

YKSINÄISYYDEN KOKEMUKSET
KORKEAKOULUOPISKELIJOIDEN
ELÄMÄKERRALLISISSA KIRJOITUKSISSA

Jenni Hentilä
Pro gradu -tutkielma
Sosiologia
Yhteiskuntatieteiden- ja
filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Syksy 2012

TIIVISTELMÄ

YKSIÄISYYDEN KOKEMUKSET KORKEAKOULUOPISKELIJOIDEN ELÄMÄKERRALLISISSA KIRJOITUKSISSA

Jenni Hentilä

Sosiologia

Pro gradu -tutkielma

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto

Ohjaajat: Terhi-Anna Wilska, Sanna-Mari Vierimaa

Syksy 2012

89 sivua

Korkeakouluopiskelu on elämänvaihe, johon liittyy aikuistuminen ja jolloin on mahdollista kokeilla erilaisia valintoja ennen vakiintuneemman elämäntavan muodostamista. Yksinäisyyden kokemus usein korostuu elämän muutostilanteissa. Tässä tutkimuksessa yksinäisyys käsitetään subjektiivisena ja enimmäkseen kielteisenä kokemuksena. Tutkimuksen tehtävänä on selvittää, millaista korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyys on, millä tavoin yksinäisyys vaikuttaa heidän elämäänsä sekä millä tavoin yksinäisyys vaikuttaa siihen, millaisena tulevaisuus nähdään.

Tutkimuksen teoriataustana toimii Anthony Giddensin, Ulrich Beckin ja Zygmunt Baumanin teoriat yksilöllistyneestä yhteiskunnasta. Yksilöllistyminen on johtanut toisaalta normien löysentymiseen ja entistä suurempaan vapauteen, mutta toisaalta juurettomuuteen ja yksinäisyyteen. Tutkimuksessa huomioidaan lisäksi teoriat liittyen elämänkulkuun, nuoruuteen ja yhteisöihin. Lisäksi tutkimuksessa hyödynnetään aiempia yksinäisyysteorioita.

Tutkimuksen aineistona käytetään Opiskelijan elämää 2004 -kirjoituskilpailun kirjoituksia. Varsinaiseen aineistoon valikoituu 32 kirjoitusta, joissa käsitellään yksinäisyyttä. Analyysimenetelminä hyödynnetään teemoittelua ja tyypittelyä. Tutkimuksesta löydetään kolme tyyppiryhmää: yksinäiset korkeakouluopiskelijat, oman paikkansa löytäneet sekä tulevaisuutta pelkäävät.

Keskeisenä tutkimustuloksena havaitaan, että arvot ja eettisyys ovat yksinäisille tärkeitä. Arvovalinnoillaan yksinäiset erottautuvat muista opiskelijoista, mutta samalla he kaipaavat muiden joukkoon kuulumista. Yksinäiset pohtivat myös suhdetta turvallisuuden ja vapauden välillä; toisaalta he kaipaavat vakiintumista, mutta toisaalta he eivät ole valmiita menettämään vapauttaan. Oman paikkansa löytäneet ovat oppineet käsittelemään yksinäisyyttään tai yksinäisyys on poistunut. He ovat onnistujia refleksiivisyyttä vaativassa yhteiskunnassa, sillä he eivät ole tukeutuneet vain yhteen elämisen malliin. Oman paikkansa löytäneet kykenevät tekemään elämänvalintoja, joita vaaditaan jälkimodernissa yhteiskunnassa.

Avainsanat: *yksinäisyys, korkeakouluopiskelu, elämänkulku, yhteisöt, yksilöllistyminen*

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	4
1.1 Korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyys sosiologisena ongelmana.....	4
1.2 Yksinäisyyden käsite ja aiemmat tutkimukset.....	5
1.3 Tutkimuksen tavoite ja käytetty aineisto.....	7
2 YKSINÄISYYS JA NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA.....	9
2.1 Yksinäisyyden ilmeneminen.....	9
2.1.1 Yksilöllistynyt yhteiskunta.....	9
2.1.2 Pääomien ja luottamuksen muodostuminen.....	12
2.2 Yhteisöt.....	14
2.2.1 Yhteisön käsite.....	14
2.2.2 Opiskelijayhteisöt ja -järjestöt.....	16
2.3 Nuoruus ja korkeakouluopiskelu.....	17
2.3.1 Nuoruus elämänvaiheena.....	17
2.3.2 Korkeakouluopiskelu elämänvaiheena.....	19
2.4 Yksinäisyyden teorat.....	23
2.4.1 Yksinäisyystyypit.....	23
2.4.2 Yksinäisyyteen liittyvät persoonatekijät.....	25
2.4.3 Yksinäisyyden käsitteleminen ja sen kanssa eläminen.....	27
3 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN.....	30
3.1 Tutkimuksen tavoite.....	30
3.2 Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi.....	30
3.3 Tarinallinen tutkimus ja omaelämäkerta aineistona.....	32
3.4 Aineiston esittely.....	33
4 KORKEAKOULUOPISKELIJAT YKSINÄISYYSTYYPPEINÄ.....	36
4.1 Yksinäiset korkeakouluopiskelijat.....	36
4.2 Oman paikkansa löytäneet.....	51
4.3 Tulevaisuutta pelkäävät.....	63
5 POHDINTA.....	73
5.1 Yhteenveto tutkimuksen tuloksista.....	73
5.2 Tutkimuksen sosiologisia näkökulmia.....	78
5.3 Yksinäisyys tulevaisuudessa.....	81
KIRJALLISUUS.....	83

1 JOHDANTO

1.1 Korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyys sosiologisena ongelmana

Opiskeluaika on muutosten aikaa. Usein nuori muuttaa uudelle paikkakunnalle, aloittaa oman elämänsä ja irrottautuu perheestään ja vanhoista kaverisuhteistaan. Muutokset ovat usein mukavia, mutta eivät aina. Kaikki eivät löydä uudesta kaupungista omaa yhteisöään ja jäävät sen sijaan yksin. Myytti iloisesta opiskelijaelämästä elää vahvasti ja muunlaiset kokemukset jäävät helposti piiloon. Aina opiskeluaika ei ole elämän parasta aikaa, vaan usein se on hyvin ahdistavaa. On esitetty, että aikamme suosii tietynlaista sosiaalisuutta. Ihanteena ovat ihmiset, jotka tulevat toimeen kaikkien kanssa ja nauttivat vaihtelusta. (Riesman 1964, 18-20.) Kaikki eivät kuitenkaan ole kovin sosiaalisia ja ulospäin suuntautuneita. Opiskelijatapahtumat ovat usein meluisia ja alkoholipainotteisia, jolloin ujoille ei helposti löydy omaa ryhmää.

Opiskeluaika ei ole enää selvärajainen elämänvaihe, vaan opiskelu ja työnteko kiinnittyvät toisiinsa (Mannisenmäki & Valtari 2005). Korkeakouluista valmistumisajat ovat pitkät, ja kolmekymppiset opiskelijat eivät enää ole poikkeus. Moni opiskelujen loppuvaiheessa oleva opiskelija saattaa huomata, että kaikki opiskelukaverit ovatkin kadonneet jonnekin, eikä yhteisiä kursseja enää ole. Opinnäytetyön tekeminen voi olla vaikeaa, jos ei ole ketään tukemassa. Opiskelun loppuvaiheeseen liittyy myös valmistuminen ja siirtyminen opiskelijasta työntekijäksi. Valmistuminen ei välttämättä houkuta, jos oman alan työtilanne näyttää huonolta. Yksinäisyys voi aiheuttaa ongelmia, kuten sosiaalisista verkostoista putoamista.

Tapoja ja näkökulmia yksinäisyyden tarkasteluun on useita. Sosiologinen tapa tarkastella yksinäisyyttä on hakea yksinäisyyden syitä yksilön ulkopuolelta, yhteiskunnallisista tilanteista (Peplau & Perlman 1982, 126–129). Vaikka yksinäisyys on yksilöllinen kokemus, yhteiskunnalliset tekijät voivat olla yksinäisyyden taustalla. Esimerkiksi tiukat yhteiskunnalliset normit saattavat aiheuttaa yksinäisyyttä. Niinpä yksinäisyys on sosiaalinen ongelma, johon voidaan vaikuttaa sekä yksilöllisellä että yhteiskunnallisella tasolla. Yhteiskunta voi tarjota erilaisia palveluja ja tukimuotoja yksinäisille, kun taas yksilöt voivat omalla toiminnallaan pyrkiä vähentämään lähipiirin yksinäisyyttä.

1.2 Yksinäisyyden käsite ja aiemmat tutkimukset

Yksinäisyys on tuttu tunne monelle. Jotkut tuntevat yksinäisyyttä iltaisin yksin ollessaan, osa taas ihmisten, jopa ystävien joukossa. Yleensä yksinäisyyttä pidetään negatiivisena asiana, mutta se voi olla myös positiivinen. Kuka ei olisi joskus kaivannut yksinoloa ja omaa rauhaa? Esimerkiksi taiteilijat usein nauttivat yksinäisyydestä (Saresma 2005). Sosiologi Robert Weiss (1973, 12–17) pitääkin yksinäisyyttä yleisenä ilmiönä ja elämään kuuluvana asiana. *Yksinäisyys* on subjektiivinen kokemus; on eri asia olla yksin kuin olla yksinäinen. Yksinäisyyttä saatetaan väheksyä tai ajatella, että yksinäisyys on itse valittua. Yksinäisyys ei ole pelkästään seuran tai sosiaalisen aktiivisuuden kaipaamista, vaan se on ahdistava tila, josta halutaan pois. Tässä tutkimuksessa yksinäisyys käsitetään enemmän negatiivisena, epämiellyttävänä asiana, johon kaivataan muutosta.

Yksinäisyyttä voidaan käsitellä ainakin kolmella tavalla. Ensimmäiseksi yksinäisyyden voidaan katsoa johtuvan puutteista ihmisen sosiaalisissa suhteissa. Tällöin korostetaan ihmisten myötäsytystä tarvetta läheisiin ihmissuhteisiin. Toiseksi yksinäisyyttä voidaan tarkastella subjektiivisena kokemuksena, jolloin analysoidaan niitä tiedollisia prosesseja, jotka koskevat ihmisten käsityksiä sosiaalisista suhteistaan. Tyytymättömyys voi johtua sosiaalisten suhteiden riittämättömyydestä tai toisaalta niiden liiallisesta määrästä. Subjektiivinen yksinäisyys korostaa yksilön omia kokemuksia, eikä se näin ollen ole yksiselitteisessä yhteydessä siihen, kuinka sosiaalisesti eristäytynyt hän on. Kolmanneksi yksinäisyyttä voidaan pitää kokemuksena aina epämiellyttävänä ja tuskaisena. Tällöin yksinäisen ihmisen pääasiallinen puute on riittämätön sosiaalinen vahvistaminen, jolloin ihmissuhteiden laatu ei tyydytä. (Peplau & Perlman 1982, 3–5; Ojala & Kontula 2002, 78–79.)

Noin joka viidennes yli 15-vuotias suomalainen kokee yksinäisyyttä säännöllisesti. Yksinäisyys korreloi tärkeimpien hyvinvoinnista kertovien muuttujien, kuten onnellisuuden, koetun terveyden, tyytyväisyyden, luottamuksen ja aktiivisuuden kanssa. Yksinäisyydelle on monenlaisia syitä. Yhdessä asumiseen perustuva parisuhde vähentää yksinäisyyttä. Nuoret sekä ikääntyvät kokevat enemmän yksinäisyyttä kuin heidän väliin sijoittuvat ryhmät. Koulutus ja ansiotyö taas vähentävät yksinäisyyttä. Lapsettomat ovat yksinäisempiä kuin perheelliset. Äärimuodossaan yksinäisyys ilmenee suurkaupungeissa ja haja-asustusalueilla. (Saari 2010, 124–125.)

Yksinäisyyttä voidaan mitata esimerkiksi UCLA Loneliness Scale:n avulla, jossa on 20 kysymystä. UCLA Loneliness Scale:ssa kysytään muun muassa ”Kuinka usein tunnet olosi yksinäiseksi”, ”Kuinka usein tunnet olosi ujoksi” ja ”Kuinka usein tunnet olevasi osa ystäväporukkaa”. (Cacioppo & Patrick 2008, 5–6.) Toisaalta tutkimusten mukaan UCLA:n on havaittu mittaavan lähinnä emotionaalista yksinäisyyttä (Kangasniemi 2008, 75).

Yksinäisyys on usein yhteydessä yksin elämisen kanssa. Kulttuurissamme yksin eläminen ei ole perinteisesti yhtä arvostettua kuin perheen ja ystävien täyttämä elämä. Yksinäisyys voi myös olla tietoinen valinta, joka voi lisätä moniarvoisuutta ja erilaisuuden hyväksymistä yhteiskunnassa. (Jokinen 2005, 12–14.) Nykyään on paljon yhden hengen talouksia ja ihmisiä, jotka eivät halua toisia ”sotkemaan elämäänsä”. Myös yksineläjää tai ei-perinteistä elämäntapaa valinneen elämää tulisi arvostaa. Jokaisen yksilön itse tekemät elämänvalinnat ovat tärkeitä ja arvokkaita sellaisenaan. Esimerkiksi yhteiskunnan ydinperhe- ja parisuhdekeskeisyyttä on kritisoitu siitä, että ne ovat monopolisoineet tunteen kuulumisesta johonkin (Ojala & Kontula 2002, 32–33).

Pasi Moisio ja Tuomas Rämö ovat tutkineet koettua yksinäisyyttä demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan. Yksinäisyyden kokeminen Suomessa on vähentynyt vuodesta 1994 vuoteen 2006. Tarkastelussa terveydellä ja elinvaiheella on eniten vaikutusta yksinäisyyden kokemiseen. Toiseksi eniten yhteyttä yksinäisyyden kokemiseen on pääasiallisella toiminnalla. Työttömät kokevat enemmän yksinäisyyttä kuin työssä käyvät. (Moisio & Rämö, 2007, 399.)

Yksinäisyyttä esiintyy kaikissa ikäryhmissä ja sitä selittää oma toimintakyky, sosiaalinen verkosto, osallistuvuus ja perhetyyppi. Suomessa on tutkittu enimmäkseen iäkkäiden yksinäisyyttä. (Moisio & Rämö 2007, 392–393.) Siten on olemassa tarve tutkia myös muiden ikäryhmien yksinäisyyttä. Sukupuolen ja yksinäisyyden yhteydestä ei ole selvyyttä: joidenkin tutkimusten mukaan miehet ovat yksinäisempiä kuin naiset ja jotkut tutkimukset esittävät asian päinvastoin (Mt., 393).

Yksinäisyyttä on tutkittu paljon viime vuosina. Juho Saari (2010) on analysoinut yksinäisyyttä suomalaisessa yhteiskunnassa. Jukka Kangasniemi (2008) on tutkinut yksinäisyyttä Yleisradion tekstitelevisiion nuorten palstan kirjoituksissa. Yhteisvastuu (2011) on kerännyt kyselytutkimusta yksinäisyydestä ja yksinäistymisen tarinoista. Mervi Aalto-Kallio (2004) on tutkinut nuorten kokemaa yksinäisyyttä ja yksinäisten tulevaisuudenodotuksia. Yksinäi-

syydestä on julkaistu myös useita pro gradu -tutkielmia. Sari Viitaniemi (2011) ja Katariina Mäkelä (2011) ovat tutkineet yliopisto-opiskelijoille tarkoitettua internetpalsta Nyytin kirjoituksia yksinäisyydestä. Yksinäisyys on siis tutkittu ja yhteiskunnallisesti merkittävä aihe.

