

SOSIAALISEN PÄÄOMAN YHTEYS NUORTEN MASEN- TUNEISUUTEEN SEKÄ MASENNUKSEEN

Vuokko Oinonen
Kandidaatintutkielma
Sosiaalityö
Yhteiskuntatieteiden ja filo-
sofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Kevät 2023

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen	Laitos Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Tekijä Vuokko Oinonen	
Työn nimi Sosiaalisen pääoman yhteys nuorten masentuneisuuteen sekä masennukseen	
Oppiaine Sosiaalityö	Työn laji Kandidaatin tutkielma
Aika Kevät 2023	Sivumäärä 31
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tämän tutkielman tarkoituksena on tarkastella sosiaalisen pääoman yhteyttä nuorten masennukseen sekä masentuneisuuteen. Tutkimusmenetelmä mukailee kuvailevaa kirjallisuuskatsausta. Aineisto on kansainvälistä, valikoitunut tutkimuskysymyksen perusteella ja rajattu alle 18-vuotiaisiin. Aineiston perusteella vastataan tutkimuskysymykseen: Miten sosiaalinen pääoma on yhteydessä nuorten masentuneisuuteen ja masennukseen? Masentuneisuudesta puhutaan itsearvioidun mielentilan yhteydessä, kun taas masennus on kliininen diagnoosi. Tutkielmassa korostuu monitieteellisyys ilmiön moninaisuuden perusteella. Teoreettisen viitekehyksen tutkielmalle tuo sosiaalisen pääoman laaja-alainen käsite.</p> <p>Tutkimustuloksena on se, että matalampi sosiaalinen pääoma on yhteydessä lisääntyneeseen masentuneisuuteen sekä masennukseen ja toisin päin korkeampi sosiaalinen pääoma vähentää masentuneisuutta ja masennusta. Sosiaalinen pääoma siis yleensä tuottaa positiivisia tuloksia, mutta negatiivisia vaikutuksiaakin on löydetty. Jos sosiaalisen pääoman osa-alue sosiaalinen tuki on epätasaisesti jakautunut esimerkiksi koulussa, voi sillä olla myös negatiivinen vaikutus masentuneisuudessa kaikilla oppilailta. Tutkimustulokset aiheesta ovat suhteellisen yksimielisiä, lukuun ottamatta muutamaa ristiriitaisuutta, jotka voivat selittyä kulttuuri- ja ikäeroilla. Sosiaalisen pääoman käsite esiintyy tutkimuksissa eri tavoin. Esimerkiksi toisessa puhutaan perheen sosiaalisesta pääomasta ja jossain yksilöllisestä pääomasta. Tämä vaikeuttaa tutkimustuloksien yhteenvetoa. Jatkotutkimuksissa siis aihetta voitaisiin tutkia keskittymällä selkeästi esimerkiksi sosiaalisten verkostojen näkökulmaan sosiaalisen pääoman laajan käsitteen sijaan.</p>	
Asiasanat: sosiaalinen pääoma, masentuneisuus, masennus, nuoruus	
Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto	
Muita tietoja Ohjaaja Tuomo Kokkonen	

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	NUORUUS, MASENNUS JA MASENTUNEISUUS.....	4
3	SOSIAALINEN PÄÄOMA.....	8
	3.1 Sosiaalisen pääoman ulottuvuudet	8
	3.2 Sosiaalisen pääoman klassiset teoreetikot.....	11
	3.3 Sosiaalinen pääoma ja nuoret.....	12
4	TUTKIMUSMENETELMÄ JA TIEDONHAUNKUVAUS	16
5	SOSIAALISEN PÄÄOMAN YHTEYS NUORTEN MASENTUNEISUUDEN JA MASENNUKSEEN	18
	5.1 Nuorten masentuneisuuden ja sosiaalisen pääoman yhteys.....	18
	5.2 Nuorten kliinisen masennuksen ja sosiaalisen pääoman yhteys	22
6	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	24
	LÄHTEET	27

1 JOHDANTO

Sosiaalinen pääoma on tärkeä tekijä, joka vaikuttaa mielenterveyteen (Mori ym. 2022.) Sosiaalisen pääoman nähdään tuottavan vastavuoroisuutta, luottamusta ja positiivisia tunteita. Sen on teoretisoitu erityisesti olevan suojaavana tekijänä masennukseen, koska se antaa pääsyn positiiviseen emotionaaliseen tukeen ja lisää psykologisia voimavaroja kuten itsetuntoa ja suojaa stressaavien elämänvaiheiden negatiivisilta vaikutuksilta. (O'Connor ym. 2011.) Lähivuosina kiinnostus nuorten sosiaalisesta pääomasta on noussut. Nuoruudessa tapahtuu muutoksia nopealla tahdilla ja samalla myös sosiaalinen pääoma muovautuu nuorten elämässä. Kuitenkin tutkimuksien avulla on löydetty sosiaalisen pääoman olevan tehokas vähentämään nuorten masentuneisuutta ja masennusta. (Mori ym. 2022.)

Sosiaalinen pääoma muodostuu sosiaalisista verkostoista, normeista sekä luottamuksesta (Ellonen 2008). Eri määritelmissä keskitytään näihin osa-alueisiin eri painoarvoin. Käsitteellä on siis monta eri näkökulmaa ja se on moniulotteinen. (Kääriäinen Rostila, Ellonen, Kivivuori & Korkiamäki 2005; Ellonen 2008; Ruuskanen 2002.) Masennuksella tarkoitetaan kliinistä diagnoosia ja masentuneisuus on yksilön itsearvioima mielentila (Ellonen 2008). Molemmat masennus ja masentuneisuus ovat iso ongelma nuorten hyvinvoinnissa. Masennuksen riskitekijänä toimii muun muassa yksilöllisen tunnesäätelyn lisäksi yhteisölliset tekijät kuten koulu ja suhteet perheeseen sekä ystäviin. (Mori ym. 2022.) Tässä tutkielmassa käsittelen sosiaalisen pääoman yhteyttä masennukseen sekä masentuneisuuteen nuorilla.

Tutkielmani on kirjallisuuskatsaus ja mukailee kuvailevaa kirjallisuuskatsausta. Tutkimuskysymykseni on: Miten sosiaalinen pääoma on yhteydessä nuorten masentuneisuuteen ja masennukseen? Aineistoni on valikoitunut tutkimuskysymyksen

perusteella ja keskeinen tulokseni aineiston perusteella on, että sosiaalinen pääoma on yhteydessä nuorten masennukseen sekä masentuneisuuteen. Erityisesti mitatulla korkeammalla sosiaalisella pääomalla on vähentävä yhteys masennukseen ja masentuneisuuteen.

Kiinnostukseni aiheeseen lähti mielenkiinnosta nuorten mielenterveyden häiriöihin. Tästä lähdin tutkimaan, miten saisin yhdistettyä aiheeseeni mielenterveyden ja sosiaaliset vaikutukset, jolloin löysin sosiaalisen pääoman käsitteen ja siihen liittyvää tutkimusta. Sosiaalityössä on tärkeää olla tietoinen esimerkiksi nuoren perheestä ja muista sosiaalisista suhteista sekä niiden vaikutuksista, jolloin sosiaalisen pääoman ja masennuksen yhteydestä on tärkeää tietää. Erityisesti psykososiaalisessa sosiaalityössä tarkastellaan kokonaisvaltaista toimintaympäristöä sekä hyvinvointia esimerkiksi kasvuolosuhteissa (Arajärvi ym. 2020). Kun tietää kasvuolosuhteesta ja sen sosiaalisista verkostoista sekä niistä muodostuvasta sosiaalisesta pääomasta, voi olla helpompaa löytää ratkaisuja tilanteisiin ja ymmärtää tilanteen kokonaiskuvaa. Sosiaalityön tutkimuksessa voidaan eri ammatillisten käytäntöjen lisäksi tutkia ihmisten elämämaailmaa erilaisissa vaiheissa. (Korkiamäki 2013, 21), mihin osa-alueeseen tutkielmani keskittyy.

Korkiamäki (2013) kirjoittaa väitöskirjassaan, että sosiaalityön empiirisessä tutkimuksessa on marginaalisesti otettu mukaan sosiaalisen pääoman käsitettä nuorten ja lapsien yhteydessä. Esimerkiksi lastensuojelu ja nuorisososiaalityö ovat jättäytyneet sivuun sosiaalisen pääoman keskusteluista. Tämä ei kuitenkaan koske vain nuoria, vaan sosiaalisen pääoman käsitettä ei ole käytetty yleisestikään paljoa. Se voi johtua käsitteen teorioiden ristiriitaisuuksista tai sen yleisestä laaja-alaisuudesta. Käsitettä on pidetty toisaalta sosiaalityön kentällä potentiaalisena esimerkiksi sosiaalisten suhteiden ja niiden antamien resurssien selittämisessä. (Korkiamäki 2013, 38–41.) Tolonen (2009) on huomannut tutkimuksessaan, että vanhempansa menettäneillä nuorilla viranomaiset, kuten opettajat, kuraattorit, poliisit ja sosiaalityöntekijät toimivat sosiaalisen pääoman lähteinä merkittävästi. Sosiaalisen pääoman käsite esiintyy myös jonkin verran yhteisösosiaalityön tutkimuksissa, joissa korostetaan Putnamin kansalaisyhteiskunnan näkemystä. Sosiaalityössä siis sosiaalisen pääoman arvo on

yhteisöllisten voimavarojen esille nousu. Riskien sijasta voidaan kiinnittää huomiota resursseihin samalla kun negatiivisia seurauksia ei tarvitse kieltää. (Korkiamäki 2013, 38–41.)

