvoinnin näkökulmasta. Yksilön hyvinvoinnin edistämisen lisäksi on mielenkiintoista pohtia, minkälaisiin laajempiin yhteiskunnallisiin haasteisiin yhteisöasumisella voitaisiin vaikuttaa. Yhteisön tarjoama tuki ja turva voivat esimerkiksi vähentää yhteiskunnan tai perheen taakkaa avun tarjoajana ikääntyvien kohdalla. Ikääntyvien kokemukset yhteisön positiivisista vaikutuksista ilmenivät sekä omista havainnoistani että useissa aiemmissa tutkimuksissa yhteisöasumisesta. Yhteisöllinen elämäntapa saattaa myös ylläpitää ikääntyvien aktiivisuutta ja vireyttä sekä mahdollistaa kotona asumisen mahdollisimman pitkään. Ruotsissa ja Tanskassa lapsiperheiden yhteisöllinen asuminen on yleisempää ja yhteisöihin saatetaan hakeutua arjen taakkaa vähentääkseen. Samankaltaisia tuloksia ilmeni myös tässä tutkimuksessa ja lapsiperheiden kohdalla esimerkiksi lastenhoidon jakamisen mainittiin helpottavan arkea. Lisäksi tukea tarjoavat sosiaaliset verkostot, tyydyttävät sosiaaliset suhteet ja yksinäisyyden vähentäminen voivat potentiaalisesti ehkäistä syrjäytymistä ja vähentää mielenterveysongelmia. Matalammat asumiskustannukset voivat puolestaan helpottaa toimeentulo-ongelmia ja tavaroiden ja tilojen yhteiskäyttö edistää ekologisesti kestävästä toimintaa. Yhteiskunta ja yksilöt eivät ole toisistaan irrallisia vaan yksilön hyvinvoinnin edistäminen vaikuttaa yhteiskunnan toimintaan, sillä yhteiskunta muodostuu yksilöistä ja yhteisöistä. Jos yksilöt voivat hyvin, yhteiskunta hyötyy siitä.

Tutkimukseni jättää vastaamatta moniin tärkeisiin kysymyksiin, joita yhteisölliseen asumiseen liittyy. Vaikka tutkimukseni esittää yhteisöasumisen myönteisessä valossa, ei suinkaan ole tarpeen jättää huomioimatta siihen liittyviä haasteita tai yrittää sovittaa sitä kaikenlaisiin elämäntilanteisiin sopivaksi. Yhteisöasuminen on kuitenkin vielä Suomessa suhteellisen uusi ja harvinainen asumismuoto, joten sen tutkiminen eri näkökulmista on tärkeää, jotta voidaan paremmin selvittää voisiko se tarjota jotakin uutta ja toimia vaihtoehtoisena asumisratkaisuna nykyisten rinnalle. Jatkossa olisikin mielenkiintoista saada lisää tutkimuksia aiheesta. Jatkotutkimusmahdollisuuksia voisivat olla esimerkiksi: mitä haasteita yhteisöasumiseen liittyy ja miten ekologisempia asumismuotoja voitaisiin yhteisöasumisen avulla kehittää.

7. LÄHTEET

- Abu-Gazze, Tawfiq (1999). Housing layout, social interaction and the place of contact in Abunuseir, Jordan. *Journal of Environmental Psychology*, 19(1), 14–73.
- Allardt, Erik (1976a). Dimensions of Welfare in a Comparative Scandinavian Study. *Acta Sociologica*, 19(3), 227-239.
- Allardt, Erik (1976b). *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. Ensimmäisen painoksen muuttumaton lisäpainos. Porvoo; Helsinki: WSOY.
- Gierveld, Jenny de Jong (1998). A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 73-80.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Grönlund, Henrietta & Falk, Hanna (2016) Kolmas sektori ja yksinäisyyden vähentäminen. Teoksessa Saari, Juho (toim.) *Suomalaisten yksinäisyys*. Helsinki: Gaudeamus. 253-273.
- Hacke, Ulrike & Müller, Kornelia & Dütschke, Elisabeth (2019). Cohousing – Social impacts and major implementation challenges. *GAI A - Ecological Perspectives for Science and Society*, 28(1), 233-239. DOI: <https://doi.org/10.14512/gaia.28.S1.10>.
- Helamaa, Anna & Pylvänen, Riikka (2012). *Askeleita kohti yhteisöasumista: Selvitys yhteisöasumisen muodoista ja toteuttamisesta*. Tampere: Tampereen teknillinen yliopisto. Arkkitehtuurin laitos.
- Jarvis, Helen (2011). Saving Space, Sharing Time: Integrated Infrastructures of Daily Life in Cohousing. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 43(3), 560–577. <https://doi.org/10.1068/a43296>
- Jolanki, Outi & Leinonen, Emilia & Rajaniemi, Jere & Rappe, Erja & Räsänen, Tiina & Teittinen, Outi & Topo, Päivi (2017). *Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus*. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017.
- Jolanki, Outi & Vilkkö, Anni (2015). The Meaning of a “Sense of Community” in a Finnish Senior Co-Housing Community, *Journal of Housing For the Elderly*. 29(1), s. 111-125
- Junttila, Niina (2016). Yksinäisyyden ulottuvuudet. Teoksessa Saari, Juho (toim.) *Yksinäisten Suomi*. Helsinki: Gaudeamus, 52-73.
- Kainulainen, Sakari (2016). Yksinäisen elämänlaatu. Teoksessa Saari, Juho (toim.) *Yksinäisten Suomi*. Helsinki: Gaudeamus,
- Kauhanen, Jussi (2016). Yksinäisen terveys. Teoksessa Saari, Juho (toim.) *Yksinäisten Suomi*. Helsinki: Gaudeamus, 96-114.
- Kauppinen, Timo & Martelin, Tuija & Hannikainen-Ingman Katri & Virtala, Esa (2014). *Yksinäisten asuvien hyvinvointi – Mitä tällä hetkellä tiedetään?* THL, Työpapereita 27/2014.