1.3 Tutkimuksen tavoite ja käytetty aineisto

Olen tehnyt kandidaatin tutkielmani yliopisto-opiskelijoiden kokemasta yksinäisyydestä. Tutkimuksen aineistona olen käyttänyt yliopisto-opiskelijoille tarkoitettua Nyytin keskustelusivua.¹ (Hentilä 2008.) Olen halunnut jatkaa samasta aiheesta myös pro gradu -työssäni. Samasta aiheesta on ollut helppo jatkaa, koska olen tiennyt valmiiksi paljon aiheesta ja siihen liittyvästä kirjallisuudesta. Tällä kertaa olen ottanut mukaan aineistooni myös ammattikorkeakouluopiskelijat. Käytän tutkimuksen aineistona Opiskelijan elämää 2004 -kirjoituskilpailun kirjoituksia. Kirjoituskilpailun avulla on haluttu selvittää, millaista korkeakouluopiskelijoiden elämä ja arki ovat. Aineistossa on eri tyyppisiä elämäkerrallisia kirjoituksia. Lopulliseen aineistooni olen valinnut 32 kirjoitusta, joissa käsitellään yksinäisyyttä tai ihmishuonon ongelmia.

Kirjoituskilpailun aineistoa on käytetty muutamissa tutkimuksissa. Marika Petäjäjärvi on tutkinut pro gradu -tutkielmassaan, millaisia hyvinvoinnin ulottuvuuksia ja millaisia hyvinvoinnin vajeita opiskelijat kuvaavat kirjoituksissaan. Lisäksi Petäjäjärvi on pohtinut, millaista kirjoittajien palvelujen käyttö on hyvinvoinnin tueksi. (Petäjäjärvi 2009.) Suvituuli Sihvola on pro gradu -tutkielmassaan tutkinut nuorten akateemisten naisten kohtaamia elämänpoliittisia haasteita ja selviytymiskeinoja haasteissa (Sihvola 2007). Opiskelijan elämää 2004 -aineistoa on käytetty myös Eija Mannisenmäen ja Maarit Valtarin teoksessa Valmistumisen vallihaudalla. Kirjassa käsitellään viimeaikaista koulutuspoliittista keskustelua ja korkeakouluopiskelua opiskelijoiden kokemusten kautta. (Mannisenmäki & Valtari 2005.) Kirjoituskilpailun kirjoitusten kautta löytyy siis monenlaisia näkökulmia erityyppisiin tutkimuksiin.

Tutkimuksen teoreettisena taustana käytän Anthony Giddensin, Ulrich Beckin ja Zygmunt Baumanin yksilöllistymisteorioita. Yhteiskunnan yksilöllistyminen on johtanut normien löysentymiseen, mutta samalla se on lisännyt ihmisten vapautta muodostaa itse sosiaaliset

¹ Nykyään Nyyti on tarkoitettu yliopisto-opiskelijoiden lisäksi myös ammattikorkeakouluopiskelijoille.

suhteensa ja tehdä omat elämänvalintansa (Jokinen 2005, 12–14). Enää ei ole olemassa vahvoja yhteisöjä, joihin jokainen voi turvautua, vaan kaikki valitsevat itse sosiaaliset suhteensa – tai ovat valitsematta.

Tutkimuksen tutkimuskysymyksinä ovat millaista on nuorten korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyys ja millaisia ulkopuolisuuden kokemuksia heillä on. Pohdin myös sitä, millä tavoin yksinäisyys vaikuttaa korkeakouluopiskelijoiden elämään ja miten yksinäisyyttä käsitellään. Lisäksi tarkastelen millaista yksinäisyys on yksilöllistyneessä yhteiskunnassa ja miten korkeakouluopiskelijan yksinäisyys vaikuttaa siihen, millaisena oma tulevaisuus nähdään.

Tutkimuksen rakenne on seuraava. Luvussa 2 käsittelen tutkimuksen teoreettista taustaa eli yksilöllistymiseen liittyviä teorioita, yhteisön käsitettä, nuoruutta sekä yksinäisyyteen liittyviä teorioita. Luvussa 3 luon katsauksen tutkimuksen menetelmään eli laadulliseen tutkimukseen ja sisällönanalyysiin sekä esittelen tutkimuskysymyksen ja aineiston. Luvussa 4 analysoin aineistoani tavoitteenani muodostaa kuva yksinäisistä korkeakouluopiskelijoista yksilöllistyneessä maailmassa. Viidennessä luvussa käyn läpi tutkimustuloksiani ja pohdin niiden merkitystä.

2 YKSINÄISYYS JA NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA

2.1 Yksinäisyyden ilmeneminen

2.1.1 Yksilöllistynyt yhteiskunta

Yksinäisyyttä voidaan pohtia tutkimalla yhteiskunnallista muutosta, sosiaalisia suhteita sekä koettua hyvinvointia. Makrotasoinen yhteiskunnallinen muutos vaikuttaa ihmisten sosiaalisiin suhteisiin mikrotasolla. Makrotason muutoksia ovat esimerkiksi kaupungistuminen ja jälkiteollistuminen. Tämä taas vaikuttaa mikrotasolla tavalla, joka heikentää sosiaalisia suhteita, kuten perhe- ja ystävyyssuhteita. Sosiaaliset suhteet ovat yhä enemmän tekemisissä vapaan valinnan kanssa; ihmiset valitsevat itse sosiaaliset suhteensa. (Saari 2010, 68–69.) Siten epäonnistuminen näissä valinnoissa voi johtaa yksinäisyyteen ja syrjäytymiseen. Aina sosiaalisia ystävyyssuhteita ei synny oman lähipiirin kautta, vaan suhteita pitää tietoisesti luoda.

Yhteiskunta on entistä yksilökeskeisempi. Sosiologisia yksilöllistymisteorioita ovat kehittäneet Anthony Giddens, Ulrich Beck ja Zygmunt Bauman. Yksilöllistyminen on johtanut toisaalta normien löysentymiseen ja entistä suurempaan vapauteen, mutta toisaalta juurettomuuteen ja yksinäisyyteen. Sosiologinen yksilöllistymiskeskustelu voidaan jakaa kahteen linjaan. Yhtäältä kannetaan huolta yksilöllistymisen kielteisistä seurauksista, kuten siirtymisestä massayhteiskuntaan ja yhteisöllisestä surkastumisesta. Useat sosiologit ovat puhuneet yhteisösidosten rapautumisesta ja sen takia lisääntyvistä inhimillisen toiminnan häiriöistä, kuten masennuksesta ja itsemurha-alttiudesta. Esimerkiksi Durkheim puhuu yhteisöllisyyden ja itsemurhan yhteydestä. (Jokinen 2005, 12–14; Saaristo & Jokinen 2004, 255.)

Toisesta näkökulmasta yhteiskunnan rakenteen muuttuminen aiempaa joustavammaksi saattaa suosia uudenlaista yhteisöllisyyttä, jossa yksilöt voivat kehittää omanlaisiaan elämäntyylyjä, reflektoida olemassaoloaan ja kehittää erilaisia sosiaalisia identiteettejä. Monet haihtuneista yhteisörakenteista ovat saattaneet ahdistavuudessaan olla sellaisia, ettei niitä olla jääty suremaan. Lisäksi uudenlaisia vapaaehtoistoimintaan perustuvia yhteisöjä syntyy koko ajan. Tässä mielessä yksilöllistyminen, jonka seurauksena sosiaalisuus rapautuu, ei saa tukea. (Jokinen 2005, 12–14; Saaristo & Jokinen 2004, 255.) Tässä tutkimuksessa kes-

kitytään enemmän jälkimmäiseen näkökulmaan, jossa yksilöllistyminen nähdään mahdollisuutena.

Anthony Giddensin mukaan jälkitraditionaaliselle yhteiskunnalle on tyypillistä yksilön jatkuva refleksiivisyys, jolloin joka hetki on kysyttävä, että mitä on tapahtumassa. Giddens väittää, että elämäkulun siirtymiin ei enää liity rituaaleja eivätkä siirtymät seuraa toisiaan itsestään selvästi, vaan niihin liittyy tietoista harkintaa ja valintaa. Kyse on siis refleksiivisistä itsensä toteuttamisesta. *Refleksiivisyys* tarkoittaa, että osaamme epäillä kaikkea toimintaamme ja toimintaympäristöömme liittyviä tekijöitä. Refleksiivisyyteen liittyy jatkuva itsetutkiskelu. (Giddens 1991, 20–21, 76–81.) Jälkitraditionaalisessa yhteiskunnassa ei siis mennä vain virran mukana, vaan jokaista elämänvalintaa täytyy harkita. Refleksiivisyyteen liittyy myös oman elämän vertaaminen muiden elämään. Yksilöt tarkkailevat, että miten samassa elämäntilanteessa olevat muut ihmiset elävät: missä he ovat töissä, millainen auto heillä on, ovatko he perheellisiä. Ihmiset refleктоivat ja vertailevat omia elämänvalintojaan muiden elämänvalintoihin.

Giddensin mukaan *traditionaalisessa yhteiskunnassa* juurtuneet tavat asettivat kapeita, ennalta määrättyjä polkuja valintojen tekemiselle, kun taas *myöhäismoderni* aika tarjoaa paljon mahdollisuuksia, mutta vähän vihjeitä siitä, mitä valintoja kannattaisi tehdä. Yksi seuraus on *elämäntavat*; kaikki ovat pakotettuja tekemään paitsi valintoja, myös muokkaamaan omaa elämäntapaansa. Elämäntavoissa on kyse siitä, kuka yksilö on. Valinnoilla luodaan elämäntapoja, jotka muokkaavat ihmisen identiteettiä. (Giddens 1991, 76–81.) Elämäntavat muodostuvat jatkuvasti toistuvista käytännöistä eli siitä mitä teemme joka päivä. Elämäntavat liittyvät usein kuluttamiseen. Esimerkiksi viime aikoina on puhuttu paljon lisääntyvistä pikavippiongelmissa. Nuoret ovat kasvaneet osaksi kulutusyhteiskuntaa ja oppineet kuluttamaan yli varojensa. Monien elämäntavaksi on muodostunut jatkuva kulutus ja shoppailu.

Maailma muuttuu jatkuvasti ja kaikkia tulevaisuuden tapahtumia ei pystytä ennustamaan. Ulrich Beck toteaa, että ihmisten on hyväksyttävä, että elämää ei pystytä hallitsemaan kokonaan, vaan ihmisten on sopeuduttava siihen, että heidän tiedoissaan on aukkoja. Beckille refleksiivisyys tarkoittaa kykyä katsoa asioita monesta näkökulmasta, kykyä sietää epävarmuutta sekä uskallusta olla tukeutumatta ainoastaan yhteen elämisen malliin. Ihmiset oppivat suhtautumaan kriittisesti itsestäänselvyyksinä pidettyihin asioihin. (Beck 1995, 17–49.)

Ihmiset eivät siis valitse valmiiksi annettua elämisen mallia, vaan luovat omanlaisensa mallin.

Normaalibiografia on yhteiskunnallisten tekijöiden vahvasti säätelemä elämäntulkku. Normaalibiografisessa elämäntulkussa monet elämäntaiheet, kuten koulunkäynti, muutto pois lapsuudenkodista, työelämään siirtyminen ja perheen perustaminen ovat ikäsidonniaisia. (Beck & Beck-Gernsheim 2002.) Tietynlainen käyttäytyminen tietysä iässä on siis toivotavaa. Suotavaa on, että lukion jälkeen siirrytään suoraan jatkokoulutukseen, valmistutaan ja luodaan uraa.

Myöhäismodernissa maailmassa elämää ei enää rakenneta pysyvien ammatti-identiteettien ja sosiaaliluokkien varaan. Nykyistä aikaa kuvaa oman yksilöllisen identiteetin ja elämän luominen. Tämän päivän ihmisen ei enää tarvitse noudattaa tiettyjä normeja tietysä elämäntaiheessa. Silloin normaalibiografia vaihtuu ”*tee se itse*” -*biografiaksi*. Ihmisen tulee siis olla aktiivinen oman elämänsä luoja. Ihminen voi onnistua ja luoda itselleen hyvän, menestyvän elämän tai sitten epäonnistua, jolloin epäonnistumista herkästi pidetään yksilöstä johtuvana, ei rakenteista tai yhteiskunnasta johtuvana. Silloin on myös vaarana, että rakenteellista työttömyyttä voidaan pitää yksilöstä johtuvana. (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 23–24.) Vaikka yksilöillä on enemmän vaikutusmahdollisuuksia, valintoihin vaikuttavat silti koulutusjärjestelmä, työmarkkinat sekä asuntomarkkinat (Beck 1995, 29–30).

Myöhäismodernissa maailmassa vastuu elämästä on yksilöllä itsellään, mutta yhteiskunnallinen järjestelmä antaa tietyt rajat valinnoille. Maailma on täynnä mahdollisuuksia, mutta kaikki eivät osaa tai halua valita itselleen kaikista parhaita. Esimerkiksi pieneltä paikkakunnalta voi olla vaikea muuttaa isoon kaupunkiin, vaikka kaupungissa olisi enemmän mahdollisuuksia.

Valinnat ja refleksiivisyys kuvaavat myös sosiaalisia suhteita. Anthony Giddens puhuu *puhtaasta suhteesta* kuvatessaan parisuhteiden ja ihmissuhteiden luonnetta yksilöityvässä yhteiskunnassa. Puhdas suhde tarkoittaa, että suhteeseen ryhdytään vain sen itsensä vuoksi, ilman muita päämääriä. Sen syntymiseen, kasassa pitämiseen tai hajoamiseen ei vaikuta mikään ulkoinen tekijä. Puhdas suhde on jatkuvan arvioinnin kohteena ja kestää niin pitkään kuin molemmat osapuolet kokevat sen tyydyttäväksi. Kun suhde ei enää tyydytä, se voidaan korvata uudella. (Giddens 1991, 87–98.) Puhtaat suhteet ovat uudelleen neuvoteltavissa olevia. Kun vanha suhde ei enää tyydytä, se korvataan uudella. Giddensille yksilöl-

listen valinnanmahdollisuuksien lisääntyessä sosiaaliset suhteet eivät enää ole pysyviä, vaan ihmiset hakevat aina vaan parempaa. Puhtaan suhteen käsite on kuitenkin lähinnä teoreettinen malli, eikä puhtaita suhteita löydy todellisesta elämästä.

Myös Zygmunt Bauman on osallistunut yksilöllistymiskeskusteluun. Bauman suhtautuu yksilöllistymiseen kriittisemmin kuin Beck ja Giddens. Bauman kuvaa aikakauttamme notkean moderniksi. Baumanin mukaan olemme siirtyneet raskaan modernin ajasta kevyen ja norjan modernin aikaan. Baumanille yksilöllistymisen toisena puolena on sosiaalisten suhteiden ja kansalaisuuden haurastuminen. (Bauman 2002.)