Yleisesti nuorten pahoinvoinnista on ollut keskustelua yhteiskuntatieteellisesti sekä terveystieteellisesti. Erityisesti yhteiskunnallinen kiinnitys tulee aiheen yhteisöllisyyden kautta. Sosiaalisen pääoman yhteys masentuneisuuteen ja masennukseen kuuluu myös hyvinvointitutkimuksen alueelle ja sosiaalisen pääoman käsite tuo paljon uutta perinteiseen hyvinvointikeskusteluun. (Ellonen 2008, 14.) Yhteiskuntatieteellisyyden sekä terveystieteellisyyden näkökulmat nousevat esiin tutkielmassani, koska aineistossani osa tutkimuksista on esimerkiksi psykologian tutkimusta. Tutkielmassani korostuu siis monitieteellisyys sekä psykososialisuus.

2 NUORUUS, MASENNUS JA MASENTUNEISUUS

Nuoruus koostuu kolmesta vaiheesta, joita ovat varhaisnuoruus, keskinuoruus ja myöhäisnuoruus. Varhaisnuoruus sijoittuu noin 12–14- vuotiaisiin, keskinuoruus ikävuosiin 15–17 ja myöhäisnuoruus vuosiin 18–22. Kehityksen kulku on kuitenkin yksilöllistä eikä ole olemassa yhtä oikeaa nuoruusikää. (Marttunen & Karlsson 2013, 8.) Tässä tutkielmassa keskityn varhaisnuoruuteen ja keskinuoruuteen eli rajaan yli 18-vuotiaat pois. Nuoruusiässä alkaa biologiset muutokset ja erityisesti aivojen kehitys jatkuu koko nuoruusiän läpi voimakkaana. Korkeammat aivotoiminnot, jotka osallistuvat muun muassa käyttäytymisen säätelyyn, tunteiden tunnistamiseen ja vaatimaan oman toiminnan suunnittelun ohjaamiseen, kehittyvät aikuisikään saakka. Nuorten aivot ovat herkemmit kuin aikuisten aivot ulkoisien ärsykkeiden haittavaikutuksille ja esimerkiksi varhaisnuori näyttää selkeämmin tunteensa käyttäytymisessä kuin varttuneempi aikuinen. Nuoruusiässä kasvaa myös tietoisuus omasta erillisyydestä ja muiden ajattelusta. Ikävaihetta kuvastaa nopea psyykkinen, sosiaalinen ja fyysinen kasvu, jotka voivat kuohuttaa ja hämmäntää. (Marttunen & Karlsson 2013, 8.)

Nuoruuden kehitys alkaa puberteetista, jossa tapahtuu muun muassa kasvupyrähdys, sukukypsyyden työstäminen ja fyysiset muutokset. Varhaisnuorella tarve itsenäistyä vanhemmista kasvaa, mutta on myös riippuvainen heidän avustaan ja läheisyydestään. Myös suurissa vastoinkäymisissä turvaudutaan vanhempiin. Keskinuoruudessa ikätovereiden merkitys kasvaa ja riippuvuus vanhemmista vähenee. Tällöin nuoren on myös helpompaa hallita impulsseja ja tarkastella tunne-elämää.

Kehittyminen on yksilöllistä ja jotkut nuoret tarvitsevat perheeltään enemmän suoje-
lua vaaroilta ja toiset rohkaisua itsenäistymiseen. (Marttunen & Karlsson 2013, 8–9.)

Useammat mielenterveyden häiriöistä ilmenevät ensimmäistä kertaa nuoruu-
dessa. Mielenterveyden häiriöiden esiintyminen kaksinkertaistuu lapsuudesta nuo-
ruuteen siirtyessä. Niistä yleisimmät nuorilla ovat ahdistuneisuus-, mieliala-, päihde-
ja käyttöhäiriöt. On myös yleistä, että nuorella on samanaikaisia häiriöitä esimerkiksi
ahdistuneisuushäiriö ja depressio. Tutkimuksissa on huomattu, että aikuisiän mielen-
terveydenhäiriöistä noin kolme neljänestä on alkanut alle 24-vuotiaana ja noin puo-
let alle 14-vuotiaana. (Marttunen & Karlsson 2013, 10–11.) WHO:n mukaan 10–20 pro-
senttia nuorista kokee mielenterveyden ongelmia. Mielenterveyden häiriöt voivat vä-
hentää nuorten elämän laatua, pahentaa käyttäytymisongelmia ja lisätä koulupoissa-
oloja. Nuoruudessa mielenterveyden ongelmat lisäävät todennäköisyyttä myös nii-
den jatkumiselle aikuisiällä. (Mori ym. 2022.)

Arjessa masennus tarkoittaa ohimenevää mielialaa johtuen esimerkiksi petty-
myksestä tai menetyksestä. Masentuneen mielialan pitkäkestoisuus voi johtaa masen-
nustilaan eli depressioon. Tällä tarkoitetaan oireyhtymää, joka haittaa arkielämän toi-
mintakykyä. Masennustila on laadultaan erilaisempaa ja voimakkaampaa kuin suru-
mielisyys. Ydinoireita ovat masentunut mielentila, mielihyvän tai mielenkiinnon ko-
kemisen katoaminen ja väsymys sekä uupumus riittävästä levosta riippumatta. Muita
oireita ovat muun muassa unihäiriö, itsetuhoiset ajatukset, itsetunnon heikkeneminen ja
pessimistiset ajatukset tulevaisuudesta. Nuorella voi olla erilaisia oireita kuin aikui-
sella depressiossa esimerkiksi masentunut mieliala voi esiintyä ärsyyntymisenä tai
kärtyisyytenä tai herkkyytenä suuttua pienistä asioista. (Marttunen & Karlsson 2013,
41–42.)

Nuorten depressiota on alettu pitämään vakavana terveysongelmana ja se on ol-
lut suosittu tutkimuksen kohde (Kääriäinen ym. 2005). Nuorilla masennus on riskite-
kijä toistuviin koulupoissaoloihin ja itsensä vahingoittamiseen. (Mori ym. 2022). On
myös huomattu, että masentuneet nuoret pärjäävät heikommin koulussa ja heillä voi
olla myös vaikeuksia aikuisiällä. (Kääriäinen ym. 2005). Masennustilassa nuoren psy-
kososiaalinen kehitys lukkiutuu ja toimintakyky heikkenee. Tämä mielenterveyden

häiriö on yleinen nuorilla ja tytöillä on suurempi riski sairastua siihen. Masennuksen taustalla voi olla psykologisia, biologisia tai sosiaalisia seikkoja. Usein näiden tekijöiden yhteisvaikutus johtaa sairastumiseen (Marttunen & Karlsson 2013, 44–49.)

Masennuksen lisäksi kirjallisuudessa puhutaan masentuneisuudesta. Isoin ero käsitteiden välillä on se, että masennus on kliinisesti diagnosoitu sairaus ja masentuneisuus on itsearvioitu mielentila. Masentuneisuutta pidetään myös yhtenä osa-alueena kuvaamaan yksilön tyytyväisyyttä elämään, mikä määrittää samalla hyvinvointia. Masentuneisuus ei ole hetkellinen tunnetila, vaan se on pitkään jatkuvaa. Tällöin puhutaan oireista, jotka eivät täytä kuitenkaan masennuksen kriteerejä. Masennuksen ja masentuneisuuden käsitteiden ero on selvä, mutta silti se ei näyttäydy kirjallisuudessa selvästi. (Ellonen 2008, 19–20.) Suomalaisissa aineistoissani puhutaan enemmän masentuneisuudesta (*depressive symptoms*) ja kansainvälisissä masennuksesta (*depression*) eikä käsitteiden eroja oteta esille yhtä selkeästi kuin Ellosen väitöskirjassa. Tässä tutkielmassa minun on siis aiheellista keskittyä molempiin masennukseen ja masentuneisuuteen eikä rajata toista pois.

Nuorilla masentuneisuus on yleistä liittyen erilaisiin kehityshaasteisiin ja niiden mukana tuleviin isoihin mielialanvaihteluihin. Pitkään jatkunut mielialanlasku on uhka hyvinvoinnille ja tulevalle kehitykselle. Myös masentuneisuudessa tytöillä on suurempi riski siihen kuin pojilla. Nuorten mielialaa on katsottu olevan yhteydessä perheen rakenne, työllisyystilanne sekä vanhempien koulutus. Myös se, miten kauan nykyisellä asuinalueella on elänyt vaikuttaa nuorten masentuneisuuteen. Perheeseen liittyviä riskitekijöitä on tutkittu eniten, mutta elinympäristössä voi silti olla muitakin masentuneisuuden mahdollisuutta lisääviä tekijöitä. Esimerkiksi nuoren kasvuyhteisöön voi ottaa mukaan asuinalueen ja kouluyhteisön ja myös yleiset makrosysteemin kulttuurilliset uskomukset ja arvostukset. Myös erilaiset teot ja tapahtumat voivat lisätä nuorten masentuneisuutta ja masennusta muun muassa vanhempien väkivaltainen käyttäytyminen, riitatilanteet, perheessä vakavat sairaudet tai kuolema, parisuhteesta eroaminen, sisarusten väliset ongelmat sekä kokeissa epäonnistuminen. (Ellonen 2008, 19–23.)