- Kestilä, Laura & Karvonen, Sakari (toim.) (2019). *Suomalaisten hyvinvointi 2018*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Lehtonen, Heikki (1990). *Yhteisö*. Jyväskylä: Vastapaino.
- Lietaert, Matthieu (2009) *Cohousing's relevance to degrowth theories*. European University Institute, Florence Italy. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.clepro.2009.11.016>
- Lubik, Amy & Kosatsky, Tom (2019). Public health should promote co-operative housing and cohousing. *Canadian journal of public health*. 110(2). DOI: 10.17269/s41997-018-0163-1.
- Luukkainen, Kirsi & Tamminen, Nina & Solin, Pia (2018). Yksin kotona. Yksinelävien positiivinen mielenterveys ja kokemuksia yhteiskunnallisesta asemasta. *Yhteiskuntapolitiikka*, 83(5-6), 555-561.
- Maslow, Abraham A. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological review*, 50(4), 370-396.
- Meltzer, Graham (2000) *Cohousing: towards social and environmental sustainability*. Unpublished PhD Thesis, Department of Architecture, The University of Queensland, Brisbane.
- Meltzer, Graham (2001) *Co-Housing Bringing Communalism to the World? International Communal Studies Association, Communal Living on the Threshold of a New Millennium: Lessons and Perspectives*, Proceedings of the 7th International Communal Studies Conference, 25–27.
- Routasalo, Pirkko E. & Savikko, Niina & Tilvis, Reijo S. & Strandberg, Timo E. & Pitkälä Kaisu H. (2006). Social Contacts and Their Relationship to Loneliness among Aged People – A Population-Based Study. *Gerontology*, 52(3), 181–187.
- Ruiu, Maria Laura (2016) Social Capital of Cohousing Communities. *Sociology* 50(2) 400-415.
- Ruuskanen, Petri (2001) *Sosiaalinen pääoma – käsitteet, suuntauksat ja mekanismit*. Helsinki: Valtion taloudellinen tutkimuskeskus.
- Ryan, Richard M. & Deci, Edward L. (2002). An Overview of Self-Determination Theory: An Organismic-Dialectical Perspective. Teoksessa Ryan, Richard M. & Deci, Edward L. (toim.) *Handbook of Self-Determination Research*. University of Rochester Press.
- Saari, Juho (2012) *Onnellisuuspolitiikka. Kohti sosiaalisesti kestävää Suomea*. Kalevi Sorsa -säätiön julkaisuja 1/2012. Jyväskylä: Bookwell Oy
- Saari, Juho (toim.) (2016) *Yksinäisten Suomi*. Helsinki: Gaudeamus
- Suomen virallinen tilasto (SVT) (2017): *Perheet. Vuosikatsaus 2017, 7. Yksinasuminen vaihtelee iän mukaan*. Helsinki: Tilastokeskus. http://www.stat.fi/til/perh/2017/02/perh_2017_02_2018-12-05_kat_007_fi.html. Viitattu: 16.10.2019.
- Suomen virallinen tilasto (SVT) (2018). *Asunnot ja asuinolot*. Helsinki: Tilastokeskus. https://www.stat.fi/til/asas/2018/asas_2018_2019-05-14_tie_001_fi.html). Viitattu 16.10.2019.