Beckin ja Giddensin yksilöllistymisteorioita on kritisoitu siitä, että niiden ei-yksilölliset piirteet ovat jääneet huomiotta. Michel Maffesoli kiinnittää huomion yhteisöjen ja sosiaalisten sidosten merkityksiin. Maffesolille nykyisyys on heimoyhteisöllisyyttä, jossa keskiössä on arkisen nautinnon palvonta, joka perustuu nautinnon tavoitteluun sekä jaettuun elämäniloon. (Maffesoli 1995, 45.) Myös David Riesman (1964) on puhunut toisiin suuntautuvasta sosiaalisesta luonnetyypistä, jossa yksilö on sensitiivinen toisten toiveille ja tekemisille.

Yksilöllistymiskeskusteluja on kritisoitu myös siitä, että ne edustavat keskiluokkaista maailmankuvaa, jolloin valinnanmahdollisuuksien lisääntymistä on havaittavissa lähinnä keskiluokissa, jotka voivat valita esimerkiksi elämän hidastamisen. Yksilöllistymiskeskustelut ovat olleet myös sisäisesti epä johdonmukaisia eli teoreettisista väitteistä on johdettu teoreettisia ennusteita, jotka eivät voi loogisesti olla samanaikaisesti tosia. Tutkimuksissa refleksiivisyyttä ja yksilöllistymistä koskevien väitteiden empiirinen perusta on ollut ohut, eikä väitteille ole juurikaan löydetty systemaattista tukea. (Saari 2010, 90.)

2.1.2 Pääomien ja luottamuksen muodostuminen

Yksinäisyyden voidaan katsoa olevan tekemisissä kenttien ja pääomien kanssa. Pierre Bourdieun mukaan sosiaalinen todellisuus jakaantuu *kentiksi*, joissa käydään kamppailua. Tavoitteena on kasata mahdollisimman paljon pääomia ja saada niihin yksinoikeus. (Warquant 2005, 26–38.) Bourdieu jakaa pääoman kolmeen lajiin: taloudelliseen, kulttuuriseen ja sosiaaliseen. *Taloudellinen pääoma* koostuu henkilöiden taloudellisista resursseista, kuten varallisuudesta. *Kulttuurinen pääoma* on institutionalisoitunutta, ruumiillistunutta ja siihen objektivoituu erilaisia esineitä, kuten kirjoja. *Sosiaalinen pääoma* taas tarkoittaa so-

siaalisia velvoitteita ja verkostoja. Sosiaalinen pääoma koostuu yksilön sosiaalisista verkostoista, hänen paikastaan niissä ja siitä, kuinka hyvin hän osaa hyödyntää verkostoja. (Bourdieu 1986, 248; Saaristo & Jokinen 2004, 177.)

Korkeakoulu muodostaa oman kenttensä, jossa opiskelijat käyvät kamppailua. Kamppailua käydään siitä kuka menestyy opinnoissaan, valmistuu nopeasti sekä luo parhaiten verkostoja korkeakoulun sisällä. Opiskelijat pyrkivät kasaamaan kentällä mahdollisimman paljon pääomia. Nuoren iän ja opintoihin vievän ajan vuoksi taloudellista pääomaa on usein vaikea kerryttää opiskeluaikana. Kulttuurista pääomaa opiskelijat kasaavat jatkuvasti opintojensa kautta ja hankkimalla korkeakoulututkinnon. Osa saa huomattavan määrän kulttuurisesta pääomastaan jo lapsuudenkodistaan, mutta kulttuurista pääomaa voi hankkia myös aikuisiällä. Opiskelijat pyrkivät kasaamaan sosiaalista pääomaa luomalla mahdollisimman laajoja verkostoja opiskelijakavereihin, henkilökuntaan sekä työelämän edustajiin. Yleinen tapa hankkia sosiaalista pääomaa on toimia erilaisissa luottamustehtävissä. Bourdieun ja Passeronin (1979, 28–53) mukaan korkeakouluopiskelijat sosiaalistuvat oman tieteenalansa akateemiseen kulttuuriin sekä omaksuvat alalleen tyypillisen habituksen, tieteellisen käsitteistön, elämäntavan sekä kulttuurista makua kuvaavat dispositiot.

Monen yksinäisen sosiaaliset verkostot ovat pienet, jolloin heillä on myös vähän sosiaalista pääomaa (Saari 2010, 13–15). Toisaalta vaikka yksilö kokee olevansa yksinäinen, voi hänellä silti olla hyvinkin laajat sosiaaliset verkostot. Yksinäisyys on subjektiivinen kokemus, jolloin kokemus yksinäisyydestä on erilainen eri ihmisillä. Voidaan myös miettiä, millaista kulttuurista ja taloudellista pääomaa yksinäisillä on. Korkeakoulussa opiskelevilla yksinäisillä on ainakin jonkin verran kulttuurista pääomaa.

Robert D. Putnamille sosiaalinen pääoma liittyy kansalaishyveisiin ja -aktiivisuuteen. Ihmiset tiedostavat olevansa riippuvaisia toisistaan ja osoittavat empatiaa toisiaan kohtaan, jolloin sosiaalinen vuorovaikutus on helpompaa. (Ruuskanen 2002, 7–14.) Putnam väittää, että yhteiskunnan yksilöllistymisen myötä yhteisöllisyys ja sosiaalinen pääoma ovat vähentyneet yhdysvaltalaisessa yhteiskunnassa. Yksi syy kasvokkaisen vuorovaikutuksen vähenemiseen on massaviihteen syntyminen. (Putnam 2000.) On kuitenkin mahdollista, että kasvokkaisen vuorovaikutuksen ja perinteisen kansalaistoiminnan tilalle syntyy uusia vuorovaikutuksen muotoja, kuten internetin yhteisöt.

Kaj Ilmosen toteaa *luottamuksen* olevan sosiaalisen pääoman käsitteen selkäranka. Luottamusta on kuitenkin vaikea määritellä. Luottamukseen liittyy tulevaisuus ja sen ennustaminen. Luottamuksen myötä toisen toiminta muuttuu paremmin ennustettavaksi. Ihmisiin ja instituutioihin luotetaan, koska niiden toimintaa pystytään ennustamaan tai ymmärtämään. (Ilmonen 2002, 140.) Luottamusta voi olla vaikea saada takaisin, jos se on särkynyt. Yksinäisillä saattaa olla vähän sosiaalisia kontakteja, jolloin he eivät välttämättä opi kunnolla tuntemaan tuttujaan ja ennustamaan heidän toimintaansa ja reaktioitaan. Siten luottamustakaan ei kunnolla pääse syntymään.

Siitä, että luottaa ja on luotettava muille seuraa usein myönteisiä asioita, kuten hyvä terveys ja positiiviset kokemukset muista. Keskustelu sosiaalisesta pääomasta on mahdollista tulkita tasapainon etsimiseksi modernisaation yhteisöjä hajottavien vaikutusten ja yhteisölisten sidosten välille. Ongelmia syntyy, jos sosiaaliset siteet ovat liian vahvoja tai jos ihminen on yksin. Huonoimmillaan tiivis sosiaalinen verkosto rajoittaa yhteisön ulkopuolisia suhteita, vähentää yksilön autonomiaa ja aiheuttaa epämiellyttäviä seurauksia. Joissakin tilanteissa saattaa olla oikeutettua tuntoa epäluottamusta yhteisöä ja sosiaalisuuden vaatimuksia kohtaan. (Jokinen 2005, 18–22.)

2.2 Yhteisöt

2.2.1 Yhteisön käsite

Yksinäisyys on usein yhteydessä yhteisöihin ja yhteisön puuttumiseen. Yhteisöä ei ole helppo määritellä. Yleisimpiä *yhteisöjä* ovat esimerkiksi naapuristo, työporukka ja perhe. Yhteisön käsitettä käytetään usein ryhmämuodostelmien yleisnimityksenä. Yhteisöjä voidaan luokitella niiden tavoitteiden tai vuorovaikutuksen luonteen mukaan. Yhteisön käsitteeseen on perinteisesti nähty kuuluvan alueellinen rajattavuus, sosiaalinen vuorovaikutus ja yhteenkuuluvuuden tunne. Ideaaliyhteisölle on tyypillistä vapaaehtoisuus, demokraattisuus ja autonomisuus. (Lehtonen 1990, 15–30.) Yhteisön käsite liittyy yhteisöllisyyteen. Urpo Harvalle yhteisöllisyys tarkoittaa yksilöiden tahtoa olla yhdessä, vuorovaikutuksellisia suhteita toisiin yhteisön jäseniin sekä tarkoituksenmukaisuutta eli yhteisöllä tulee olla jokin tehtävä tai päämäärä (Harva 1954, 13–70).

Yhteisöllä viitataan asioihin, jotka yhdistävät ihmisiä ja antavat tunteen kuulumisesta yhteen. Yhteisöihin liittyy kuuluminen ja ulos sulkeminen. (Day 2006, 1–2.) On olemassa me ja he, jossa me edustaa ryhmää, johon itse kuuluu ja jossa he ovat ulkopuolisia, eivätkä kuulu omaan ryhmään (Bauman 1997, 53). Tällainen ajattelutapa voi näyttäytyä esimerkiksi puhuttaessa maahanmuuttajista; maahanmuuttajia pidetään ulkopuolisina, ei suomalaisia, jolloin maahanmuuttajat suljetaan suomalaisten muodostaman ryhmän ulkopuolelle. Erilaisia ryhmiä voi syntyä myös pienissä työyhteisöissä. Esimerkiksi sairaalan henkilökunta voi jakautua ammatillisesti omiin ryhmiinsä, kuten lääkäreihin, sairaanhoitajiin ja laitoshuoltojiin. Silloin esimerkiksi lääkärit muodostavat oman joukkonsa, jonka sisään muiden voi olla vaikea päästä.

Elämme monimutkaisessa yhteiskunnassa, jossa on erilaisia ryhmiä, jolloin yhdelle alkukantaiselle yhteisölle ei ole mahdollisuutta. Ihmisillä ei ole vain yhtä valmiiksi annettua identiteettiä, vaan identiteettejä on erilaisia. Identiteetit rakentuvat erilaisten yhteisöjen kautta, joihin ihmiset kuuluvat. (Day 2006, 212.) Yksilöt voivat kuulua erilaisiin ryhmiin ja yhdistää eri kiinnostuksenalueitaan. Ihmisen identiteetti voi rakentua esimerkiksi poliittisten mielipiteiden, vanhemmuuden, ammatin ja harrastusten kautta. Thomas Ziehe (1991, 27) pitää identiteetin etsimistä moderniin nuoruuteen kuuluvana välttämättömyytenä, koska nopeat yhteiskunnalliset muutokset estävät valmiiden identiteettimallien periytymisen.

Zygmunt Bauman viittaa Robert Redfieldiin sanoessaan, että yhteisö on aito, kun se erottuu muista ryhmistä. Yhteisö on pieni ja omavarainen, eikä sen sisällä ei ole kriittisyyttä tai kokeilunhalua. Yhteisön tiiviys perustuu siihen, että ulkomaailmaan ei ole kontaktia. Jos ulkomaailmaan ollaan yhteydessä, jako meihin ja heihin alkaa hämärtyä. Nykymaailmassa aitoja yhteisöjä ei enää ole, sillä informaatio virtaa paikasta toiseen ja tiukkoja yhteisön sääntöjä ei enää pystytä ylläpitämään. Yhteisö pysyy haavoittuvana ja tarvitsee aina vahvistusta ja puolustusta. (Bauman 2001, 12–13; Redfield 1971.) Yhteisöt särkyvät helposti, jos niitä ei vahvisteta. Yhteisöt tarvitsevat siis aktiivisia jäseniä, jotta niiden olemassaolo säilyy.

Baumanille yhteisöt ovat ihanneyhteisöjä, joita ei kuitenkaan pystytä saavuttamaan. Baumanin yhteisö viittaa turvalliseen paikkaan, jossa voidaan luottaa toisten hyväntahtoisuuteen. Yhteisö on maailma, jota ei ole saatavilla, mutta jossa haluaisimme elää. Se on kadotettu paratiisi, jonne haluaisimme palata ja jonne Baumanin mukaan etsimme tietä takaisin.

(Bauman 2001, 1–5.) Ihanneyhteisö kuuluu siis menneisyyteen tai on asia, jota tavoittelemme. Todellisuudessa ihanneyhteisöä ei ole koskaan saatavilla.

Baumanille yhteisöön kuulumattomuus tarkoittaa turvallisuuden puutetta. Yhteisöön kuuluminen tarkoittaa taas menetettyä vapautta. Vapauden ja turvallisuuden suhteen välillä käydään kamppailua; molemmat ovat arvostettuja, mutta kumpi on tärkeämpää? Turvallisuus ilman vapautta johtaa orjuuteen ja vapaus ilman turvallisuutta päättyy tunteeseen turvattomuudesta ja kadotuksesta. Tämä on dilemma, johon Baumanin mukaan ei löydy ratkaisua. (Bauman 2001, 1–20.)

Nykymaailmassa ihmiset ovat enemmän tekemisissä muista kulttuureista ja taustoista tulevien kanssa. Tämä antaa ihmisille mahdollisuuden luoda omat sosiaaliset verkostot. Tämän vuoksi sosiaalisia siteitä täytyy jatkuvasti ylläpitää. (Beck 1992, 97.) Siten myös muista kulttuureista tulevista voi tulla osa omaa ryhmää, osa meitä. Yhteisösidokset eivät enää ole tiukkoja, vaan ihmiset luovat omat ryhmänsä. Yksilöllistymiseen liittyy kevyt kuuluminen useisiin eri yhteisöihin, joissa ei edellytetä tiukkaa sitoutumista eikä oman yksilöllisyyden häivyttämistä. Löyhiin yhteisöihin kuuluminen mahdollistaa yksilöllisyyden säilyttämisen ja yksilöllisen identiteetin kehittämisen. (Lähteenmaa 2000, 72; Hautamäki 1996, 37.)

2.2.2 Opiskelijayhteisöt ja -järjestöt

Yhteisöihin kuulumista pidetään hyvänä asiana. Usein yhteisöihin kuuluminen parantaa mielen hyvinvointia. Opiskeluajan yhteisöt antavat voimaa ja keinoja kohdata tulevaisuuden haasteita sekä helpottavat toimimista myöhemmin työelämän yhteisöissä. Nyyti ry on kartoittanut korkeakouluopiskelijoiden elämää haastattelemalla sekä järjestöaktiiveja että riviopiskelijoita. Kartoituksessa selvinneitä järjestöaktiiville merkityksellisiä yhteisöjä ovat opiskelijayhteisö, ainejärjestö, kilta, osakunta, läheiset ihmiset, harrastusyhteisöt sekä poliittinen yhteisö. Rivijäsenelle merkittäviä yhteisöjä ovat ystävät, perhe, opiskelijayhteisö, oma vuosikurssi, opiskelijayhteisö, harrastusyhteisöt, työkaverit, akateeminen yhteisö, valtio, kirkko ja armeija. (Mäki-Tarkka 2001, 10–40.)