Sosiaalisen pääoman sosiaalisella tuella on iso rooli sekä masennuksen ja masentuneisuuden ehkäisemisessä (Ellonen 2008; Marttunen & Karlsson 2013). Kirjallisuudessa asiaa on perusteltu sosiaalista tukea välittävillä psykologisilla mekanismeilla, jotka ehkäisevät mielenterveydenhäiriöitä. Epävirallisesti tukevilla, kontrolloivilla sosiaalisilla verkostoilla sekä virallisella institutionaalisella tuella on iso vaikutus nuorten kehitysprosessien kautta nuorten mielenterveyteen. Tutkimuksissa on myös huomattu, että hyvän kehitysympäristön elementit ystäväpiiri, naapurusto, perhe ja koulu aiheuttavat nuorissa positiivisia muutoksia. Perheellä on suuri merkitys mielenterveydessä ja samalla siis masennuksessa. (Kääriäinen ym. 2005, 30–31.). Perheen lisäksi erityisesti ikätoverit ovat tärkeitä ja vaikuttajia kehitykseen. Jos nuorta syrjitään tai kiusataan, altistuu nuori reagoimaan siihen psyykkisesti. (Marttunen & Karlsson 2013, 49.) Sosiaalisella pääomalla on siis merkittävä rooli selittäessä nuorten masentuneisuutta (Kääriäinen ym. 2005, 31).

3 SOSIAALINEN PÄÄOMA

Tässä osuudessa käsittelen keskeisimpiä sosiaalisen pääoman määritelmiä sekä teoreetikkoja. Käsittelen myös sosiaalista pääomaa nuorten kontekstissa. Sosiaalinen pääoma on ollut yksi suosituimmista käsitteistä sosiaalitieteissä viimeisten vuosikymmenien ajan. Se käsitetään yleisesti ominaisuutena, joka muodostuu ihmisten välisestä virallisesta ja epävirallisesta vuorovaikutuksesta. Käsitettä on pyritty saamaan nostettua yhdeksi hyvinvoinnin tekijäksi taloudellisen, fyysisen ja inhimillisen pääoman lisäksi. (Ellonen 2008, 31–33.) Sosiaalinen pääoma nähdään tekijänä, joka nostaa erityisesti yhteisön hyvinvointia (Awgu, Magura & Coryn 2016). Hyvin toimivat paikallisyhteisöt tai koulu-yhteisöt tuottavat sosiaalista tukea, sosiaalista kontrollia ja luottamusta, jotka voivat ehkäistä nuorten mielenterveyden ongelmia. (Kääriäinen ym. 2005, 28).

3.1 Sosiaalisen pääoman ulottuvuudet

Sosiaalisen pääoman käsite yhdistetään kolmeen teoreetikoon, jotka ovat James Coleman, Pierre Bourdieu ja Robert Putnam. Vaikka kaikilla on omat käsitykset käsitteestä niin silti taustalla on käsitys siitä, että käsite liittyy sosiaalisiin verkostoihin, luottamukseen ja normeihin. (Kääriäinen ym. 2005). 1980-luvulla sosiologit Bourdieu ja Coleman nostivat sosiaalisen pääoman yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Putnam nousi taas keskusteluun mukaan 90-luvulla. Sosiaalisen pääoman teoriaa

käsitellessä, otetaan usein esille nämä kolme teoreetikkoa ja koostetaan heidän näkemyksiään. (Ellonen 2008, 31–33.) Sosiaalisen pääoman määrittelyä on kritisoitu sen laaja-alaisuudesta ja siitä, miten sitä on lähes mahdotonta määritellä kokonaan (Kääriäinen ym. 2005, 29). Tässä teoriaosuudessa pyrin käsittelemään olennaisimmat asiat sosiaalisesta pääomasta ja keskeisimmät sosiaalisen pääoman osat, joita käsittelemän analyysissä. Analyysivaiheessa tarkennan, mistä näkökulmista sosiaalista pääomaa on tutkimuksissa lähestytty.

Sosiaalinen pääomalla on moniulotteisia määritelmiä. Ulottuvuudet voivat suuntautua yhdistäväksi tai jakavaksi tekijäksi yhteiskunnassa. Esimerkiksi Putnam painottaa sosiaalisen pääoman olevan yhteen sitovaa yhteiskunnan jäsenille ja Bourdieu konfliktista ja jakavaa luonnetta. Sosiaalisen pääoman voi siis ajatella tuovan positiivisia ja negatiivisia tuloksia yhteisölle, yksilöille ja yhteiskunnalle. Suuntauksissa painotetaan erilaisilla tavoilla sosiaalisen pääoman osia, joita ovat esimerkiksi sosiaaliset verkostot, sosiaaliset normit, kansalaisten epävirallinen sosiaalisuus ja sosiaalisten instituutioiden ja luottamuksen suhde. (Ruuskanen 2002, 8–9.)

Sosiaalisen pääoman nähdään myös jakautuvan kahteen näkökulmaan, jotka ovat kansalaisasenteiden näkökulma ja sosiaalisten verkostojen näkökulma. Sosiaalisten verkostojen näkökulma painottaa sitä, miten sosiaalinen pääoma vaikuttaa rajattuihin ryhmiin ja sen jäseniin. Kansalaisasenteiden näkökulma käsittelee sen vaikutusta laajasti yhteiskuntaan ja sitä koskeviin kansalaisasenteisiin. (Ellonen 2008, 34.)

Sosiaalisen pääoman alkuperästä on erilaisia käsityksiä, jotka luovat määritelmille eriäviä näkemyksiä ja merkittäviä eroja. Alkuperällekkin on olemassa kaksi näkökulmaa: institutionaalinen ja yhteisöllinen. Yhteisöllinen lähestymistapa korostaa ihmisten vapautta muodostaa sosiaalisia verkostoja. Institutionaalinen lähestymistapa taas korostaa politiikan ja instituutioiden merkitystä sosiaaliin verkostoihin. (Ellonen 2008, 36–35.) Myös sosiaalisen pääoman vaikutuksesta on yksilöllinen ja yhteisöllinen näkökulma, mutta nämä eivät aina toistu johdonmukaisesti, koska molemmissa voidaan käsitellä kumpaakin. Näkökulmat eivät siis aina ole ristiriidassa tai sulje toisiaan pois. Sosiaalisella pääomalla on kaksi tutkimustraditiota, joista voidaan puhua käsitteiden määrittelyjen erojen sijaan. Sosiologinen tutkimustraditio pyrkii

selittämään laajasti käsitteen vaikutuksia rajattuihin ryhmiin tai yksilöihin. Valtio-opillinen traditio tutkii yhteiskunnallisia vaikutuksia demokratian näkökulmasta normatiivisesti ja rajatummin. (Ellonen 2008, 36–35.)

Tässä tutkielmassa nousee myös esille kognitiivinen sosiaalinen pääoma sekä rakenteellinen sosiaalinen pääoma. Kognitiivinen sosiaalinen pääoma määritellään luottamuksena, hoivana, empatian näyttämisenä, tunteiden ilmaisuna, hyvinvoinnin ylläpitämisenä, elämäntapojen valvomisenä sekä terveyteen liittyvinä päätöksinä ja käyttäytymisinä. Sitä voidaan mitata esimerkiksi sosiaalisten verkostojen emotionaalisenä tukena ja suhteiden havaintokyvyn laatuna. (Awgu ym. 2016, 214.) Positiivisen kognitiivisen sosiaalisen pääoman nähdään nostavan itsetuntoa, itseluottamusta sekä estävän negatiivisia vaikutuksia hyvinvoinnin heikentäjiltä. Esimerkiksi nuoren käytöksen muuttamiseen voi vaikuttaa kaverisuhteet sekä perhe, joko hyvään tai huonompaan suuntaan. Rakenteellinen sosiaalinen pääoma tarkoittaa taas osallistumista sosiaalisissa verkostoissa ja sitä mitataan, sillä miten usein osallisuutta tapahtuu verkostoissa. Positiivisen rakenteellisen sosiaalisen pääoma nähdään tuottavan hyödyllisiä mahdollisuuksia yksilölle, mikä nostattaa hyvinvointia. (Awgu ym. 2016, 214.)

Suomessa sosiaalisen pääoman käsitettä on alettu nostamaan esiin 1990- ja 2000-luvulla. Käsitteestä syntyi akateeminen noususuhdanne ja samalla heräsi myös kiinnostus aiheesta yhteiskuntapoliittisesti. 1990-luvulla oltiin toipumassa lamasta, jolloin sosiaalisen pääoman käsitteen sosiaaliset perustelut nuorten myönteiselle kasvulle ja kehittymiselle nähtiin olevan tietynlainen pelastus. Käsitettä alettiin nostaa esiin poliittisesti eduskunnassa ja politiikkaohjelmissa nuoren tai lapsen kasvuympäristöltä saamina normeina, arvoina, sosiaalisina verkostoina, luottamuksena ja tukena. Tieteellisen tutkimuksen ja politiikan myötä sosiaalinen pääoma tuli tunnetuksi paikallisella tasolla, kolmannen sektorin ja kunnallisen tuottamisessa projekteissa, visioissa ja strategioissa. (Korkiamäki 2013, 17–20.)