Tajfel, Henry & Turner, John C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. Teoksessa Austin, William G. & Worchel, Stephen (toim.) *The social psychology of intergroup relations*. Monterey, California: Brooks/Cole Pub. Co. 33-47.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.

Williams, Jo (2005a). Designing Neighbourhoods for Social Interaction: The case of Cohousing. *Journal of Urban Design*, 10(2), 195-227.

Williams, Jo (2005b). Sun, surf and sustainable housing—cohousing, the Californian experience, *International Planning Studies*, 10(2), 1-33, DOI: [10.1080/13563470500258824](https://doi.org/10.1080/13563470500258824)

8. TUTKIMUSAINEISTO

Iltta-Sanomat 18.9.2016. Yhteisessä kerrostalossa autetaan naapuria: ”Löytyisikö jostakin pehmopakajaa naamiaisasuun?” <https://www.is.fi/asuminen/art-2000001261385.html>. Viitattu 30.9.2019.

MTV 3.3.2017. Nyt perustetaan mummo- ja ukkikommuuneja – ”Me ollaan vähän hippejä”. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/nyt-perustetaan-mummo-ja-ukkikommuuneja-me-ollaan-vahan-hippeja/6334520#gs.76tfrk>. Viitattu 30.9.2019.

Talenta 21.4.2017. Yhteisöasuminen on vaihtoehto ja vastaisku yksinäisyydelle. <https://www.talenta-lehti.fi/yhteisoasuminen-on-vaihtoehto-ja-vastaisku-yksinaisyydelle/>. Viitattu 30.9.2019.

Vauva.fi 6.11.2017. Yhteisöllinen naapurusto: lapsiperheen unelma vai painajainen? <https://www.vauva.fi/artikkeli/vanhemmuus/arki/yhteisollinen-naapurusto-lapsiperheen-unelmavai-painajainen>. Viitattu 30.9.2019.

Yle 10.9.2019. 69-vuotias Pirkko Koponen muutti erikoiseen kylään, jonka jokainen asukas aloittaa ”kolmannen elämän” – opiskelijat auttavat. <https://yle.fi/uutiset/3-10962332>. Viitattu 30.9.2019.

Yle 18.10.2009. Yhteisöasumisesta apua suomalaisten syrjäytymiseen. <https://yle.fi/uutiset/35901185>. Viitattu 30.9.2019.

Yle 22.7.2017. Hippipari rakentaa rauhan ja rakkauden vanhuuskommuunia – joka kolmas ikäihminen kiinnostunut yhteisöasumisesta. <https://yle.fi/uutiset/3-9732676>. Viitattu 30.9.2019.

Yle 24.2.2017. Eläkeläispariskunta perustaa kotiinsa mummo- ja ukkikommuunin – yhteisöasuminen kiinnostaa ikääntyviä. <https://yle.fi/uutiset/3-9473428>. Viitattu 30.9.2019.

Yle 9.11.2018. Espoolainen lapsiperheyhteisö jakaa talon ja auton – Kommuuni lievittää yksinäisyyttä ja voi toimia jopa perheen korvikkeena. <https://yle.fi/uutiset/3-10498882>. Viitattu 30.9.2019.

Yle Areena 5.11.2018. Koti kommuunissa. <https://areena.yle.fi/1-50010672>. Viitattu 30.9.2019.

Yle Elävä arkisto 14.3.2012. Yhteisöllinen asuminen on Suomessa yhä harvinaista. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2012/03/14/yhteisollinen-asuminen-suomessa-yhaharvinaista#media=78670>. Viitattu 30.9.2019.

9. LIITTEET

Taulukko 1: Aineiston analyysia jäsentävät luokat

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Resurssien jakaminen	Resurssien jaon taloudellisuus	Elintaso (having)
Taloudellisuus		
Töiden ja vastuiden jakaminen	Jaksamista helpottava työnjako	
Seura	Sosiaalisen vuorovaikutuksen edistäminen	Yhteisyysuhteet (loving)
Samanhenkisyys		
Yhteinen tekeminen		
Yksinäisyyden vähentäminen		
Tuki, arjen apu ja turvallisuus	Yhteisön tarjoama tuki	
Yhteisö perheen korvikkeena	Yhteisö perheen korvikkeena	
Tarpeellisuuden tunne	Tarpeellisuuden tunteen, aktiivisuuden ja vaikuttamisen edistäminen	Itsensä toteuttaminen (being)
Aktiivisuus ja vaikuttaminen		
Mielekäs tekeminen ja vapaa-aika	Mielekäs tekeminen ja vapaa-aika	