Nyytin kartoituksen mukaan ainejärjestöön kuulumisen merkityksenä ovat vastuu, vaikuttaminen, työkokemus, mukava toiminta ja sosiaaliset suhteet. Opiskelijatoimintaan osallistutaan ystävien, yhteenkuuluvuuden, sosiaalisten suhteiden, vastapainon opiskelulle, kiinnostuksen, työkokemuksen, hyödyn ja halun vaikuttaa vuoksi. Jäsenistö saadaan mukaan

opiskelijatoimintaan tiedotuksella, tapahtumilla, järjestelmillä uusille opiskelijoille, tutustuttamalla ja tutor- ja fuksitoiminnalla. (Mt., 26–28, 35.)

Useimmat opiskelijat eivät koe opiskelijajärjestöä itselleen merkityksellisenä etenkin opintojen alkuvaiheen jälkeen. Opintojen alkuvaiheessa opiskelijat kokevat tarvetta päästä sisälle korkeakouluuyhteisöön. Alkuvaiheen jälkeen useimmat opiskelijat löytävät oman ryhmänsä. Tämän jälkeen ystäväpiiri toimii tukiverkostona ja opiskelijajärjestölle ei välttämättä ole tarvetta. Opiskelijajärjestöissä toimivien aktiivien määrä on pieni. Tämän vuoksi aktiivit ovat usein ylityöllistettyjä. Tämä saattaa johtaa siihen, että toimintaan ei haluta lähteä mukaan, koska se vie niin paljon aikaa. (Mt., 60–62.) Opiskelijajärjestöt ovat tärkeä osa korkeakouluelämää. Moni lähtee mielellään mukaan opiskelijajärjestöjen toimintaan, vaikka kokeekin olevansa ylityöllistetty. Järjestöissä mukana oleminen vaatii aikaa ja vastuuta, mutta samalla oppii paljon.

2.3 Nuoruus ja korkeakouluopiskelu

2.3.1 Nuoruus elämänvaiheena

Marko Raitasen mukaan *nuoruus* on monitahoinen ja vaikeasti määriteltävissä oleva ajanjakso lapsuuden ja aikuisuuden välillä. Nuori sosiaalistuu yhteiskuntaan pääasiassa perheen ja koulun kautta. (Raitanen 2001, 187, 190.) Nuoruuteen ja aikuistumiseen liittyy paljon muutoksia. Nuoruuteen kuuluu perinteisesti muun muassa opiskelu, ammatinvalinta, seurustelusuhteet ja työelämään tutustuminen. Nuoruuden elämää muuttava luonne vaatii yksilöltä sopeutumiskykyä. Osa sopeutuu hyvin uusiin ja muuttuviin asioihin, osa taas kokee paljon epäonnistumisia ja pahimmillaan syrjäytyy muusta yhteiskunnasta. Nuoruuteen ja aikuistumiseen liittyy vahvasti myös yksinäisyys. Lähes kaikki kaipaavat yksinoloa ainakin joskus, ja lyhytaikainen yksinolo voikin olla vapauttavaa ja voimauttavaa, kunhan vain tietää että olotila on väliaikainen. Yksinäisyys taas on useimmiten tuskallinen tila.

Nuorisotutkija Tommi Hoikkalan mukaan *ikään* kietoutuu arvoja, toimintaa organisoivia periaatteita, odotuksia, toiveita, haluja ja pelkoja. Elämää eletään institutionaalisen sääntöjärjestelmän puitteissa. Ikä luo tietyt vaiheet elämälle, mutta ei kuitenkaan kahlitse yksilöä täydellisesti. (Hoikkala 1993, 16.) Ikään liittyy erilaiset siirtymäriitit: rippijuhlat, valmistajaiset, häät, syntymäpäivät. Useimmat suorittavat ikään kuuluvat vaiheet ”oikeassa” iässä,

mutta yhä useammat menevät naimisiin vielä viisikymppisenä ja hankkivat uuden ammatin aikuisiällä.

Ikään liittyy erilaisia käsitteitä. *Ikävaiheella* tarkoitetaan kronologista ikää, jossa elämäntilanteet saattavat olla hyvinkin erilaisia, vaikka perusoletuksena on elämäntilanteiden samanlaisuus. *Elämänvaihe* tarkoittaa taas samanlaisuutta samassa elämäntilanteessa elävien ihmisten keskuudessa. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi lasten hankkiminen ja leskeytyminen. *Elämänkulku* viittaa sosiologiseen käsitykseen elämän etenemisestä. *Life span* on taas psykologisempi käsite ja kuvaa sitä, miten muutos läpi elämän riippuu yksilöllisistä tekijöistä. (Marin 2005, 21, 28.) Kaikkiin ikävaiheisiin liittyy tiettyjä odotuksia. Nuorten odotetaan yleensä olevan kapinallisia ja kriittisiä. Toisaalta käyttäytyminen, joka ei sovi normeihin, saa sanktion. (Raitanen 2005, 188.)

Myös sukupuoli vaikuttaa nuoruuden kulkuun. Tyttö tutkimuksessa on havaittu, että tytöillä on poikia paremmat sosiaaliset kysyt selviytyä elämän haasteista. Syynä tähän on, että poikien identiteetti rakentuu aggressiivisiin, miehiin toimintamalleihin. (Raitanen 2005, 192; Näre 1992, 27–29.) Erityisesti länsimaissa tytöillä on suurempi sosiaalinen liikkumavara. Tytöt voivat olla miesmäisen kovia työelämässä mutta äidillisen helliä kotona. Poikien on usein vaikea löytää tasapainoa elämän eri rooleille. Toisaalta yhä useammat isät pitävät isyysvapaita ja osallistuvat perhe-elämään, jolloin myös poikien sosiaalinen liikkuvuus voi lisääntyä.

Iästä on tullut entistä merkityksellisempää yhteiskunnassamme, ja tiukat ikäraajat ovat löysyneet. Kulttuurissamme arvostetaan sitä, että asioita saavutetaan nuorella iällä. (Sankari & Jyrkämä 2005, 9.) Tämä luo ihmisille lisäpaineita; uran luomisen lisäksi pitäisi perustaa perhe ja jaksaa harrastaa monipuolisesti. Toisaalta nykypäivän elämä on usein niin epävarmaa, että esimerkiksi perheen perustamista lykätään mahdollisemman kauas. Samoin moni haluaa pitkittää opintoja, koska opiskelijaelämää pidetään turvallisempana kuin pätkätoita ja työttömyyttä.

Jeffrey Arnett on havainnut, että parikymppisille nuorille aikuistuminen tarkoittaa vastuullista käyttäytymistä, itsenäisten päätösten tekemistä ja taloudellista itsenäisyyttä. Aikuistumiseen liittyy sekä jännitystä uusista asioista että epävarmuutta niistä, avoimia mahdollisuuksia, hämmennystä, uusia vapauksia ja uusia pelkoja. (Arnett 2004, vi, 3). Arnett puhuu *kasvavasta aikuisuudesta* (emerging adulthood), joka tarkoittaa aikaa myöhästeini-ias-

tä aikuisuuteen. Kasvavaan aikuisuuteen kuuluu identiteetin etsintä erityisesti rakkauselämässä ja työelämässä, epävarmuus, itsekeskeisyys, väliaikaisuuden tunne ja erilaiset mahdollisuudet, jolloin on mahdollista viedä elämä moniin eri suuntiin. (Arnett 2004, 8.)

Tommi Hoikkalan mukaan normaalibiografia on elämänvaihemalli, jossa lapsuutta seuraa nuoruus, sitten aikuisuus, vanhuus ja kuolema. Jokaiseen vaiheeseen liittyy kehitystehtävä. Ikä määrittää sen, millaisessa vaiheessa yksilön tulisi olla missäkin elämänkaaren kohdassa. Myös naisilta ja miehiltä odotetaan eri asioita. Aikuisuuteen siirtyminen on niin itseltään selvää, että se muovaa sitä, mitä nuoret voivat odottaa omalta tulevaisuudeltaan. Elämän institutionalisoituminen tuottaa kuitenkin yksilöllistyneen erilaisuuden, sillä nuoret voidaan mieltää keskenään hyvin erilaiseksi joukoksi. Aikuistua voi monella eri tavalla vaikka takana on institutionalisoitunut nuoruus. (Hoikkala 1998, 134–137.) Tänä päivänä ei enää ole yksiselitteistä normaalibiografian mallia, jolloin opiskelut hoidetaan heti nuorena, vaan moni lähtee lukemaan uuden ammatin vielä keski-ikäisenäkin. Myös sukupuolten välinen tasa-arvo on lisääntynyt.

Toisaalta selkeiden normien mukaan kulkemisen puuttuminen voi aiheuttaa ahdistusta ja epävarmuutta siitä, mitä haluaa tehdä elämällään. Joskus on helpompaa kulkea kaikille tarkoitettua rataa, jolloin omia valintoja ei tarvitse jäädä miettimään. Täytyy muistaa, että kaikki eivät tule samoista lähtökohdista ja siten kaikkien taustat vaikuttavat jokaisen elämään. Kaikista ei voi tulla menestyjiä.

2.3.2 Korkeakouluopiskelu elämänvaiheena

Suomen korkeakoulujärjestelmä koostuu yliopistoista ja ammattikorkeakouluista. *Yliopistojen* tehtävänä on edistää vapaata tutkimusta, tieteellistä ja taiteellista sivistystä sekä antaa tutkimukseen perustuvaa opetusta. Ammattikorkeakoulut antavat ammatillista korkeasteen koulutusta. *Ammattikorkeakoulujen* tehtävänä on antaa tarpeelliset tiedolliset ja taidolliset valmiudet ammatillisissa asiantuntijatehtävissä toimimista varten. (Mannisenmäki & Valtari 2005, 27–30.)

Vuonna 2010 yliopistotutkinnon suoritti noin viidessä ja puolessa vuodessa 47 prosenttia. Tässä ajassa sen suoritti naisista 58 ja miehistä 34 prosenttia. Ammattikorkeakoulututkinnon suoritti neljässä ja puolessa vuodessa 40 prosenttia, naisista 54 ja miehistä 24 prosenttia. (Suomen virallinen tilasto 2012a.) Naiset suorittivat tutkinnon miehiä nopeammin. Ero

on erityisen iso ammattikorkeakouluopiskelijoilla, sillä vain 24 prosenttia miehistä suoritti tutkinnon määräajassa.

Korkeakouluopiskelua voidaan kuvata elämänvaiheena, jolloin opiskelijoiden on mahdollista kokeilla ja tehdä väliaikaisia valintoja ennen vakiintuneemman elämäntavan ja elämänrakenteen muodostamista. Opiskeluaikaan liittyy itsenäistyminen, emotionaalinen riippumattomuus ja tulevaan työ- ja ammattiuran valintaan liittyvät kysymykset. (Aittola & Aittola 1990, 7–8.) Opiskeluelämään liittyy tietynlainen vapaudentunne, jolloin yksilö on vastuussa lähinnä itselleen. Opiskelijat pystyvät matkustamaan melko vapaasti ja harrastamaan monipuolisesti. Osalle korkeakouluopiskeluun liittyvä akateeminen vapaus sopii, mutta joidenkin opinnot eivät edisty ellei joku ole patistamassa tenttiin lukuun ja kurssien suorittamiseen.

Ammattikorkeakouluopinnot aloitetaan keskimäärin 22-vuotiaana ja yliopisto-opinnot keskimäärin 21-vuotiaana (Tilastokeskus 2012d, 21). Usein viimeistään silloin nuoren aikuisen täytyy alkaa luoda omaa elämäänsä. Nuoruuteen liittyy erilaisia riskitekijöitä. Opiskelija on haavoittuvainen erilaisille yksilöllisille ja yhteiskunnallisille heilahteluille. Pärjäämiseen vaikuttavat muun muassa terveys, toimeentulo ja opintojen eteneminen. Korkeakouluun liittyviä riskitekijöitä voivat olla opiskelumotivaation ylläpito, opiskelijaidentiteetin omaksuminen ja työmarkkinoille siirtyminen. (Mannisenmäki & Valtari 2005, 45.) Hoikkalan ja Pajun mukaan yksilöllistyminen kuvaa 1990-luvulla nuoruuttaan eläneitä. Pärjätäkseen on osattava valita ja tietää, että mitä haluaa. (Hoikkala & Paju 2002.) Tämän päivän nuorten aikuisten täytyykin usein olla päämäärätietoisia ja kunnianhimoisia pärjätäkseen.

J.P. Roos on löytänyt *elämönhallinnan* yhdeksi ulottuvuudeksi tutkiessaan elämäkertoja. Myönteisessä elämönhallinnassa elämä koetaan sellaiseksi, jossa ihmisellä on ollut vaikutusvaltaa ja kielteisessä sellaiseksi, jossa tapahtumat ovat vain seuranneet toisiaan ilman, että ihminen on pystynyt vaikuttamaan niihin. Elämönhallinta jakautuu ulkoiseen ja sisäiseen elämönhallintaan. *Ulkoisessa elämönhallinnassa* ihminen on pystynyt ohjaamaan elämänsä kulkua ilman, että siihen ovat sen suuremmin vaikuttaneet hänestä itsestään riippumattomat tekijät. Roosin mukaan ihmiset hyvin usein tavoittelevat elämän ulkoista hallintaa. *Elämän sisäinen hallinta* tarkoittaa taas sitä, että riippumatta mitä ihmiselle tapahtuu, ihminen sopeutuu erilaisiin muuttuviin tilanteisiin ja pyrkii ajattelemaan asioista parhain päin. Sisäinen elämönhallinta on jotain, joka täytyy opetella. (Roos 1988, 206–207.)

Juhani Merenheimo on tutkinut yliopisto-opiskelijoiden elämänhallinnan tunnetta. Elämänhallinnan tunteella tarkoitetaan yksilön tiedostamisen tasoa ja kykyä hallita elämäänsä niin onnistumisissa kuin epäonnistumisissa. Elämänhallintaan kuuluu itsenäinen selviäminen. On hyvä, jos yksilöllä on sosiaalinen tukiverkosto, johon kuuluvat henkinen tuki, apu ja sosiaalinen toveruus. Merenheimon tutkimuksessa opiskelijoiden elämänhallinnan tunne ja optimismi olivat pysyviä ominaisuuksia samoin kuin opiskelumotivaatio ja tunne opintojen etenemisestä. (Merenheimo 2000, 19, 32.) Näyttää siis siltä, että he, joilla jo valmiiksi menee hyvin elämässä ja opinnoissa, menee hyvin jatkossakin.

Toisaalta opiskeluaika ei ole enää aikoihin ollut selvärajainen elämänvaihe. Nykyopiskelijoilla opiskelu, työ ja ihmissuhteet kietoutuvat yhteen. Opiskelijat ovat myös eri asemissa. Opiskelijoilla, joiden talous, terveys ja tukiverkostot toimivat, pärjäävät. (Mannisenmäki & Valtari 2005, 12.) Usein opiskelija onkin yksin ongelmiensa kanssa. Koulutus ei takaa turvattua tulevaisuutta. Kasvanut korkeakoulutettujen joukko on johtanut koulutusinflaatioon. Nykyajan nuoret kouluttautuvat korkeammalle kuin edelliset sukupolvet silti saavuttamatta samaa elintasoa ja vakituista työpaikkaa. (Aro 2003, 325.)