Sosiaaliseen pääomaan liittyen on Suomessa tehty hankkeita sekä projekteja paikallisesti ja valtakunnallisesti. Näissä hankkeissa ja projekteissa on pidetty itsestäänselvyytenä, että sosiaalisen pääoman käsite liittyy nuorten hyvinvointiin, eikä siihen olla suuntauduttu kriittisesti. (Korkiamäki 2013, 17–20.) Suomessa sosiaalisen

pääoman käsite nousee esiin myös esimerkiksi hyvinvointivaltion ja siihen liittyvän luottamuksen yhteydessä sekä tarkastellessa syrjäytymisen vaikutuksia talouteen (Ruuskanen 2002). Tutkimuksissa on osoitettu, että sosiaalisen pääoman osa-alueet edistävät talouden kasvua, jolloin. Ajatellaan, että syrjäytyminen vähentää sosiaalista pääomaa, jolloin syrjäytyminen voi vaikuttaa talouden kehitykseen. (Kajanoja 2002, 186–187.)

3.2 Sosiaalisen pääoman klassiset teoreetikot

Niin kuin yllä mainitsen, sosiaalisen pääoman keskeisimmät teoreetikot ovat Pierre Bourdieu, James Coleman ja Robert Putnam. Tutkimukset rakentuvat myös edelleen heidän ajatuksien ympärille, mutta niitä on myös jatkojalostettu (Ellonen 2008, 33). Yleisesti voidaan jakaa, että Coleman painottaa yhteisön sosiaalisten verkostojen tiivistä, Putnam luottamusta ja sosiaalista vuorovaikutusta ja Bourdieu ryhmäkuntaisuutta (Ruuskanen 2002, 8–9).

Robert Putnam on sosiaalisen pääoman amerikkalainen suuntaustapa ja hän korostaa yhteisöllistä sekä kansalaisasenteiden näkökulmaa. Putnamin mukaan sosiaalinen pääoma esiintyy erityisesti aktiivisessa yhteisössä ylläpitävässä yhdistystoiminnassa, yleisiin asioihin suuntautumisessa sekä paikallisten asioiden seuraamisessa. Hän pitää tärkeänä sosiaalisia verkostoja, normeja ja luottamusta. Näiden kautta hän määrittelee, että sosiaalinen pääoma on historiallisesti kehittyneitä sosiaalisia käytäntöjä, jotka eivät ole sidoksissa aikaan liittyviin suhteisiin, luottamukseen tai normeihin. Kansalaishyveet ja -aktiivisuus sekä yhteisöllinen ja sosiaalinen infrastruktuuri ovat Putnamin mukaan myös keskeisiä sosiaalisen pääoman määrittelyssä. (Ellonen 2008, 32–34; Putnam 1993 163–185.) Putnam omaksui sosiaalisen pääoman käsitteen Colemanilta, mutta heidän käsityksensä käsitteestä eroavat selvästi (Ruuskanen 2002, 13).

James Colemanin teoria sosiaalisesta pääomasta on myös amerikkalaista tutkimusta. Hän on keskittynyt erityisesti perheiden, lapsien ja nuorten sosiaaliseen pääomaan. Coleman korostaa yksilön ja sosiaalisten verkostojen näkökulmaa, mutta ei

myöskään unohda yhteisön merkitystä. Tämän lisäksi hän korostaa paikallisia sosiaalisia suhteita määritelmässään. Colemanin mukaan verkostot ovat selvä osa sosiaalista pääomaa ja verkostojen tuottamat resurssit riippuvat sosiaalisten suhteiden ominaisuuksista. Sulkeutuma (*closure*) on hänen mukaansa sosiaalista pääomaa tuottava verkosto, joka muodostaa normeja ja ylläpitää niitä. Näillä verkostoilla pystytään edistämään positiivisia asioita ja torjumaan negatiivisia. Sulkeutuma on oma yhteisö, joka vahvistaa sosiaalisia suhteita sekä siinä kontrolloidaan toisia ja luotetaan toisiin. (Ellonen 2008, 32–33; Coleman 1988, 105–106.) Coleman käyttää esimerkkinä normien ja verkostojen yhteydestä lasten kasvatusta ja koulumaailmaa, joissa normit ja verkostot ovat toisiaan tukevia. (Ruuskanen 2002, 11.)

Pierre Bourdieun määritelmää sosiaalisesta pääomasta voidaan pitää eurooppalaisena (Ellonen 2008, 31–32). Bourdieu jakaa pääoman kolmeen osaan taloudelliseen, kulttuurilliseen ja sosiaaliseen pääomaan (Ruuskanen 2002, 16.) Hän pitää sosiaalista pääomaa välineenä erottua jakautuneesta yhteiskunnasta ja kuvaa sitä ryhmäsidonnaisena hyödykkeenä. Bourdieun mukaan ryhmäsidonnainen hyödyke on käytettävissä yksilön omien tavoitteiden onnistumiseen. (Ellonen 2008 31–32; Bourdieu 1986, 248–252.) Yksilö ei voi kuitenkaan yksin muodostaa sosiaalista pääomaa vapaasti. Hänen mukaansa sosiaalinen pääoma liittyy yksilöiden jäsenyyteen henkilöiden tai organisaatioiden verkostoissa, joissa arvostetaan toisia ja on samankaltaisia jäseniä. Poissulkeminen ei-toivotuista jäsenistä erottaa jäsenet ulkopuolisista ja sisäpiirillisyyss tuo luotettavuutta ja arvostusta. (Ruuskanen 2002, 16–17; Bourdieu 1986, 248–252.) Sosiaalinen pääoma ei ole ollut Bourdieun keskeinen kiinnostuksen kohde ja hänen määritelmässään on isoja aukkoja (Ellonen 2008, 32).

3.3 Sosiaalinen pääoma ja nuoret

Sosiologisen tutkimustradition kautta nuorilla nähdään muodostuvan sosiaalista pääomaa kasvuyhteisöissä. Sen merkitystä tutkitaan erityisesti yksilöihin. Nuorten kasvuyhteisö muodostuu sosiaalisesta kanssakäymisestä, rakenteellisista

ominaisuuksista sekä niihin liittyvistä normeista, arvoista ja luottamuksesta. Nuorten kasvuyhteisöön kuuluu muun muassa koulu, koti, kaverit ja asuinalue. Tämä sosiaalinen ulottuvuus ilmenee esimerkiksi sosiaalisena tukena ja kontrollina, jotka välittyvät yksilöllisenä kokemuksena ja yhteisöllisenä ominaisuutena. Kaikki tämä vaikuttaa yksilön käyttäytymiseen ja olemiseen sekä samalla yksilön hyvinvointiin. (Ellonen 2008, 46.)

Sosiaalinen tuki on yksi sosiaalisen pääoman ilmentäjä ja kuten sosiaalisella pääomalla myös sosiaalisella tuella on erilaisia määritelmiä. (Ellonen 2008, 48.) Käytän tässä tutkielmassa sosiaaliselle tuelle samaa määritelmää, jota Ellonen (2008) on käyttänyt väitöskirjassaan. Määritelmässä korostuu sosiaalisen tuen neljä tuen tyyppiä, jotka ovat materiaallinen tuki, emotionaalinen tuki, informatiivinen tuki sekä arviointi. Emotionaalinen tuki on luottamusta ja empatiaa, informatiivinen tuki opastusta sekä neuvomista, instrumentaalinen tuki on esimerkiksi aikaa tai rahaa ja arviointi on palautteen antamista. Sosiaalinen tuki on myös yhteisöllinen elementti, joka tukee ilmapiiriä ja kulttuuria. Tämän lisäksi se on vuorovaikutteinen sosiaalinen prosessi. Eli esimerkiksi koulussa sosiaalinen tuki muodostuu vuorovaikutuksesta opettajien sekä oppilaiden välillä. (Ellonen 2008, 48–51.)

Sosiaalinen kontrolli on myös monipuolinen käsite, mutta kuitenkin sen määritelmä on vähän selkeämpi kuin sosiaalisen tuen. Sosiaalinen tuki voidaan nähdä enemmän kahdenkeskisestä kanssakäymisenä ja sosiaalinen kontrolli yhteisöllisenä resurssina. Erityisesti nuorten kohdalla kuitenkin näiden kahden käsitteen eroa on vaikea muodostaa esimerkiksi koulun kontekstissa, jossa opettajien ja oppilaiden vuorovaikutus voi olla tukea ja kontrollia. (Ellonen 2008, 51–53.) Sosiaalista kontrollia voidaan pitää yhteisön toimintakykynä eli, miten yhteisö haluaa puuttua erilaisiin seikkoihin (Kääriäinen ym. 2005, 30).

Käsitellessä nuoria ja lapsia sosiaalisen pääoman kontekstissa tulee ottaa huomioon koulun merkitys, koska siellä vietetään suurin osa ajasta. Kouluyhteisö tarjoaa myös mahdollisuuden sosiaalisen ympäristön kehitykselle. Koulujen sosiaalinen pääoma luonnehditaan käsitteenä, joka sisältää resursseja kouluista löytyvistä sosiaalisista verkostoista. Ne sisältävät sääntöjä ja normeja, jotka säätelevät vertaissuhteita.

Tutkimuksien mukaan koulujen sosiaalinen pääoma on isossa yhteydessä nuorten ja lasten mielenterveyteen. (Mori ym. 2022.) Coleman on tutkinut kouluyhteisön merkitystä ja huomannut esimerkiksi kiinteän sosiaalisen vuorovaikutuksen kouluyhteisössä lisäävän koulumenestystä. Voidaan nähdä, että kouluyhteisö tuottaa informaalia sosiaalista kontrollia, tukea ja luottamusta. Nämä tekijät voivat ehkäistä tehokkaasti mielenterveyden ongelmia. (Kääriäinen ym. 2005, 28.)