Moni opiskelija ei saa opintojaan etenemään. Usein ongelmia aiheuttaa korkeakoulun ilma-
piiri ja ohjauksen puute. Korkeakoulun tulisikin panostaa ohjaamiseen varsinkin opiskelun alku- ja loppuvaiheissa. (Merenheimo 2000, 33.) Helka Annala on tutkinut yliopisto-opiskelijoiden opiskeluvaikeuksia ja ohjausta. Annalan mukaan yliopisto-opiskelu eroaa lukio-opetuksesta ja siihen sopeutuminen vie ainakin vuoden. Yliopisto-opiskelu on itsenäistä ja painottuu lukemiseen. Opiskelijoilla tulee olla hyvät oppimisstrategiat ja opiskelutottumukset. Annalan tutkimuksessa opiskelijoiden opiskeluun liittyviä ongelmia olivat motivaation puute, neuvojen saanti kursseista sekä rahan vähäisyys. (Annala 2000, 39–40, 62.)

Mary Aurelie on vertaillut suomalaisten ja ranskalaisten naisyliopisto-opiskelijoiden aikuistumistapoja ja sosioekonomista integraatiota. Suomalaisopiskelijat ovat yleisesti ottaen tyytyväisiä yliopistojärjestelmään ja työmahdollisuuksiin opintojen jälkeen. Ranskassa taas opiskelijat pitävät järjestelmäänsä vanhentuneena. Aurelien mukaan kummassakin maassa opiskelijat toivovat löytävänsä arvojaan vastaavaa merkityksellistä työtä. Perinteisten sosiaalisten määritteiden, kuten naimisiinmenon tai työpaikan sijaan, naisopiskelijat korostavat aikuisuuteen kuuluvaa psyykkistä kypsyyttä. Aurelien mukaan nuoruus ei ole elämänvaiheena pidentymässä, vaan nuoret luovat itselleen vaihtoehtoisia aikuistumistapoja.

Maailma on muuttunut ja tämän vuoksi koko aikuisuuden käsite tulisi määritellä uudelleen. (Aurelie 2012.) Nuoret siis luovat koko ajan uusia tapoja aikuistua. Aikuistumistapoja on monia; osa pitää edelleen arvossa perinteistä tapaa, jossa avioliitto ja työ ovat keskiössä, kun taas osa pyrkii etsimään itselleen sopivaa tapaa, jossa korostuu kaverisuhteet ja oma arvomaailma.

Opiskelu-elämä ei kuitenkaan aina ole niin huoletonta ja vapaata. Moni odottaa opiskelun päättymistä ja elämän muuttumista ajankäytöltään selvärajaisemmaksi. Opiskeluaikana ei ole todellista vapaa-aikaa ollenkaan, sillä krooninen huono omatunto vaivaa aina tekemättä jääneistä töistä. Opiskelijat ovat pääosin kiinnittyneitä opiskeluun, jolloin heillä on toisenlainen vapaus kuin samanikäisillä ansiotyössä käyvillä nuorilla aikuisilla. Toisaalta, koska opiskelijat ovat taloudellisesti sidottuja opintotukeen tai vanhempiinsa, he joutuvat elämään pitempään taloudellisesti ja sosiaalisesti riippuvaisina muista. (Aittola & Aittola 1990, 8, 39.)

Useiden alojen opinnot koostuvat suureksi osaksi massaluennoista ja kirjatenteistä, jolloin muihin opiskelutovereihin tutustuminen voi olla vaikeaa. Ainejärjestöt järjestävät opiskelutapahtumia, mutta niihin menemisen kynnys saattaa olla korkea, jos ei tunne ketään entuudestaan. Erityisesti opinnäytetyön tekeminen on monelle hyvinkin stressaavaa ja yksinäistä. Vaarana on, että opiskelija jää yksin ajatustensa kanssa ja valmistuminen jää roikkumaan. Useaa myös huolettaa valmistumisen jälkeinen elämä ja se, että tuleeko saamaan töitä tulevaisuudessa. Erityisesti humanistisen ja yhteiskuntatieteellisen alojen opiskelijoiden työtilanne saattaa tuntua opiskelijoista epävarmalta, sillä he eivät valmistu mihinkään varsinaiseen ammattiin. Tämän epävarmuuden kanssa pitää vain oppia elämään ja muiden opiskelutoverien tuki ja yhteisten kokemusten jakaminen ovat tärkeitä.

Opiskelijoiden terveys

Vuoden 2008 korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen mukaan 83 prosenttia opiskelijoista kokee terveytensä hyväksi tai melko hyväksi. Opiskelijat ovat siis yleisesti ottaen terveitä. Opiskelijoilla on kuitenkin psyykkisiä oireita. Opiskelijoista 27 prosenttia kokee runsaasti stressiä. Yleisimmin stressiä aiheuttaa esiintymisen vaikeus ja opiskeluotteen saaminen. Noin viidennes opiskelijoista kokee mielialansa, tulevaisuuden suunnittelemisen ja oman kykynsä negatiiviseksi. (Kunttu & Huttunen 2009, 45, 49.)

Terveystudkimukseen vastanneista opiskelijoista kahdella kolmesta on vakituinen parisuhde. Avo- tai avioliitossa tai rekisteröidyssä parisuhteessa elää tai on elänyt 45 prosenttia. Opiskelijoista lähes kolme neljäsosa on yhdessä ystävien kanssa vapaa-aikana vähintään viikoittain. Yksinäisiä opiskelijoita on 5 prosenttia. Vain 55 prosenttia kokee kuuluvansa johonkin opiskeluun liittyvään ryhmään. Ryhmään kuulumisen tunne on yleisintä nuorimissa ikäryhmissä. (Mt., 45, 78–80.) Opintoihin liittyvään ryhmään kuulumisen tarve todennäköisesti pienenee ensimmäisten opiskeluvuosien jälkeen, jolloin opiskelija on jo integroitunut korkeakouluun.

2.4 Yksinäisyyden teoriat

2.4.1 Yksinäisyystyypit

Yksinäisyystutkimuksissa esiintyy useita yksinäisyystyyppejä, jotka ovat muodostuneet joko teoreettisesti tai empiirisen tutkimuksen pohjalta. Tähän tutkimukseen on valittu kolme yksinäisyystyyppiä (ks. Kangasniemi 2008, 77): välittömästi ihmissuhteisiin liittyvä yksinäisyys (emotionaalinen ja sosiaalinen yksinäisyys), minuuteen ja identiteettiin liittyvä yksinäisyys (eksistentiaalinen ja fenomenologinen yksinäisyys) ja rakenteisiin liittyvä yksinäisyys.

Välittömästi ihmissuhteisiin liittyvä yksinäisyys voidaan jakaa kahteen osaan, emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyyteen. Emotionaalinen yksinäisyys johtuu läheisten ja syvälisten ihmissuhteiden puuttumisesta. Sosiaalinen yksinäisyys johtuu sosiaalisen verkoston puutteesta ja se voi tuntua ulkopuolelle jäämisenä. Ihmissuhteisiin liittyvää yksinäisyyttä ei voida kuitenkaan yksiselitteisesti jakaa joko emotionaaliseen tai sosiaaliseen yksinäisyyteen, vaan yksinäisyys voi olla myös molempia.

Sosiologi Robert Weissin (1973, 20–22) mukaan *emotionaalinen yksinäisyys* johtuu usein lapsuuden hylätyksi tulemisen kokemuksista, jotka nousevat aikuisena uudelleen esiin ahdistuksena. Tämä saattaa johtaa syvään yksinäisyyteen, joka on riippumaton siitä, onko muita ihmisiä lähellä. Tällaista tilaa voi kuvailla tyhjänä sisäisenä maailmana. Emotionaalinen yksinäisyys voi syntyä esimerkiksi parisuhteen päättymisen johdosta tai läheisten ystävien puutteesta. *Sosiaalista yksinäisyyttä* kuvataan usein ikävänä, päämäärättömyyden tai marginaalisuuden tuntoina. Päivän rutiinit tuntuvat tylsiltä ja merkityksettömiltä, kun ihmi-

sellä ei ole muita, joiden kanssa jakaa niitä. Sosiaalisesta yksinäisyydestä kärsivä ei niinkään kaipaa tiettyä ihmistä, vaan ryhmää, jonka toimintaan hän voi osallistua tai verkostoa, johon voi liittyä. (Weiss 1973, 20–22.) Opiskelukavereiden puute saattaa aiheuttaa sosiaalista yksinäisyyttä. Voi olla turhauttavaa, jos ei ole ketään kenen vieressä istua luennoilla tai keskustella opiskeluun liittyvistä asioista. Osa saattaa jäädä kokonaan opiskeluverkoston ulkopuolelle tai heillä voi olla ainoastaan muutama pinnallinen ihmissuhde.

Yksinäisyys aiheuttaa usein masennusta ja levottomuutta. Emotionaaliselle yksinäisyydelle on tyypillistä ahdistus ja huolet, kun taas sosiaalista yksinäisyyttä kuvaavat ikävystymisen ja ulkopuolelle jäämisen tunteet. Yhteinen tekeminen ja yhteiset huolenaiheet ovat tärkeitä jokapäiväisten asioiden ja rutiinien suoriutumisen jaksamisen kannalta. Sopeutuminen yhteisöön antaa ihmisille tietoa ja neuvoja, mielipiteitä heidän omasta ja muiden toiminnasta ja mahdollisuuden pyytää apua puolin ja toisin. Sosiaaliset verkostot luovat mahdollisuuden yhteisille aktiviteeteille ja juhlille sellaisten ihmisten kanssa, joilla on paljon yhteistä. Ilman sosiaalista verkostoa, ihmisten elämä on usein köyhempää ja riski syrjäytymiseen kasvaa. (Weiss 1973, 148–150.) Parasta olisikin, jos yksilöllä olisi sekä läheisiä ihmissuhteita että sosiaalinen verkosto, johon kuulua.

Toisin kuin ihmissuhteisiin liittyvässä yksinäisyydessä, *minuuteen ja identiteettiin liittyvässä yksinäisyydessä* yksinäisyys ei suoranaisesti kohdistu keneenkään tiettyyn henkilöön tai yleensäkään ihmissuhteisiin. Siitä syystä tällaista yksinäisyyttä eivät mitkään ihmissuhteet voi poistaa. *Eksistentiaalisen yksinäisyyden* lähtökohtana on, että ihminen on aina viime kädessä yksin. Kukaan muu ei voi kokea sitä, mitä juuri minä koen. Eksistentiaaliseen yksinäisyyteen liittyy sen oivaltaminen, että ihmisen on mahdotonta jakaa tunteitaan ja kokemuksiaan täysipainoisesti muiden kanssa. Ihminen ymmärtää siis olevansa muista erillään oleva yksilö. Tähän liittyy myös oman kuolevaisuuden tiedostaminen. Kuitenkin tällaisessa tilanteessa voi nähdä myös myönteisiä puolia, ja yksinäisyys voi olla mahdollisuus itsensä kehitykseen. (Kangasniemi 2008, 22, 82.) Eksistentiaalisessa yksinäisyydessä yksilö siis havaitsee oman erillisyytensä muista ihmisistä. Tätä voi hyödyntää esimerkiksi harastamalla taiteita, kuten musiikkia ja maalaamista.

Fenomenologinen yksinäisyys taas tarkoittaa yksilön kokeman yksinäisyyden tunteen ai-
nutlaatuisuutta. Jokainen yksinäisyyden kokemus eroaa toisesta ainakin vähän riippuen yksilöstä, ajasta ja paikasta. Fenomenologisessa tulkinnassa yksinäisyys nähdään sellaisena

ilmiönä, jossa yksilö tuntee akuuttia tietoisuutta itsestään. (Kangasniemi 2008, 83–84.) Jako eksistentiaaliseen ja fenomenologiseen yksinäisyyteen ei ole selkeä, vaan yksilö voi tuntea myös molempia.

Kolmas yksinäisyystyyppi on *rakenteisiin liittyvä yksinäisyys*. Omien subjektiivisten merkitysten lisäksi kulttuuritekijät vaikuttavat yksinäisyyden kokemiseen. Se miten yksinäisyyteen suhtaudutaan vaihtelee kulttuurin ja aikakausien mukaan. Lisäksi eri kielten sanasto suhteessa yksinäisyyteen vaihtelee suuresti. Myös kulttuurinen suhtautuminen yksinäisyyttä lähellä oleviin asioihin, kuten ujouteen ja itsetuntoon vaihtelee. Ujon ja hiljaisen on todennäköisesti vaikea elää kulttuurissa, jossa korostetaan ulospäin suuntautuneisuutta ja avoimuutta. Eri tutkijat ovat kirjoittaneet elämän kasvavasta pirstaloitumisesta, epävarmuudesta ja yhteisöjen hajoamisesta. Myös löyhät sosiaaliset siteet voivat johtaa pinnallisiin ja helposti katkeaviin ihmissuhteisiin ja siten yksinäisyyteen. (Kangasniemi 2008, 86–89.)

Mikään kolmesta yksinäisyystyypistä ei ole täysin yksiselitteinen ja selkeästi muista erillään oleva. Yksilö voi myös kärsiä kaikista kolmesta tyypistä. Toisaalta on mahdollista, ettei yksilön tuntemaa yksinäisyyttä välttämättä pystytä sijoittamaan mihinkään yksinäisyystyyppiin.

2.4.2 Yksinäisyyteen liittyvät persoonatekijät

Persoonatekijät voivat vaikuttaa yksinäisyyteen usealla tavalla. Yksinäisyyteen liittyvät persoonatekijät voidaan jakaa kolmeen osa-alueeseen:

- 1) persoona- tai luonteenpiirteisiin
- 2) asenne- ja motivaatiotekijöihin
- 3) käyttäytymistekijöihin

Yksinäisyyden kokeminen liitetään usein *persoonan sisäisiin tekijöihin*, kuten huonoon itsetuntoon tai masennukseen. Ensinnäkin persoonapiirteet, kuten vihamielisyys ja narsismi voivat vaikuttaa siihen kuinka pidetty henkilö on ja siten vähentää hänen sosiaalisia suhteitaan. Toiseksi henkilön ominaispiirteet, kuten ujous tai huono itsetunto voivat vaikuttaa henkilön omaan käyttäytymiseen sosiaalisissa tilanteissa ja johtaa epätyytyttävään vuorovaikutukseen muiden kanssa. Kolmanneksi persoonapiirteet voivat vaikuttaa siihen miten henkilö reagoi ihmissuhteissa tapahtuviin muutoksiin, kuten muuttuneeseen elämäntilan-

teeseen. Aktiivinen reagoiminen on tehokkaampaa kuin vain itseensä vetäytyminen. Yleensäkin yksinäisyystutkimuksissa on havaittu, että negatiivinen omakuva muiden silmissä kuvaa yksinäisiä. (Kangasniemi 2008, 176, 178.)

Toinen yksinäisyyteen vaikuttava persoonatekijä liittyy yksilön asenne- ja motivaatiotekijöihin. *Asenne- ja motivaatiotekijöitä* ovat esimerkiksi halu löytää kumppani tai ystävä sekä hyväksytyksi tulemisen tarve (Kangasniemi 2008, 188–190). Tähän liittyvä kognitiivinen lähestymistapa korostaa ihmistä aktiivisena tiedon käsittelijänä. Yksinäinen pyrkii etsimään selitystä tilanteelleen ja etsii syytä joko ympäristöstään tai itsestään. Yksinäisillä on taipumus selittää menestys ulkoisilla tekijöillä ja epäonnistuminen sisäisillä, pysyvillä tekijöillä. Aikaulottuvuudella on merkitystä, sillä mitä pitempään yksilö on yksinäinen, sen helpommin hän alkaa etsiä syytä itsestään. Yksinäisyys voi ajallisesti olla tilapäistä, tilanteista johtuvaa tai kroonista yksinäisyyttä. (Kangasniemi 2008, 237–241.) Asenne- ja motivaatiotekijöihin liittyvä yksinäisyys koskee siis yksilön omaa käsitystä itsestä ja syistä yksinäisyydelle. Tietty tapahtuma, kuten parisuhteen päättymisen voi johtaa yksinäisyyteen. Tilapäisellä yksinäisyydellä on yleensä lyhyemmät negatiiviset vaikutukset, kun taas pitkään jatkunut yksinäisyys voi johtaa sosiaalisten taitojen huononemiseen ja muista erakoitumiseen.

Yksinäisyys korreloi positiivisesti sekä tilapäisen että jatkuvan ahdistuneisuuden kanssa, ulkoisen kontrollin tunteen kanssa, masentuneisuuden, itsestään tietoisuuden ja sosiaalisen jännittyneisyyden kanssa. Negatiivisesti yksinäisyys korreloi itsensä viehättävänä pitämisen, itsensä miellyttävänä kokemisen ja elämään tyytyväisyyden kanssa. (Moore & Schultz 1983; Kangasniemi 2008, 185–186.) Yksinäisyys on siis yhteydessä siihen miten yksilö itse näkee itsensä ja elämänsä. Jos henkilö kokee olevansa epäviehättävä ja jännittää sosiaalisissa tilanteissa, hän on todennäköisemmin yksinäinen kuin henkilö, joka pitää itseään viehättävänä ja pystyy olemaan rento muiden ihmisten seurassa. Myös tunne omasta kontrollintimahdollisuudesta koskien yksinäisyyttä on tärkeä. Jos yksilö kokee olevansa muun yhteisön toimesta pakotettu yksinäisyyden tilaansa, hän luultavasti tuntee olonsa onnettomaksi. Jos henkilö taas kokee pystyvänsä itse vaikuttamaan omaan tilanteensa esimerkiksi menemällä mukaan sosiaalisiin tilanteisiin ja olemalla aktiivinen, yksinäisyys ei välttämättä tunnu niin toivottomalta. Toisaalta sekään ei ole hyvä, jos yksinäisyys koetaan itsestä ja

omasta toiminnasta johtuvaksi. On helpompi syyttää muita ihmisiä omasta tilanteesta kuin kokea sen kokonaan itsestä johtuvaksi.

Kolmas yksinäisyyteen liittyvä persoonatekijöiden osa-alue on käyttäytymistekijät. *Käyttäytymistekijöihin* liittyy esimerkiksi yksilön sosiaaliset taidot sekä sosiaalisten tilanteiden pelko. Aktiivisia käyttäytymistekijöitä ovat esimerkiksi itsenäisyys ja seurallisuus, kun taas passiivisia ovat itkuisuus, hiljaisuus ja aloitekyvyttömyys. Sosiaalisissa suhteissa kehittyvät taito kuunnella ja keskustella sekä taito ilmaista tunteita. Yleensä sosiaalisen tuen saaminen muilta kasvattaa yksilön itsetuntoa. Itsensä aliarvioiminen sosiaalisissa taidoissa näyttää olevan yhteydessä yksinäisyyteen. (Kangasniemi 2008, 193–199.) Yksinäisyys ja omat käyttäytymistekijät voivat johtaa noidankehään; ujo ja hiljainen ei halua mennä mukaan sosiaalisiin tilanteisiin, koska kokee olevansa erilainen ja ulkopuolinen – poisjääminen johtaa taas ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden tunteisiin.

Persoonatekijät ovat yksi yksinäisyyteen liittyvistä tekijöistä. Tärkeää siihen liittyen on miten yksilö näkee itsensä, kokeeko hän pystyvänsä vaikuttamaan yksinäisyyden tilaansa ja näkeekö yksinäisyyden johtuvan itsestä vai ulkopuolisista syistä. Myös oma käyttäytyminen vaikuttaa – vetäytyykö yksilö itseensä vai menee rohkeasti mukaan sosiaaliseen toimintaan.

2.4.3 Yksinäisyyden käsitteleminen ja sen kanssa eläminen

Juho Saaren tutkimuksessa syitä yksinäistymiselle yksinäisten itsensä mielestä ovat mielenterveysongelmat, persoonallisuus, sosiaalisten taitojen puute ja ujous. Yksinäiset yrittävät lievittää yksinäisyyttään lääkkeiden ja terapian avulla, ihmissuhteiden luomisella ja erilaisilla toiminnoilla, kuten kuntoilulla tai sopeutumalla yksinäisyyteen. Yksinäisyys aiheuttaa pitkittyessään masennusta, pettymyksiä, seksin- ja läheisyydenpuutetta, eristäytymistä, kateutta ja häpeää. (Saari 2010, 168–200.) Yksinäisyys on usein asia, johon voi itse vaikuttaa. Koska yksinäisyys on subjektiivinen kokemus, oma ajattelutapa on hyvin tärkeä yksinäisyyttä käsitellessä.

Yläkoulu- ja lukiolaisten yksinäisyyttä tutkineen Kaarina Laineen (1998) mukaan yksinäisten kokemus omista vaikutusmahdollisuuksista on tärkeä. Kouluelämä tukee yksinäisyyden kokemista, jos oppilas altistuu jatkuvasti laiminlyödyksi ja ulossuljetuksi. Koulu voi kuitenkin auttaa yksinäisiä kehittämällä oppilaiden itsetuntoa, sosiaalisia taitoja ja asennetta

sosiaalista aktiivisuutta kohtaan. (Laine 1998.) Koulu voi siten estää pitkän yksinäisyyskierteen kehittymistä miettimällä ratkaisuja yksinäisyysongelmiin.

Yksinäisten ihmisten reagoinneissa voidaan havaita kolmenlaista käyttäytymistä: pyrkimys muuttaa todellisia sosiaalisia suhteita, sosiaalisten tarpeiden ja toiveiden muuttaminen tai pyrkimys defensiivisesti vähentää sosiaalisen puutteen merkitystä. Pyrkimys muuttaa todellisia sosiaalisia suhteita voi tarkoittaa uusien sosiaalisten suhteiden muodostamista tai korvaavien suhteiden muodostamista esimerkiksi lemmikkieläimiin. Sosiaalisten tarpeiden ja toiveiden muuttaminen liittyy odotuksien muuttamiseen, joita yksilöllä on sosiaalisia suhteita kohtaan. Pyrkimys defensiivisesti vähentää sosiaalisen puutteen merkitystä ei ole pidemmän päälle hyvä käyttäytymistapa, sillä siinä vähätellään sosiaalisten suhteiden tärkeyttä ja se voi johtaa eristäytymiseen. (Laine 2005, 165.)

Yksinäisyyttä voidaan käsitellä kahdella tavalla. Ensimmäisessä tavassa yksinäisyyteen suhtaudutaan *ongelmasuuntautuneesti*, jolloin yksilö pyrkii muuttamaan käyttäytymistään tai ihmissuhteitaan. Näin voi tehdä muuttamalla olemassa olevia ihmissuhteita tai luomalla uusia. Yksilö voi myös muuttaa omaa käyttäytymistään ja muokata persoonapiirteitään, kuten vähentää ujoutta. (Kangasniemi 2008, 252; Revenson 1981.) Ongelmasuuntautuneesti yksinäisyyteen suhtautuvat voivat pakottaa itsensä menemään mukaan sosiaaliseen toimintaan ja olemaan oma itsensä muiden seurassa. Itsensä hyväksyminen on tärkeää yksinäisyyttä käsitellessä.

Myös Weissin mukaan yksinäisyyttä voidaan vähentää kehittämällä uusia toimintatapoja. Esimerkiksi jos pariskunta muuttaa uudelle paikkakunnalle, he voivat tukeutua toisiinsa vanhojen ystävien ja tuttujen sijaan. Henkilöt voivat myös pyrkiä luomaan uusia ihmissuhteita. Näin voi tehdä integroimalla uusia ihmissuhteita vanhaan ihmissuhdeverkkoon. Yksilö voi esimerkiksi esitellä uuden opiskelukaverin vanhoille kavereilleen ja näin saada opiskelukaverin mukaan kaveripiiriinsä. Yksilö voi myös tarkoituksella luoda uusia ihmis- ja ystävyysuhteita menemällä mukaan erilaisiin järjestö- tai harrastustoimintoihin. Tätä kautta syntyneet ihmissuhteet ovat tietoisesti luotuja ja niihin on helppo mennä mukaan, kun kaikki eivät tunne toisia etukäteen. Nämä ryhmät ovat usein pakopaikkoja tavallisen elämän paineista. (Weiss 1973, 191–196.)

Toinen strategia yksinäisyyden käsittelemisessä on *tunnepainotteinen*, jolloin keskitytään tunteiden säätelyyn. Tässä suhtautumistavassa yksilö voi pyrkiä hillitsemään jännittynei-

syyttään ja toimia siten paremmin sosiaalisissa tilanteissa. Tunnetason strategiassa pyritään vähentämään yksinäisyyden aiheuttamaa stressiä ja oppimaan elämään paremmin yksinäisyyden tunteen kanssa. (Kangasniemi 2008, 252; Revenson 1981.) Yksinäisyyttä voidaan vähentää esimerkiksi lukemalla, elokuvien katselemiselle ja liikunnan harrastamisella. Asioiden tekeminen auttaa kestävämpään yksinäisyyden kuin kokonaan toimettona oleminen.

Ihmiset valitsevat ongelmasuuntautuneen ratkaisumallin, jos näkevät että asialle voi tehdä jotain ja tunnepainottuneen strategian jos eivät näe mahdollisuutta vaikuttaa asiaan. Päätökseen vaikuttaa näkeekö yksinäisyyden johtuvan sisäisistä vai ulkoisista tekijöistä ja kuinka kauan yksinäisyys on kestänyt. Olennaista on syyttääkö yksinäinen pysyvämpiä persoonapiirteitään vai käyttäytymistään, jota on luultavasti helpompi muuttaa. (Kangasniemi 2008, 252–254; Revenson 1981.) Siis jos yksilö kokee pystyvänsä itse vaikuttamaan tilanteeseensa, hän pyrkii muuttamaan joko omaa käyttäytymistään tai ihmissuhteitaan. Jos yksinäisyys on kestänyt vuosia, tilanteelle voi olla vaikea keksiä ratkaisua. Silloin on usein helpompi etsiä tunnepitoista ratkaisua. Yksilö voi paeta elokuvien tai kirjoja maailmaan, jolloin omat ongelmat eivät ole jatkuvasti mielessä.

3 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

3.1 Tutkimuksen tavoite

Olen valinnut tutkimuskohteeksi opiskelijat, koska opiskelijoiden elämää ja arkea ei ole tutkittu erityisen paljon. Opiskelijat ovat heterogeeninen joukko eri elämäntilanteissa olevia ihmisiä. Vaikka suurin osa opiskelijoista on nuoria ja perheettömiä, opiskella voi nykyään läpi iän. Uudelleen kouluttautuminen on yleistä ja usein vaadittua. Tässä aineistossa kuitenkin suurin osa kirjoittajista on nuoria, vaikka joukossa on myös vanhempia kirjoittajia. Elämäkerrallisten kirjoitusten avulla saadaan hyvä kuva siitä, millaista korkeakouluopiskelu on 2000-luvun Suomessa.

Tämän tutkimuksen tutkimuskysymyksinä ovat millaista on nuorten korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyys ja millaisia ulkopuolisuuden kokemuksia heillä on. Pohdin myös sitä, millä tavoin yksinäisyys vaikuttaa korkeakouluopiskelijoiden elämään ja miten yksinäisyyttä käsitellään. Lisäksi tarkastelen millaista yksinäisyys on yksilöllistyneessä yhteiskunnassa ja miten korkeakouluopiskelijan yksinäisyys vaikuttaa siihen, millaisena oma tulevaisuus nähdään.

3.2 Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi

Tutkimus on osa laadullista tutkimusta. Laadullinen tutkimus on ymmärtävää selittämistä ja siinä viitataan muihin tutkimuksiin ja teoreettiseen viitekehykseen (Alasuutari 2007, 51). Laadullisesta tutkimuksesta puhuttaessa käytetään usein käsitteitä kvalitatiivinen, ihmistieteellinen, pehmeä, ymmärtävä ja tulkinnallinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa havainnoidaan tai mitataan ja tulkitaan saatuja havaintoja. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 11, 22.) Laadullinen tutkimus on riippuvainen tutkijan tekemistä havainnoista ja tulkinnoista. Olen itse myös opiskelija, joten pystyn hyvin samaistumaan opiskelijoiden kokemuksiin. Todennäköisesti joku eri asemassa oleva tutkija suhtautuisi kirjoituksiin eri tavalla.

Laadullisen tutkimuksen apuna käytetään perinteisesti haastatteluja ja kyselyjä. Kyselyjen ongelmana on, että vastaajamäärät saattavat jäädä vähäisiksi ja vastaukset niukkasanaaisiksi. Haastattelut taas ovat aikaa vieviä ja vaativat usein rahaa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73–75.) Tämän vuoksi olen itse päätenyt valmiin aineiston käyttöön. Aineisto on ollut helposti saatavilla, eikä sen saaminen ole vaatinut rahaa tai ajankäyttöä. Aineistosta on julkaistu

kaksi pro gradu -tutkielmaa sekä yksi tutkimuskirja, joten olen kokenut, että aineistosta löytyy useita näkökulmia, joista voi tehdä lisätutkimusta.

Tutkimukseen osallistuvien vastauksiin täytyy suhtautua kriittisesti. Vastausten luotettavuutta ja totuudenmukaisuutta voi miettiä terveen järjen avulla. Esimerkiksi alkoholinkulutusta tutkittaessa ihmisillä on tapana kertoa todellista alhaisempi alkoholinkulutusmäärä. On mahdollista, että arkaluontoisista asioita käsiteltäessä, ihmiset kaunistelevat vastauksiaan. (Alasuutari 2007, 101–102, 142.) Yksinäisyyttä voidaan pitää henkilökohtaisena ja koskettavana asiana, josta ei aina ole helppo puhua. Toisaalta yksinäisyys on monia koskettava aihe. Tutkijan tulee pitää mielessä onnellisuusmuuri eli se, että vastaajat eivät välttämättä halua paljastaa oman elämänsä epäkohtia ja murtaa kulisseeja (Roos 1987). Siten tutkijan tulee pyrkiä luomaan mahdollisemman luotettava vastausympäristö. Kirjoituskilpailun ohjeissa on korostettu, että vastauksia tullaan käsittelemään luottamuksellisesti ja että kirjoittajat eivät ole tunnistettavissa.