Koulujen sosiaalisen pääoman lisäksi tärkeää nuorten kontekstissa on perheen sosiaalinen pääoma (*family social capital*). Sillä tarkoitetaan sidettä vanhempien ja lasten välillä. Se esiintyy muun muassa ajan ja huomion määrällä, mitä vanhemmat antavat lapsilleen, lasten aktiviteettien valvomisella sekä vanhempien hyvinvoinnin ja sosiaalisen sopeutumisen edistämisenä. Monet tutkimukset ovat ehdottaneet, että lisääntynyt perheen sosiaalinen pääoma on yhteydessä vähempiin käyttäytymisen ongelmiin sekä, että se toimii suojaavana tekijänä masennukseen. (Wu ym. 2010.)

Sosiaalisen pääoman tutkimukselle on tyypillistä socialisaatiokeskeinen ajatus-tapa, jossa nuoruutta pidetään väliaikaisena odotustilana ja sen merkitys nähdään realisoituvan vasta aikuisuudessa. Nuoret saatetaan siis nähdä sosiaalisen pääoman keskusteluissa olevan aikuisten toiminnan kohteena ja aikuisten tuen tarpeessa. Ei ole ollut tavanomaista ymmärtää nuoret toimijoina, joka on tyypillistä nuorisotutkimukselle ja sosiologialle. Myöskään sosiaalisen pääoman klassisten teoreetikkojen kiinnostus ei ole kohdistunut suoraan nuoriin ja heidän sosiaalisen pääomansa tuottamiseen. Heidän näkökulmansa on silti isossa roolissa nuoriin kohdistuvissa tutkimuksissa ja hankkeissa. 2010-luvulla on kuitenkin noussut kiinnostusta nuorten omiin sosiaalista pääomaa tuottaviin prosesseihin. Erityisesti nuorisotutkimuksessa yleensäkin tutkitaan nuorten omia sosiaalisia käytäntöjä ja tutkimuksen näkökulmassa käsitellään nuorten kokemuksia heidän itsensä kuvaamina. (Korkiamäki 2013, 31–33.)

Robert Putnam (1993) mainitsee sosiaalisen pääoman teksteissään nuoret tulevaisuuden kansalaisina ja indikaattoreina paikallisessa hyvinvoinnissa. Nuorten luottamuksen ja identiteetin tulkitaan muotoutuvan lähiyhteisöissä, mutta Putnamin sosiaalisen pääoman määritelmä perustuu historiallisesti kehittyneisiin sosiaalisiin rakenteisiin eikä paikallisiin mikrotasoihin. (Korkiamäki 2013, 33–38.) Hänen mukaansa

vain aikuiset tuottavat sosiaalista pääomaa ja nuoret vain reagoivat aikuisten sosiaaliseen pääomaan (Van Aerschot & Salminen 2018). James Coleman taas käsittelee enemmän nuoria teoriassaan ja koko teoria perustuu lapsiin, nuoriin ja perheisiin kohdistuvaan empiiriseen tutkimukseen. Nuorilla ei kuitenkaan ole siinä itsenäistä asemaa. Coleman analysoi aikuisten ja lasten välistä suhdetta sekä perherakennetta yhteiskunnallisen integraation ja koulumenestyksen kannalta. Hänen mukaansa aikuisten määrittelemät normit, kontrolli sekä aikuisten keskinäinen vuorovaikutus määrittävät ja muodostavat lasten sosiaalista pääomaa. Bourdieu ei ole osallistunut itse nuoriin ja lapsiin liittyviin keskusteluihin, vaan niihin liittyvät asiat esiintyvät vain sivuhuomautuksina. (Korkiamäki 2013, 33–38.) Käsitteeseen tulee siis suhtautua kriittisesti nuorten kontekstissa ja muistaa, että teorioita on sovellettu.

4 TUTKIMUSMENETELMÄ JA TIEDONHAUNKUVAUS

Tämä tutkielma on kirjallisuuskatsaus ja on toteutettu mukailien kuvailevaa kirjallisuuskatsausta. Kuvailevalla kirjallisuuskatsaukselle on jäsennelty neljä vaihetta, jotka ovat tutkimuskysymyksen muodostaminen, aineiston valitseminen, kuvailun rakentaminen sekä tuotetun tuloksen tarkasteleminen. Tärkeä osa on siis ilmiön kuvaaminen ja aineistolähtöisyys. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa vaiheet voivat mennä päällekkäin koko prosessin teon ajan. Tarkoituksena on tuottaa yleiskuvausta ja kartoittaa tutkimusta valitusta aiheesta. (Kangasniemi ym. 2013.)

Aloitin kirjallisuuden hakemisen suomenkielisistä artikkeleista JYKDOK:in ARTO- artikkeliviitetietokannasta ja kirjat, lehdet ja tietokannat osiosta. Käytin muun muassa hakusanoja nuorten sosiaalinen pääoma ja sosiaalisen pääoman yhteys nuorten masentuneisuuteen sekä niiden erilaisia yhdistelmiä. Täältä sain aineistoon suomalaisen väitöskirjan sekä muutamia artikkeleita. Kansainvälisiä artikkeleita etsin ProQuest:in Social Services Abstracts, Psychology Database ja Sociology Abstracts osiosta, joissa rajasin haun vertaisarvioituihin artikkeleihin. Käytin apunani MOT-sanakirjaa käsitteiden kääntämisessä, käytin hakulauseena "social capital" AND depress* AND youth* OR adolescent* ja näiden erilaisia synonyymiyhdistelmiä. Hakutuloksia tuli monia satoja, mutta kaikki eivät soveltuneet tutkielmani tutkimuskysymykseen ja karsin epäsopivia otsikoiden perusteella. Hain myös JYKDOK:in kansainvälisten artikkeleiden osuudesta englanniksi samoja hakusanoja ja löysin pääasiassa samoja kuin ProQuest:in tietokannasta muutamana uuden lisäksi.

Artikkeleiden rajaamisessa rajasin pois tutkimuksia, jotka koskettivat yli 18-vuotiaita nuoria. Kuitenkin aineistossani on kaksi artikkelia, joissa on tutkittu myös yli 18-vuotiaita, koska näissä tutkimuskysymys vastasi omaani hyvin ja osallistujiin kuului myös iso osa alle 18-vuotiaisiin. Hakuja tehdessäni huomasin, että tutkimukset sijoittuivat ympäri maailmaa, eikä ollut mahdollista löytää tarpeeksi artikkeleita tietyltä alueelta, joten en rajaa tätä tutkielmaa maantieteellisesti. Rajaamalla hakuja pelkkin otsikoihin, sain myös rajattua hakutuloksia isosti, jolloin tulokset vastasivat enemmän tutkimuskysymystäni. Kaiken kaikkiaan tutkimusartikkeleita tähän tutkielmaani sain valikoitua kymmenen. Seitsemän liittyen nuorten masentuneisuuteen ja kolme liittyen masennukseen.

Kirjallisuudessa kaikissa on käytetty kvantitatiivisia tutkimusmenetelmiä, ja tulokset ovat useammassa ilmaistu yksinkertaisesti esimerkiksi korrelaatioiden avulla. Valitsemani tutkimukset on tehty muun muassa Japanissa, Ruotsissa, Suomessa, Yhdysvalloissa ja Etelä-Afrikassa. Artikkelit ovat siis suurimmaksi osaksi kansainvälisiä. Useassa tutkimuksessa on myös tutkittu sosiaalisen pääoman yhteyttä muihinkin tekijöihin kuin masennukseen tai masentuneisuuteen, mutta en ota niitä esille tässä tutkielmassa, jotta analyysi pysyy riittävän selkeänä. Kirjallisuudessa esiintyy myös erilaisia näkökulmia sosiaalisen pääomaan, joita avaan aineistoja tarkastellessa. Lähde-luettelossa löytyy osuus, jossa on lueteltuna käyttämäni tutkimukset.

5 SOSIAALISEN PÄÄOMAN YHTEYS NUORTEN MASENTUNEISUUDEN JA MASENNUKSEEN

Tässä kappaleessa käsittelen kymmentä aikaisempaa tutkimusta sosiaalisen pääoman yhteydestä nuorten masennukseen sekä masentuneisuuteen. Ensin käsittelen masentuneisuuden näkökulmaa, jonka jälkeen käyn läpi kliinisen masennuksen näkökulmaa. Jako masentuneisuuteen ja masennukseen on tehty tutkimuksien tekstissä käytetyn käsitteen perusteella. Kaikissa tutkimuksissa on käytetty kvantitatiivisia tutkimusmenetelmiä.

5.1 Nuorten masentuneisuuden ja sosiaalisen pääoman yhteys

Masentuneisuus on itsearvioitu mielentila (Ellonen 2008). Yksilöllisten kognitiivisten tekijöiden lisäksi nuorten masentuneisuuteen vaikuttaa sosiaalinen ympäristö ja vuorovaikuttaminen. Tutkimuksissa sitä pystytään mittaamaan esimerkiksi erilaisilla arviointimittareilla, joissa nuori itse arvioi omaa mielentilaansa. Yhteenlaskemalla näiden mittareiden pisteet, tiedetään masentuneisuuden taso. (Lim, Lee & Rhee 2020.) Masentuneisuuden mittaamiseen on käytetty myös erilaisia kyselyitä (O'Connor ym. 2011).

Kääriäinen tutkimusryhmineen (2005) käyttävät tutkimuksessaan sosiaaliseen pääomaan sosiologisen tutkimustradition näkökulmaa ja he korostavat käsitteestä sosiaalista tukea ja kontrollia. Tutkimuksessa he tarkastelivat 8. ja 9. luokkalaisia Kouluterveyskyselyn avulla. Hyvinvoinnin indikaattorina pidettiin masentuneisuutta.

Tutkimuksessa oletettiin, että kouluissa, joissa nuorten masentuneisuuden taso on alhaisempi niin sosiaalisen tuen ja kontrollin taso on korkeampi. Myös toisin päin oletettiin, että korkeampi masentuneisuuden taso tarkoittaa, että koulussa ei ole niin paljoa sosiaalista pääomaa. (Kääriäinen ym. 2005.) Jatkotutkimuksessa Ellonen ja tutkimusryhmä (2008) löysivät, että sosiaalisen pääoman mittarit sosiaalinen kontrolli ja tuki vaihtelivat vähäisesti koulujen välillä, johtuen oletetusti Suomen tasa-arvoisesta koulusysteemistä. Ero on kuitenkin olemassa. Sosiaalisen tuen kohdalla kouluissa, joissa oli vähemmän masentuneisuutta, koettiin saavan enemmän tukea vanhemmilta, opettajilta, ystäviltä, koulutovereilta ja koulun aikuisilta. Näissä kouluissa myös sosiaalista kontrollia koettiin enemmän vanhemmilta, opettajilta ja naapuruston aikuisilta. (Ellonen ym. 2008.)

Ellonen (2008) väitöskirjassaan tutki myös sosiaalisen pääoman yhteisön sosiaalisen tuen merkitystä nuorten masentuneisuuteen. Tuloksissa tulee ilmi, että koulun sosiaalisen tuen taso ei ollut tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä nuorten masentuneisuuteen. Tulos ei siis ollut tilastollisesti merkitsevä, vaikka kerroin yhteisöllisestä sosiaalisesta tuesta viittaa siihen, että sosiaalisesti tukeva ilmapiiri vähentää nuoren riskiä masentua. Kuitenkin sosiaalisen tuen ilmapiirin hajonta oli yhteydessä masentuneisuuteen tilastollisesti merkitsevästi. Jos sosiaalisen tuen ilmapiirillä oli isoa hajontaa ja yhteisön tuki kohdistui vain tiettyihin oppilaisiin, niin silloin kaikkien oppilaiden riski masentua kasvoi. Epätasa-arvoinen kouluilmapiiri vaikutti negatiivisesti siis myös niihinkin, jotka olivat osallisia yhteisöllissä tuessa. Eli sosiaalisella pääomalla voi olla myös negatiivisia vaikutuksia eikä vain positiivisia. (Ellonen 2008.) Suomessa on siis tutkittu nuorten masentuneisuutta ja sosiaalista pääomaa koulujen kontekstissa, kun taas kansainvälisesti on otettu huomioon yhteisöllistä, naapuruston ja perheen sosiaalista pääomaa.

Lim, Lee ja Rhee (2020) tutkivat sosiaalisen pääoman yhteyttä nuorten masentuneisuuteen, käyttämällä sosiaalisen pääoman yhteisöllistä ja yksilöllistä näkökulmaa. He ottivat sosiaalisen pääoman tarkasteluun mukaan muun muassa vanhempien ja ystävien sosiaalisen tuen sekä naapuruston luottamuksen. Tutkimuksessa tutkittiin Etelä-Korealaisia nuoria neljän vuoden ajan noin

neljätoistavuotiaasta kahdeksantoistavuotiaaksi, jonka aikana mitattiin masentuneisuutta ja sosiaalista pääomaa ja vertailtiin niiden yhteyksiä. Pitkittäistutkimuksen mukaan nuorten sosiaalisen pääoman kehittämisellä oli merkittävä yhteys masentuneisuuden vähentymiseen. On siis tärkeää vahvistaa nuorten positiivista kiintymystä vertaistukeen, vanhempiin sekä kouluun. (Lim ym. 2020.)

Åslund, Starrin ja Nilsson (2010) tutkivat 13–18- vuotiaita ruotsalaisia nuoria ja heidän sosiaalisen pääomansa yhteyksiä masentuneisuuteen. Sosiaalista pääomaa mitattiin naapuruston sosiaalisena pääomana sekä yleisenä luottamuksena. Tässä pyrittiin käyttämään eniten Putnamin ajatuksia sosiaalisesta pääomasta. Naapuruston sosiaalisesta pääomasta otettiin mitattavaksi turvallisuuden tunne sekä naapuruston verkostot ja luottamus. Yleistä luottamusta mitattiin kysymällä, miten ihmiset yleisesti luottavat ihmisiin. Päättulos tutkimuksessa on, että matala naapuruston sosiaalinen pääoma sekä matala yleinen luottamus olivat yhteydessä lisääntyneeseen masentuneisuuteen. Nuorilla, joilla oli matala yleinen luottamus, oli kolminkertaisesti isompi todennäköisyys masentuneisuudelle. Yksilöillä, jotka olivat osana matalaa naapuruston sosiaalista pääomaa, oli kaksinkertaisesti isompi todennäköisyys korkeampaan masentuneisuuteen kuin yksilöillä, jotka olivat osana korkeaa naapuruston sosiaalista pääomaa. (Åslund ym. 2010.)

Myös O'Connor sekä hänen kollegansa (2011) huomasivat tutkimuksessaan, että luottamus viranomaisiin ja organisaatioihin ennustivat matalampaa tasoa masentuneisuudessa. Tämä tulos on siis samassa linjassa Åslundin, Starrin ja Nilssonin (2010) tutkimuksen kanssa. O'Connor ja kollegat löysivät myös, että korkeammalla läheisellä sosiaalisella pääomalla on yhteys masentuneisuuden matalampaan tasoon. Erityisesti vertaissuhteilla oli merkittävä osuus masentuneisuuteen aikuisuuteen siirtyessä. Syyjäytyminen ikätovereista ennusti korkeampaa masentuneisuutta, kun taas hyvä vuorovaikutus vertaissuhteissa ennusti matalampaa masentuneisuutta. Suhteesta vanhempiin ei löydetty yhteyttä masentuneisuuteen. Tutkimuksessa löydettiin myös, että kansalaisvaikuttamisella ei ollut yhteyttä masentuneisuuteen. Tutkimus tehtiin Australiassa pitkittäistutkimuksena nuoruudesta aikuisuuteen siirtymisen aikana.

Tutkimuksen tarkoituksena oli löytää sosiaalisen pääoman tekijöiden suojaavia vaikutuksia masentuneisuuteen. Sosiaalisen pääoman käsitettä jaettiin ”kaukaisempaan” ja ”läheisempään” muotoon, joissa kaukaisemman osana olivat luottamus ja kansalaisvaikuttaminen ja läheisemmän osana verkostot vertaissuhteissa ja perheissä. (O’Connor ym. 2011.)

Wu tutkimusryhmineen (2010) käyttivät tutkimuksessaan pitkittäistutkimusta nuorista ja heidän vanhemmistaan. Nuoret olivat 11–19-vuotiaita kaupungissa asuvia kiinalaisia ja tutkimuksessa mitattiin heidän perheensä sosiaalista pääomaa sekä yhteisön sosiaalista pääomaa ja masentuneisuuden tasoa. Perheen sosiaalista pääomaa mitattiin kyselemällä, montako kertaa he ruokailevat vanhempien kanssa, montako tuntia nuori viettää yksin kotona ilman aikuista, saako nuori mennä ulos kaverin kanssa, jota vanhempi ei tiedä sekä monestiko vanhemmat katsovat, onko nuori tehnyt läksynsä. Yhteisöllistä sosiaalista pääomaa mitattiin naapuruston turvallisuudella, naapuruston ihmisten välittämällä, naapuruston ystävien määrällä sekä sillä miten hyvin naapuruston ihmiset tunnetaan. Perheen sosiaalisella pääomalla ja nuorten masentuneisuudella löydettiin yhteys ja nähtiin, että perheen sosiaalisella pääomalla oli iso vaikutus nuorten masentuneisuuteen. Suora yhteys ei ole yllätys, koska vanhempien osallisuudella on iso merkitys lapsen kehittymiseen. Tutkimuksessa kuitenkin havaittiin yhteisöllisen sosiaalisen pääoman olevan eniten merkitystä nuorten masentuneisuuteen. Turvallinen ja ystävällinen naapurusto tuo nuorelle tunteen, että heistä välitetään, mikä voi ehkäistä masennusta. (Wu ym. 2010.)

Tulos siitä, että perheen sosiaalisella pääomalla on yhteys masentuneisuuteen, on ristiriidassa O’Connorin ja kollegoiden (2011) löytöön, jossa suhteesta vanhempiin ei löydetty merkitystä masentuneisuuteen. Tämä voi johtua kulttuurieroista Kiinan ja Australian välillä tai siitä, että tutkimukset keskittyvät eri ikäluokkiin. Toisessa ikäluokka alkaa jo 11-vuotiaista (Wu ym. 2010), kun taas toisessa keskitytään enemmän myöhäisnuoruuteen (O’Connor 2011), jolloin vanhemmat eivät ole enää niin suuressa roolissa nuoren elämässä.