Olen analysoinut kirjoitukset sisällönanalyysin avulla. Sisällönanalyysi on laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmä. Sitä voidaan pitää väljänä teoreettisena kehyksenä. Sisällönanalyysin avulla voidaan esimerkiksi luokitella, tyypitellä tai teemoitella aineistoa. Sisällönanalyysi mahdollistaa liikkumavapauksia, mutta edellyttää tiettyjen rajoitteiden hyväksymistä. Sisällönanalyysissa tutkija ei ole liian sidottu metodiinsa, vaan hän pystyy tekemään havaintoja ja tulkintoja melko vapaasti. Tieteellisessä tutkimisessa täytyy muistaa teorian osuus osana tutkimusta. Teoriaa tarvitaan tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen lisäksi metodien, tutkimuksen etiikan ja luotettavuuden hahmottamiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 18, 91–107.)

Tutkimusetiikka on osa tieteellistä tutkimusta ja sitä tulee miettiä ennen tutkimuksen toteuttamista. Tutkimusetiikkaan suhtaudutaan usein kahdella tapaa. Yhdessä ääripäässä tutkimusetiikkaan liittyvät ongelmat nähdään liittyvän itse tutkimustoimintaan, kuten aineiston keräämiseen ja siihen millaisia keinoja tutkija saa käyttää. Toisessa ääripäässä tutkimusetiikka liittyy metodologiaan ja tutkimuksessa tehdyt valinnat ovat moraalisia valintoja. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 128.) Suomen akatemian tutkimuseettisissä ohjeissa kehoitetaan tutkijoita noudattamaan tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja, kuten rehellisyyttä sekä heidän tulisi soveltaa eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja tutkimustapoja (Suomen akatemia 2010).

3.3 Tarinallinen tutkimus ja omaelämäkerta aineistona

Vilma Hännisen mukaan *tarinallinen* tai *narratiivinen tutkimus* tarkoittaa sellaista tutkimusta, jossa tarinan, kertomuksen tai narratiivin käsitettä käytetään ymmärrysvälineenä. Tarinallinen lähestymistapa tarkoittaa psykologista tai sosiaalitieteellistä suuntausta, jossa tarina nähdään keskeisenä ajattelun ja elämän jäsentämisen muotona. (Hänninen 2003, 15.) Tarinoiden narratiivisen sävyn perusulottuvuuksia ovat optimismi ja pessimismi. Optimistisesti ajatteleva muovaa tarinaansa sen oletuksen pohjalta, että kaikki kääntyy lopulta hyvin, kun taas pessimistisesti suhtautuva uskoo hyvien hetkien olevan vain onnettomuuden enteitä. Tämä perusorientaatio ohjaa sitä, millaisia tarinallisia malleja kirjoittajat omaksuvat kussakin elämäntilanteessaan. (Hänninen 2003, 52–53; McAdams 1993.)

Ydinkokemukset ovat tärkeitä sisäisen tarinan muodostumisen kannalta. Ydintarinat toimivat prototyyppisinä tarinamalleina, joiden pohjalta elämäntilanteita hahmotetaan. Odottamattomat tapahtumat tuovat haasteita sisäiselle tarinalle. Aina tarinoita ei kerrota ääneen, vaan kaikista herkimmät tarinat halutaan pitää yksityisinä. Kertomatta jättämisellä voidaan välttää sitoutumista tiettyyn omaan elämään koskevaan tulkintaan. (Hänninen 2003, 53–57.)

Tarinallisessa tutkimuksessa elämänmuutokset käynnistävät muutosprosessin, jossa koko elämää koskeva tarinallinen jäsenys saa uuden muodon (Hänninen 2003, 71). Tällainen voi olla vaikka yksinäisyydestä selvinneen kertomus. Elämänmuutokset uhkaavat ihmisen psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia, mutta toisaalta tarjoavat myös mahdollisuuksia positiviin kehityskulkuihin. Elämänmuutokset tarjoavat myös teoreettisen mahdollisuuden tarkastella ihmisen tapaa merkityksellistää elämäänsä, sillä muutostilanteissa rutiininomaiset suhtautumistavat murtuvat ja uusien merkitysten muotoutumisen prosessi tekee ne näkyväksi. Elämänmuutostutkimuksen lähtökohtana on kysymys siitä, miten ihminen selviytyy vaikeistakin elämänmuutoksista muovaamalla tapahtumille annettuja merkityksiä. (Mt., 72–73.)

Kirjoituskilpailun kirjoitukset ovat omaelämäkertoja, joissa keskitytään opiskeluelämään. *Omaelämäkerroissa* kerrotaan kirjoittajan elämästä subjektiivisesta näkökulmasta (Mt, 40). Elämäkerroissa yksilölliset kokemukset ja tapahtumat tehdään sosiaalisesti ymmärrettäviksi. Elämäkertoja on käytetty nais- ja nuorisotutkimuksessa, ikäänntyvien tutkimuksessa sekä erilaisten vähemmistöjen elämää kuvattaessa. (Syrjälä 2010, 249–250.) Elämäkertojen hyvänä puolena on se, että henkilö saa itse päättää mistä asioista hän kertoo. Silloin ihminen

nähdään aktiivisena subjektina, eikä tutkimuksen objektina. Elämäkertoissa henkilö kertoo asioista, jotka kokee merkittäviksi ja jättää kertomatta asiat, joita hän ei halua muistella. Tutkijan sijaan tutkittava itse jäsentää tarinansa. (Eskola & Suoranta 2008, 124.)

Elämäkertoissa ihminen itse jäsentää elämäänsä niin kuin on kokenut sen merkittäväksi. Itsekirjoitetun omaelämäkerran etuna on, että aineistot ovat autonomisia ja vapaasti esitettyjä. Omaelämäkertoissa ei ole haastattelijan vaikutusta. (Roos 1988, 141–155.) Opiskelijan elämää -aineiston kirjoitukset eivät ole teemaltaan vapaita elämäntarinoita, vaan kirjoitusten keskiössä on opiskelijaelämä. Muuten kirjoituksille ei ole annettu rajauksia. Osa kirjoittajista keskittyykin ainoastaan tämä hetkiseen elämäänsä ja opiskeluelämään, osa taas kirjoittaa elämästään laajemmin ja kertoo myös elämästään ennen opiskelun alkamista.

Tutkijan täytyy muistaa myös keitä kirjoittajat ovat eli mitä sukupuolta, luokkaa ja sukupolvea kirjoittajat edustavat (Roos 1988, 148). Kirjoituskilpailun kirjoittajat ovat korkeakoulutettuja, joten he ovat tottuneet kirjoittamaan erilaisia tekstejä. He osaavat todennäköisesti analysoida elämäänsä monitasoisemmin kuin mitä alemmin koulutetut henkilöt osaisivat. Kirjoittajien luokkatausta ei selviä taustatiedoista, mutta osa kirjoittajista ilmaisee olevansa ”hyvästä perheestä”, jolloin korkeakoulututkinnon hankkiminen on ollut itsestäänselvyys. Osa kertoo vanhempien olevan alhaisesti koulutettuja. Sosiaalinen luokkanousu on Suomessa mahdollista, mutta usein se kuitenkin johtaa alemmuuden kokemukseen ja tunteeseen siitä, että ei kuulu uuteen luokkaan (Järvinen & Kolbe 2007).

3.4 Aineiston esittely

Olen tilannut aineiston yhteiskuntatieteellisestä tietoarkistosta. Kyseessä on Nuorisotutkimusseura ry:n ja Opiskelijajärjestöjen tutkimussäätiö Otus rs:n korkeakouluopiskelijoille suuntaama Opiskelijan elämää 2004 -kirjoituskilpailu. Aineiston saamiseksi olen täyttänyt käyttöluvahakemuksen ja käyttöehtositoumuksen. Olen miettinyt tutkimukseni eettisyyttä käyttäessäni valmista aineistoa. Hakemuksissa olen lupautunut siihen, että käytän aineistoa vain tutkielmaani varten ja en luovuta aineiston tietoja ulkopuolisille. Lisäksi tulokset on julkaistava siten, että yksittäistä vastaajaa ei pystytä tunnistamaan. Käyttötarkoituksen jälkeen aineisto hävitetään.

Kirjoituskilpailun avulla on haluttu selvittää, millaista korkeakouluopiskelijoiden elämä ja arki ovat. Aineistossa on eri tyyppisiä elämäkerrallisia kirjoituksia. Arkistoituja kirjoituksia

on yhteensä 69. Aineiston kirjoittajista noin 70 prosenttia opiskelee yliopistossa ja noin 30 prosenttia ammattikorkeakoulussa. Mukana on myös jo valmistuneiden kirjoituksia. Nuorin kirjoittaja on 20-vuotias ja vanhin 46-vuotias. Kirjoittajista naisia on 80 prosenttia, ja alle 24-vuotiaiden kirjoittajien osuus on 60 prosenttia. Aineistonkeruu on toteutettu ajalla 11.8.2004 – 29.10.2004. Kolme kirjoittajaa on palkittu matkalahjakortilla. (Opiskelijan elämää 2004, 2005.)

Olen tutustunut aineistoon lukemalla sen huolellisesti läpi ja tekemällä jokaisesta kirjoituksesta lyhyen tiivistelmän, jota kutsun ydintarinaksi. Olen havainnut ydintarinat hyödyllisiksi ja aikaa säästäviksi, sillä kirjoituksia ei ole tarvinnut aina lukea alusta loppuun. Ydintarinoiden lisäksi olen listannut teemoja, joita kirjoituksissa esiintyy, kuten asuminen, taloudellinen tilanne ja ihmissuhteet. Olen päätenyt jättämään osan kirjoituksista lopullisen aineistoni ulkopuolelle. Lopulliseen aineistooni olen valinnut kirjoituksia, joissa käsitellään yksinäisyyttä, ulkopuolisuuden kokemuksia tai ihmissuhdeongelmia. Joissakin kirjoituksissa puhutaan suoraan yksinäisyydestä, kun taas joissakin kirjoituksissa yksinäisyys tai ihmissuhdeongelmat ovat taustalla, mutta niistä ei puhuta suoraan. Olen käyttänyt omaa tulkintaa kirjoituksia lukiessani ja niitä analysoidessani.

Olen valinnut lopulliseen aineistooni 32 kirjoitusta. Aineistossani on 7 mieskirjoittajaa ja 25 naiskirjoittajaa. Sukupuolijakauma on siis vinoutunut. Naiset saattavat olla innokkaampia kirjoittamaan elämäntarinoita ja analysoimaan omaa elämäänsä. Kirjoittajien taustatiedoista selviää ikä, sukupuoli ja koulutustausta (AMK/YO). Iältään kirjoittajat ovat 21–44-vuotiaita. Kirjoittajista 4 ei ilmoittanut ikäänsä. Kirjoittajista 5 suorittaa tai on suorittanut ammattikorkeakoulututkinnon ja 26 suorittaa tai on suorittanut yliopistotutkinnon. 1 kirjoittaja ei ilmaissut koulutustaustansa. Kirjoitukset ovat eri pituisia. Lyhyin kirjoitus on alle sivun pituinen, kun taas pisin on noin 8 sivua pitkä. Kaikista pisimmät kirjoitukset ovat vanhempien mieskirjoittajien tekemiä.

Kirjoitukset ovat hyvin vaihtelevia. Osa kertoo esimerkiksi jostain tietyistä päivästä elämässään, kuten tenttipäivän tunnelmista. Toiset taas kertovat elämäntarinaansa syntymästä nykypäivään. Vanhempien kirjoittajien teksteissä keskitytään enimmäkseen nuoruuden opiskeluvuosiin, ei niinkään nykyhetkeen. Useat kirjoittajat kertovat opiskelijoiden heikosta taloudellisesta asemasta ja siitä, että he kaipaavat opintotukeen korotusta.

Hyödynnän analyysissäni teemoittelua ja tyypittelyä. Teemoittelussa nostetaan esiin tutkimusongelmaan liittyviä teemoja ja niitä pystytään vertailemaan. Teemoittelu vaatii teorian ja empirian vuorovaikutusta. Yleensä teemojen alla esitetään aineistositaatteja. Tyypittelyssä aineistosta etsitään samankaltaisuuksia, jolloin aineisto esitetään tyyppien avulla. Tyypittely edellyttää aina kuitenkin teemoittelua. Tyyppiä voi luoda hyvin eri tavoin. Aina ei tarvitse etsiä yleistä, vaan tutkija voi kiinnittää huomion poikkeavuuksiin. (Eskola & Suoranta 2008, 174–181.) Käytän tässä mahdollisimman laajaa tyyppin muodostamistapaa, jolloin jotkut tyyppiin mukaan otettavat asiat ovat esiintyneet vain yhdessä vastauksessa. Kuitenkin tyyppi on looginen, mahdollinen, vaikka ei sellaisenaan todennäköinen. (Eskola & Suoranta 2008, 182.)

Olen lukenut kirjoitukset ja ydintarinat muutamaan otteeseen ja tämän jälkeen alkanut kuvailla kirjoituksia yhdellä tai muutamalla sanalla, jotka kuvaavat koko kirjoitusta. Samalla olen miettinyt, millaisia tyypillisiä tarinoita kertomuksista voisi syntyä. Tyyppiä varten olen luonut uuden tekstinkäsittelytiedoston. Tiedostoon olen merkinnyt syntyneiden tyyppien alle lainauksia kirjoituksista, jotka ovat sopineet tyyppikertomukseen. Lainauksia on kertynyt yhteensä 19 sivua. Lainauksien avulla tyyppikertomusten tarina on pikku hiljaa alkanut syntyä. Luvussa 4 esittelen aineistosta syntyneet tyypit eli yksinäiset korkeakouluopiskelijat, oman paikkansa löytäneet ja tulevaisuutta pelkäävät.

4 KORKEAKOULUOPISKELIJAT YKSINÄISYYSTYYPPEINÄ

4.1 Yksinäiset korkeakouluopiskelijat

Korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyyttä on mahdollista analysoida erilaisten tyyppikuvauksen avulla. Tyyppikuvaukset tai ideaalityypit ovat hyödyllinen apuväline todellisuuden luokittelussa (Gronow, Noro & Töttö 1996, 306–307). Tyypit eivät edusta ketään yksittäistä kirjoittajaa, vaan ne koostuvat useiden eri kertomusten ominaisuuksista. Ensimmäiseen tyyppiryhmään kuuluvat *yksinäiset korkeakouluopiskelijat*. Tähän tyyppiin kuuluu 13 henkilöä, joista 11 on yliopisto-opiskelijoita ja 2 ammattikorkeakouluopiskelijoita. Joukossa on 7 naiskirjoittajaa ja 6 mieskirjoittajaa. Iältään kirjoittajat ovat 22-44 –vuotiaita. 3 kirjoittajaa ei ilmoittanut ikäänsä.

Aineiston perusteella yksinäisille korkeakouluopiskelijoille on tyypillistä kokemus emotionaalista ja sosiaalisesta yksinäisyydestä. Emotionaalisesti yksinäiset kaipaavat ihmistä, jonka kanssa jakaa elämäänsä. Emotionaalinen yksinäisyys näkyy kumppanin tai ystävän kaipaamisena. Sosiaalinen yksinäisyys näyttäytyy tunteena juurettomuudesta ja toiveena kuulua johonkin yhteisöön. Yksinäisillä korkeakouluopiskelijoilla sosiaalinen yksinäisyys näkyy emotionaalista yksinäisyyttä vahvemmin. Yksinäisyys voi johtua myös rakenteista, koska yhteiskunnalliset normit vaikuttavat siihen, millaista käyttäytymistä pidämme hyväksyttävänä sekä millaisia yksilön ominaisuuksia pidämme hyvinä. Taulukossa 1 on esitetty, millaisia ominaisuuksia aineiston perusteella yksinäisyystyyppeihin liittyy.