5.2 Nuorten kliinisen masennuksen ja sosiaalisen pääoman yhteys

Sosiaalisen pääoman ja nuorten masennuksen yhteydestä tiedetään jo aikuisten osalta jonkin verran, mutta nuorten osalta tutkimus on vähäistä. Nuoret ovat kuitenkin herkkiä ryhmäpaineelle sekä perheissä ja naapurustossa tapahtuville muutoksille, jolloin voisi ajatella sosiaalisen pääoman olevan isompi osa nuorisotutkimusta. (Awgu ym. 2016.) Tutkimuksen vähäisyys voi johtua sosiaalisen pääoman operationalisoinnin vaikeudesta ja erityisesti nuorten kontekstissa sille löytyy vähän luotettavia mittareita (Mori ym. 2022). Tämän huomaa siinä, että masennuksen yhteydessä jokaisessa tutkimuksessa lähestytään sosiaalista pääomaa eri kulmista.

Awgu, Magura ja Coryn (2016) käsittelevät tutkimuksessaan kognitiivisen ja rakenteellisen sosiaalisen pääoman yhteyttä nuorten masennukseen. Tutkimuksessa tutkittiin yhdysvaltalaisia 12-17-vuotiaita nuoria, jotka ovat herkkiä sosiaalisen pääoman variaatioille perheen, naapuruston sekä ryhmäpaineen johdosta. Hypoteesina toimii se, että nuorilla, joilla on negatiivinen kognitiivinen ja rakenteellinen sosiaalinen pääoma, on todennäköisemmin myös masennus. Tuloksissa havaitaan, että nuorten kognitiivisella sosiaalisella pääomalla ja masennuksella ei ole tilastollisesti merkittävää yhteyttä. Kuitenkin rakenteellisen sosiaalisen pääoman sekä masennuksen välillä löydettiin side eli nuorilla, joilla oli negatiivinen rakenteellinen sosiaalinen pääoma oli todennäköisemmin myös masennus. (Awgu ym. 2016.)

Mori ja kollegat (2022) tutkivat tutkimuksessaan Japanissa koulujen 9-12- vuotiaita sekä 12-15- vuotiaita. He tutkivat yksilöllisen ja koulujen sosiaalisen pääoman suhdetta masennukseen. Koulutasolla sosiaalista pääomaa mitattiin kouluun luottamista ja sosiaalista koheesiota, havaittua turvallisuutta koulussa ja naapurustossa, naapuruston luottamusta sekä sosiaalista koheesiota. Yksilöllisellä tasolla näihin teki- jöihin otettiin mukaan luokka-asteen vaikutus. Kuten muissakin tutkimuksissa, tässäkin todetaan, että sosiaalinen pääomalla on yhteys masennukseen. Tutkimuksessa huomataan, että oppilailta, joilla sosiaalisen pääoma koulutasolla ja yksilötasolla oli korkeammalla, niin heillä oli pienempi riski masentua, sekä sosiaalisen pääoman

korkea taso auttoi myös, ettei masennus pahentunut. Eri koulutusasteilla sosiaalisella pääomalla oli erilainen yhteys masennukseen. Tuloksissa tulee siis ilmi, että sosiaalisen pääoman vaikutus oli erilainen 9–12- vuotiailla kuin 12–15- vuotiailla. Esimerkiksi nuoremmilla turvallisuuden tunteella oli isompi merkitys masennukseen ja yksilötasolla vanhemmilla kouluun luottaminen ja sosiaalinen koheesio vaikuttivat enemmän masennuksen vähenemiseen. (Mori ym. 2022.)

Somefun ja Simo Fotso (2020) eivät löytäneet tutkimuksessaan, että korkeammalla perheen sosiaalisella pääomalla olisi yhteyttä vähempiin mielenterveysongelmiin. Tutkimuksessa tutkittiin eteläafrikkalaisia 15–24- vuotiaita ja heidän perheensä sosiaalista pääomaa sekä naapuruston sosiaalista pääomaa. Sosiaalisten pääomien mittareina käytettiin perheen osalta vanhempien paikallaoloa kotona sekä perheiden tuloja. Naapuruston osalta mitattiin naapurustoon luottamista sekä yleisluontoista luottamista. Vaikka tuloksissa ei löydetty selvää yhteyttä perheen sosiaalisen pääoman sekä masennuksen välillä, huomattiin, että perheen tuloilla oli vähentävä yhteys masennukseen. Tämä huomattiin erityisesti keskituloisilla perheillä, joissa perheen sosiaalinen pääoma vähensi todennäköisyyttä masennukseen. Naapuruston sosiaalisesta pääomasta huomattiin se, että matala taso sosiaalista pääomaa oli yhteydessä nuorten masennuksen nousuun. Tämä on myös huomattu aikaisemmissa tutkimuksissa, joissa kaoottiset sekä pelkoa herättävät naapurustot ovat lisänneet mielenterveysongelmia nuorilla. (Somefun & Simo Fotso 2020.)

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Joka tutkimuksessa sosiaaliseen pääomaan on vähän eri näkökulma, mikä myös vaikeuttaa tuloksien yhteenvertaamista. Kuitenkin päällimmäisenä ja keskeisempänä tuloksena on, että sosiaalisella pääomalla on yhteys nuorten masentuneisuuteen ja masennukseen. Yhteys liittyy yleensä siihen, että mitä korkeampi sosiaalinen pääoma on, sitä vähemmän masennusta ja masentuneisuutta ilmenee. Nuorille on siis tärkeää, että ympärillä on muun muassa toimiva yhteisö, läsnäoleva perhe ja positiivinen yleinen luottamus. Tästä nousee ajatus kuitenkin siitä, voiko tuloksia tiivistää näin yksinkertaisesti, kun kaikissa tutkimuksissa on tutkittu eri asioita sosiaalisesta pääomasta.

Sosiaalisen pääoman ja nuorten masentuneisuuden yhteydestä on löydetty Suomen kontekstissa sosiaalisen tuen osalta, että sillä ei ole tilastollisesti merkittävää vaikutusta. Kuitenkin on huomattu, että kouluissa, joissa masentuneisuutta oli vähiten, koettiin eniten myös tukea lähipiiristä. (Ellonen ym. 2008.) Sosiaalisella pääomalla on Suomessa löydetty myös negatiivisia vaikutuksia positiivisten sijaan, jolloin hajanainen sosiaalinen tuki aiheutti enemmän masentuneisuutta kouluissa. Etelä-Koreassa nuorten masentuneisuuden vähenemiseen on katsottu vaikuttavan yhteisöllisen ja yksilöllisen sosiaalisen pääoman kehittyminen (Lim ym. 2020). Taas Australiassa havaittiin sosiaalisten verkostojen vertaissuhteiden vaikuttavan hyvässä vuorovaikutuksessa vähentävästi masentuneisuuteen (O'Connor ym. 2011). Ruotsalaisen tutkimuksen tuloksena on, että matala naapuruston sosiaalinen pääoma ja matala yleinen luottamus ovat yhteydessä masentuneisuuden kasvuun (Åslund 2010). Kiinassa

huomattiin perheen ja yhteisöllisen sosiaalisen pääoman olevan vahvasti yhteydessä sosiaaliseen pääomaan (Wu ym. 2010). Tuloksien mukaan nuorten masentuneisuudella ja sosiaalisen pääoman osa-alueisiin on kansainvälisesti löydetty enimmäkseen positiivisia yhteyksiä ja Suomessa myös negatiivisia. Mitä enemmän nuorella on siis sosiaalista pääomaa, sitä vähemmän masentuneisuutta ilmenee. On yllättävää, miten yhdensuuntaisesti tulokset menevät eripuolilla maailmaa, vaikka voisi kuvitella kulttuurin olevan yhteydessä vahvasti sosiaaliseen pääomaan. Kuitenkin joissain tuloksissa on eri näkemyksiä, jotka voivat selittyä kulttuurieroilla ja nuoruuden eri ikävaiheilla.

Nuorten kliinisen masennuksen ja matala tasoisen sosiaalisen pääoman väliltä on myös löydetty kansainvälisesti yhteyksiä eri sosiaalisen pääoman ulottuvuuksissa. Yhdysvalloissa löydettiin rakenteellisen negatiivisen sosiaalisen pääoman ja masennuksen väliltä yhteys (Awgu ym. 2016). Japanissa havaittiin, että nuorilla, joilla on korkea koulu- ja yksilötason sosiaalinen pääoma, on pienempi riski masentua (Mori ym. 2022) ja Etelä-Afrikassa matala naapuruston sosiaalinen pääoma oli yhteydessä nuorten masennukseen (Somefun & Fotso 2020). Tutkimuksien vuosiluvuista voi päätellä, että masentuneisuuden tutkimukset ovat vanhempia kuin masennuksen. Voi olla siis, että masennuksen näkökulma tekee nousua sosiaalisen pääoman tutkimisessa. Huomasin myös, miten tutkimuksissa saatettiin puhua ristiin masennuksesta ja masentuneisuudesta, mikä hankaloitti analyysin jaottelua.

Jokaisessa tutkimuksessa kritisoidaan sosiaalisen pääoman käsitettä ja sen operationalisointia. Eri tutkimuksissa operationalisointi sosiaalisesta pääomasta on erilainen ja erityisesti luotettavia ja valideja mittareita nuorten sosiaaliselle pääomalle on vähän (Mori ym. 2022). Sosiaalisen pääoman käsitteen laaja-alainen määrittely hankaloittaa sen empiiristä käyttöä ja erityisesti nuorisotutkimuksessa sosiaalista pääomaa pyritään rajaamaan paikallisyhteisöjen tasoon (Ellonen 2008). Jos alkaisin tekemään omaa tutkimusta alusta alkaen tästä aiheesta, rajaisin sosiaalista pääomaa heti otsikosta alkaen selkeästi tai jättäisin käsitteen kokonaan pois ja keskittyisin vain esimerkiksi sosiaalisiin verkostoihin.

Sosiaalityön tutkimuksissa aiheeni ei ole noussut paljon esille ja jatkossa aiheetta voisi tukiakin enemmän sosiaalityön kontekstissa esimerkiksi tarkastellen

lastensuojelun nuorten asiakkaiden sosiaalisen pääoman ja masentuneisuuden yhteyttä. Tutkielmani tuo uusia näkökulmia sosiaalityön tutkimukseen ja selittää nuorten ongelmia sosiaalisen pääoman kautta, mikä on sosiaalityön tutkimukselle harvinaisempaa. Sosiaalityön käytännössä voi tukea nuoren sosiaalisen pääoman osa-alueita, kun tietää tutkimuksissa nousseen esiin sosiaalisella pääomalla olevan vähentävä vaikutus nuorten masennukseen ja masentuneisuuteen. Esimerkiksi nuoren suhdetta vanhempiin voi olla tärkeää tukea sekä auttaa lisäämään yleistä luottamusta, jossa sosiaalityöntekijällä voi olla olennainen rooli viranomaisten osalta.

Huomasin aineiston haussa sen, että Suomessa sosiaalisen pääoman ja masennuksen yhteydestä puhutaan enemmän yhteiskuntatieteiden ja sosiaalipolitiikan kontekstissa, kun taas kansainvälisessä tutkimuksessa sen lisäksi korostuu terveystiede ja psykologia. Kansainvälisissä tutkimuksissa oli myös mukana parin vuoden takaa suhteellisen uusia tutkimuksia, kun taas Suomessa aihe on ollut pinnalla vähän ennen 2010-lukua. Erityisesti nuorten masennuksen kohdalla kansainvälinen tutkimus voisi olla lisääntymässä ja aiheesta voidaankin tietää paljon enemmän viiden vuoden päästä.

LÄHTEET

Arajärvi, M. L., Mönkkönen, K., Kekoni, T., & Toikko, T. (2020). Sosiaalityön psykososiaalinen asiantuntijuus nuorisopsykiatrian moniammatillisen työyhteisön määrittelemänä. *Janus Sosiaalipolitiikan Ja sosiaalityön Tutkimuksen Aikakauslehti*, 28(4), 357–373. <https://doi.org/10.30668/janus.77900>

Awgu, E., Magura, S., & Coryn, C. (2016). Social capital, substance use disorder and depression among youths. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 42(2), 213–221. <https://doi.org/10.3109/00952990.2015.1111900>

Ellonen, N. (2008). Kasvuyhteisö nuoren turvana, Sosiaalisen pääoman yhteys nuorten masentuneisuuteen ja rikekäyttäytymiseen. Tampereen yliopisto. Väitöskirja.

Ellonen, Noora; Rostila, Ilmari; Korkiamäki, Riikka; Kääriäinen, Juha; Kivivuori, Janne; Salmi, Venla. (2008) Koulu ja paikallisyhteisö nuoren tukiverkostona. *Yhteiskuntapolitiikka* 73 (2008): 3.

Kajanoja, J (2002). Sosiaalisten normien taloudellinen merkitys. Esimerkkeinä syrjäytyminen ja päivähoido. Teoksessa Ruuskanen, Petri (toim.), *Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi*. (s. 5–27). Jyväskylä: PS-kustannus.

Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S., Pietilä, A., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. (2013) Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. *Hoitotiede* 25 (4), 291–301.

Korkiamäki, R. (2013). Kaveria ei jätetä! Sosiaalinen pääoma nuorten vertaissuhteissa. Tampereen yliopisto. Väitöskirja.

Kääriäinen, J; Rostila, I; Ellonen, N; Kivivuori, J; Korkiamäki, R. (2005). Nuorten masentuneisuudesta ja rikekäyttäytymisestä sosiaaliseen pääomaan. *Yhteiskuntapolitiikka* 70 (2005):1.

Lim, S; Lee, S.H; Rhee, H.S. (2020). Developmental trajectory and relationships between Adolescents' social capital, self-esteem, and depressive symptoms: A latent growth model. *Archives of psychiatric nursing*, 34 (5), 377-383. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.06.005>

Marttunen, M; Karlsson, L. (2013) Masennusoireilu ja masennustila. Teoksessa Marttunen, M; Huurre, T; Strandholm, T; Viialainen, R (toim.), *Nuorten mielenterveyshäiriöt: Opas nuorten parissa työskenteleville*. (s. 41–58). THL <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-647-2>

Marttunen, M; Karlsson, L. (2013) Nuoruus ja mielenterveys. Teoksessa Marttunen, M; Huurre, T; Strandholm, T; Viialainen, R (toim.), *Nuorten mielenterveyshäiriöt: Opas nuorten parissa työskenteleville*. (s. 7–17). THL <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-647-2>

Mori, H., Takahashi, M., Adachi, M., Shinkawa, H., Hirota, T., Nishimura, T., & Nakamura, K. (2022). The association of social capital with depression and quality of life in school-aged children. *PLoS One*, 17(1) doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262103>

O'Connor, M; Hawkins, M; Toumbourou, J; Sanson, A; Letcher, P; Olsson, C. (2011) The relationship between social capital and depression during the transition to adulthood. *Australian Journal of Psychology*, 63:1, 26–35, DOI: [10.1111/j.1742-9536.2011.00004.x](https://doi.org/10.1111/j.1742-9536.2011.00004.x)

Ruuskanen, P. (2002). Sosiaalinen pääoma hyvinvointipoliittisessa keskustelussa. Teoksessa Ruuskanen, Petri (toim.), *Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi*. (s. 5–27). Jyväskylä: PS-kustannus.

Somefun, O. D., & Simo Fotso, A. (2020). The effect of family and neighbourhood social capital on youth mental health in South Africa. *Journal of adolescence*, 83, 22–26. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.06.009>

Van Aerschot, L., & Salminen, J. (2018). Hyvä, paha lähiö: nuoret ja asuinalueella syntyvä sosiaalinen pääoma. *Sosiologia*, 55(3), 248–262. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-2517452>

Wu, Q., Xie, B., Chou, C. P., Palmer, P. H., Gallaher, P. E., & Johnson, C. A. (2010). Understanding the effect of social capital on the depression of urban Chinese adolescents: an integrative framework. *American journal of community psychology*, 45(1–2), 1–16. <https://doi.org/10.1007/s10464-009-9284-2>

Åslund, C., Starrin, B., & Nilsson, K. W. (2010). Social capital in relation to depression, musculoskeletal pain, and psychosomatic symptoms: A cross-sectional study of a large population-based cohort of Swedish adolescents. *BMC Public Health*, 10, 715. doi: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-715>

Aineisto:

1. Awgu, E., Magura, S., & Coryn, C. (2016). Social capital, substance use disorder and depression among youths. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 42(2), 213–221. <https://doi.org/10.3109/00952990.2015.1111900>
2. Ellonen, N. (2008). Kasvuyhteisö nuoren turvana, Sosiaalisen pääoman yhteys nuorten masentuneisuuteen ja rikekäyttämiseen. Tampereen yliopisto. Väitöskirja.
3. Ellonen, Noora; Rostila, Ilmari; Korkiamäki, Riikka; Kääriäinen, Juha; Kivivuori, Janne; Salmi, Venla. (2008) Koulu ja paikallisyhteisö nuoren tukiverkostona. *Yhteiskuntapolitiikka* 73 (2008): 3.
4. Kääriäinen, Juha; Rostila, Ilmari; Ellonen, Noora; Kivivuori, Janne; Korkiamäki, Riikka. (2005) Nuorten masentuneisuudesta ja rikekäyttämisestä sosiaaliin pääomaan. *Yhteiskuntapolitiikka* 70 (2005):1.
5. Lim, S; Lee, S.H; Rhee, H.S. (2020). Developmental trajectory and relationships between Adolescents' social capital, self-esteem, and depressive symptoms: A latent growth model. *Archives of psychiatric nursing*, 34 (5), 377-383. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.06.005>
6. Mori, H., Takahashi, M., Adachi, M., Shinkawa, H., Hirota, T., Nishimura, T., & Nakamura, K. (2022). The association of social capital with depression and quality of life in school-aged children. *PLoS One*, 17(1) doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262103>
7. O'connor, M; Hawkins, M; Toumbourou, J; Sanson, A; Letcher, P; Olsson, C. (2011) The relationship between social capital and depression during the transition to adulthood. *Australian Journal of Psychology*, 63:1, 26–35, DOI: [10.1111/j.1742-9536.2011.00004.x](https://doi.org/10.1111/j.1742-9536.2011.00004.x)
8. Somefun, O. D., & Simo Fotso, A. (2020). The effect of family and neighbourhood social capital on youth mental health in South Africa. *Journal of adolescence*, 83, 22–26. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.06.009>
9. Wu, Q., Xie, B., Chou, C. P., Palmer, P. H., Gallaher, P. E., & Johnson, C. A. (2010). Understanding the effect of social capital on the depression of urban

Chinese adolescents: an integrative framework. *American journal of community psychology*, 45(1-2), 1-16. <https://doi.org/10.1007/s10464-009-9284-2>

10. Åslund, C., Starrin, B., & Nilsson, K. W. (2010). Social capital in relation to depression, musculoskeletal pain, and psychosomatic symptoms: A cross-sectional study of a large population-based cohort of swedish adolescents. *BMC Public Health*, 10, 715. doi: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-715>