Taulukko 1. Yksinäisyystyypit.

Emotionaalinen yksinäisyys	Ystävien kaipaaminen Seurustelukumppanin kaipaaminen
Sosiaalinen yksinäisyys	Opiskelijayhteisön kaipaaminen Ensimmäisten päivien tärkeys sosiaalisten suhteiden muodostamisessa
Rakenteisiin liittyvä yksinäisyys	Normista poikkeaminen Välivuodet

Taulukko 2. Yksinäiset korkeakouluopiskelijat.

Nro	Suku- puoli	Ikä	Koulu- tusta- ta	Yksinäisyyden ja ihmissuhteiden ongelmat	Yksinäisyys- tyyppi ²
14	Nainen	21	Yliopisto	Ystävän kaipaaminen, rahaongelmat	E
15	Nainen	?	Yliopisto	Alemmuuskompleksi, muiden kadehtiminen, erilainen tausta, ei osallistu opiskelijatoimintaan	S, R
21	Nainen	27	Yliopisto	Kumppanin kaipaaminen, ystävien kaipaaminen, ei sopeudu joukkoon, ei käytä päihkeitä, tylsyyt	S, E, R
23	Nainen	23	Yliopisto	Ei sopeudu joukkoon, opiskelijatapahtumien alkoholipainotteisuus, välttelee poikia, heikko itsetunto, keskittyy opintoihin, lahtuminen, opiskeluvaikeudet	S, R
24	Mies	44	Yliopisto	Viettää vapaa-ajan yksin, rahaongelmia, alkoholiongelma, asuu vieraalla paikkakunnalla, juurettomuus, puolison kaipaaminen	S, E
42	Mies	25	Yliopisto	Kaipaa ystävää, masennus, ei tunne kuuluvansa mihinkään, opiskeluvaikeuksia, rahaongelmia	S, E
45	Mies	31	Amk	Kaipaa ystävää, puolison kaipaaminen, rahaongelmia, huono itseluottamus, ulkopuolisuuden tunne, introvertti	S, E, R
50	Mies	?	Yliopisto	Opiskeluvaikeuksia, kömpelö, arvostuksen kaipaaminen, välivuusia, epäonnistumisia työelämässä	S, R
51	Nainen	25	Yliopisto	Välivuodet ovat turhauttaneet, väliinputoaja, muut opiskelukaverit passiivisia, ei onnistu muodostamaan opiskelukaveriporukkaa, yhteisöllisyyden kaipuu, ainejärjestö kaukainen	S, R
52	Nainen	23	Amk	Lukio vaikeaa aikaa, tyhjän päällä oleminen, välivuodet	S, E, R
59	Nainen	25	Yliopisto	Kaipaa ystävää, muuttaa usein, vieraantunut elämästä, ulkopuolelle jääminen, ei töitä, huonouden tunne, vaatii itseltään liikaa, väsymys, stressi	S, E
81	Mies	?	Yliopisto	Viettää paljon aikaa yksin, ei käy luennoilla, äidin kuolema, elämänhalu ajoittain kateissa, etäinen suhde isään	E
82	Mies	21	Yliopisto	Ei osaa tutustua ihmisiin, opinnot keskeytyvät, opiskelutapahtumien alkoholipainotteisuus, vapaa-aikana yksin, heikot sosiaaliset taidot, ei mielenkiintoa muihin ihmisiin, vieraantunut elämästä, erilainen arvomaailma, pelkää syrjäytyvänsä	S, R

2 E=emotionaalinen, S=sosiaalinen, R=rakenteellinen

Taulukossa 2 on esitetty yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvien taustatiedot, yksinäisyyteen tai ihmissuhteisiin liittyvät ongelmat ja yksinäisyystyyppi eli onko yksinäisyys emotionaalista, sosiaalista vai rakenteellista. 8 kirjoittajaa on emotionaalisesti yksinäinen, 10 kirjoittajaa sosiaalisesti yksinäinen ja 9 kirjoittajaa rakenteellisesti yksinäinen. Yksinäisyystyypit eivät siis sulje toisiaan pois, vaan eri yksinäisyystyyppejä esiintyy usein yhdessä.

Stephen Huntin mukaan yhteisöjen merkityksen vähentyessä ystävyysuhteet ovat yhä tärkeämmässä asemassa. Ystävyys tarkoittaa ei-seksuaalista suhdetta, joka rakentuu yhteisen mielenkiinnon ympärille ja joka muodostuu vapaasti. Ystävyysuhteet ovat tärkeitä oman itsen muodostamisessa. Muuttuvassa maailmassa elinikäisten ystävyysuhteiden sitominen on kuitenkin vaikeaa ja samalla sosiaalinen eristäytyminen yleistyy. (Hunt 2005, 127.) Yksinäiset korkeakouluopiskelijat eivät niinkään kaipaa yksittäistä ystävää, vaan useita ystäviä. Ystävien puuttuminen johtaa kokemukseen emotionaalisesta yksinäisyydestä. Ystävyys on heille tärkeää ja yksikin ystävä auttaa jaksamaan, kun omaa yhteisöä ei löydy.

Eikä minulla ollut ystäviä, jotka olisivat palauttaneet minut maan pinnalle - ystäviksi kutsuttavia löytyy vuosien varrelta ehkä kaksi, mutta heillekään en ole uskaltanut kertoa aivan sisimpiä tuntojani. 59 - nYO25

Ystäväni ja hänen kämppekaverinsa söivät kerran pelkkää tarjousrosollia viikon. He kärsivät ja nauroivat yhdessä, se oli seikkailu, josta riitti juttua pitkään. Mutta yksin se olisi ollut pelkästään piinaa. Olin kateellinen ystävälleni, sillä hänen epäonnensakin oli merkittävämpää, kuin omat pienet iloni. 42 - mYO25

Sosiaalisten roolien muuttuminen saattaa johtaa sosiaaliseen yksinäisyyteen. Näin voi käydä esimerkiksi suhteen päättyessä, työpaikan muuttuessa tai uudelle paikkakunnalle muuttaessa. (Weiss 1973, 147.) Monella yliopistoon tulevalle sosiaalinen ympäristö muuttuu täysin, ja uusien sosiaalisten kontaktien muodostaminen voi olla vaikeaa. Ystävyysuhteet ehtivät usein muodostua jo ensimmäisten opiskelupäivien aikana. Jos porukkaan ei pääse heti mukaan, sinne pääseminen myöhemmin voi olla vaikeaa. Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvat kokevat, että ongelma johtuu heistä; he eivät sopeudu joukkoon, he ovat vääränlaisia, heillä on liikaa omia mielipiteitä, heillä on huono itsetunto. Jos opiskeluelämä alkaa huonosti, sen kulkua voi olla vaikea enää myöhemmin muuttaa.

Heti alusta alkaen tunsin etten sopeudu muiden opiskelijoiden joukkoon. Opiskelijakulttuuri tuntui liian alkoholipainoitteiselta, en keksinyt mitään yhteistä juteltavaa muiden tyttöjen kanssa ja vältin poikia kuin ruttoa. Eristäydyn ja keskityin liikaa opintoihini. Muiden juhliessa minä pänntäsin Maxwellin yhtälöitä. 23 - nYO21

Usein yksinäiset korkeakouluopiskelijat jättävät menemättä opiskelijatapahtumiin, jolloin ystävyys-suhteita ja kaveriporukoita ei pääse syntymään. Ilman yhteisöä ja ystäviä oleminen tuntuu ikävältä varsinkin, jos kokee olevansa ainut ulkopuolinen.

Elämästäni tulee melkoisen yksinäistä. Mikkelissä ei ole ketään. En juurikaan kiinnity koulutovereihini, joista suurin osa on reilusti nuorempia. Minulla on vain asuntoni ja edellisen elämän rakkaat huonekalut. 45 - mAMK31

Joskus opiskelukaverit ovat keskenään erilaisia joko luonteeltaan tai elämäntilanteeltaan, jolloin yhteistä kaveriporukkaa ei löydy. Opiskelijoiden suhde korkeakouluun on viime vuosien aikana muuttunut aikaisempaa löyhemmäksi, eivätkä opiskelijat halua enää sitoutua korkeakouluun tai opiskelijan rooliin samalla tavoin kuin parikymmentä vuotta sitten (Aittola 1998, 190–192). Moni vanhempi ja perheellinen opiskelija haluaa todennäköisesti hankkia tutkinnon ilman, että siihen liittyy mitään ylimääräistä opiskelutoimintaa. Näin voi olla myös nuorten opiskelijoiden parissa, jotka haluavat suorittaa nopeasti tutkinnon ja jotka käyvät samalla töissä. He eivät jää kaipaamaan opiskelijayhteisöä, sillä tutkinnon hankkiminen on vain lyhyt elämänvaihe. Silloin kukaan ei ole järjestämässä opiskelijatapahtumia ja koko opiskelijatoiminta on hiipunutta. Usein ihmiset löytävät opiskelukavereistaan pitkäaikaiset ystävyys-suhteet, jotka saattavat kestää läpi elämän. Opiskelijaelämästä ei välttämättä jää juurikaan muistoja, jos siihen aikaan ei liity mukavia ystäviä.

Kirjoittajat ovat eri vaiheissa opiskelua, jolloin opiskelijajärjestön³ rooli vaihtelee. Opiskelijajärjestöt antavat hyvän mahdollisuuden eri ihmisten väliseen vuorovaikutukseen, asioiden organisoimiseen ja projektien johtamisen oppimiseen (Aittola 1998, 191–193). Opintojen alkuvaiheessa oleville sekä opiskelijajärjestö että opiskelukaverit ovat erittäin tärkeitä. Niiden avulla opiskelijat integroituvat korkeakouluun ja opintoihinsa. Vanhemmat opiskelijat eivät välttämättä kaipaa opiskelijajärjestön tukea. Heille opiskelukaverit ovat silti tärkeitä, vaikka vanhemmat opiskelijat ovat pikku hiljaa siirtymässä pois opiskelijaelämästä kohti työelämää. Esimerkiksi seminaareissa moni haluaisi viettää enemmän aikaa seminaarikavereiden kanssa, mutta muut seminaarilaiset ovat liian kiireisiä.

3 Opiskelijajärjestöllä tarkoitetaan ainejärjestöä, ylioppilaskuntaa, opiskelijakuntaa tai vastaavaa.

Myös henkilökunnan rooli opiskelijan tukemisessa on tärkeä. Joissakin korkeakouluissa henkilökunnan ja opiskelijoiden välit ovat läheiset, kun taas joissakin henkilökunta ja opiskelijat tapaavat lähinnä luennoilla ja seminaareissa. Henkilökohtaista kontaktia ei aina ole ollenkaan. Yksinäiset korkeakouluopiskelijat eivät juurikaan puhu suhteestaan henkilökuntaan ja opettajiin. Joskus luennoitsijoiden ymmärtäminen tuntuu vaikealta.

Itsensä ilmaiseminen on mahdoton tehtävä, mutta professorit eivät ilmaisekaan itseään vaan tieteenalaansa. Siihen heidän pitäisi kyetä. Yliopistoissa opiskelijat istuvat huonosti artikuloivien professorien luennoilla ja tuijottavat haavi auki luennoitsijan sivistynyttä, mutta huoletonta habitusta ymmärtämättä sanaakaan itse luennosta. He pälyilevät toisiaan arkoina, sillä he kaikki olettavat muiden ymmärtävän. 15 - nYO?

Ernst Boyerin mukaan korkeakoulu on ensinnäkin kasvatuksellinen yhteisö, jossa opiskelijat ja henkilökunta toimivat yhteisten päämäärien saavuttamiseksi. Toiseksi korkeakoulu on avoin yhteisö, jossa ajatusten vapautta pidetään perusoikeutena. Kolmanneksi korkeakoulussa kunnioitetaan yksilöllisyyttä ja tiedollista erikoistumista. Neljänneksi korkeakoulua ohjaa tieteellinen toiminta. Viidenneksi korkeakoulu on huolehtiva yhteisö, jossa vastavuoroiset palvelut ovat tärkeitä. Viimeiseksi korkeakoulussa on tärkeää erilaiset rituaalit, jotka uusintavat ja ylläpitävät yhteisöllisiä perinteitä. (Boyer 1992, 3–7.) Esimerkiksi ainejärjestöjen fuksiaiset usein käynnistävät syksyn toiminnan. Samoin henkilökunta pitää usein infotilaisuuksia aloittaville ja jatkaville opiskelijoille lukuvuoden opinnoista ja tapahtumista.

Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvilla on kokemuksia ulkopuolelle jäämisestä ja sosiaalisesta yksinäisyydestä. Ulkopuolelle jäämisellä tarkoitetaan, että yksilö ei koe olevansa osa opiskeluyhteisöä tai välttämättä mitään muutakaan yhteisöä. Sosiaaliset suhteet ovat luonteeltaan kasautuvia eli niillä, joilla on jo valmiiksi ystäviä, on tulevaisuudessa yhä enemmän ystäviä, sillä sosiaaliset suhteet vetävät puoleensa uusia sosiaalisia suhteita (DiPrete & Eirich 2006). Jo olemassa oleva ystävyysuhde antaa signaalin luotettavuudesta ja sitoutumisesta (Saari 2010, 59). Sosiaalisille suhteille on tyypillistä valinnanvapaus.

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat kaipaavat kovasti omaa yhteisöä. Korkeakouluyhteisö koostuu opiskelijoista, opiskelijajärjestöistä sekä henkilökunnasta. Korkeakouluyhteisö jakautuu lukuisiin alayhteisöihin: on olemassa poliittisia yhteisöjä, uskonnollisia yhteisöjä, liikunnallisia yhteisöjä, eri vapaa-ajan yhteisöjä, ylioppilaskylän muodostamia yhteisöjä,

pääaineen mukaan jakaantuvia yhteisöjä. Yhteisöt muodostuvat yhteisen päämäärän tai mielenkiinnon kohteen mukaan. Yksilöllistymiseen liittyy kevyt kuuluminen useisiin eri yhteisöihin, joissa ei edellytetä tiukkaa sitoutumista (Lähteenmaa 2000, 72; Hautamäki 1996, 37). Useat opiskelijat eivät tahdo sitoutua opiskelijajärjestöihin ja -porukoihin, vaan ovat toiminnassa mukana, kun siltä tuntuu.

Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvilla on usein mielikuvana, että kaikki muut kuuluvat johonkin opiskeluyhteisöön ja vain he ovat ulkopuolisia. Joidenkin kirjoittajien opinnot koostuvat lähinnä kirjatenteistä, jolloin kontaktia muihin opiskelijoihin ei synny. Toisaalta, vaikka seminaareja ja kasvokkaisia tapaamisia olisi, ihmiset rientävät nopeasti omiin menoihinsa.

On harmittavaa huomata, että esimerkiksi graduseminaarissa ihmiset ovat samanhenkisiä ja on mukava jutella heidän kanssaan, mutta silti mitään muuta yhteistä ei ole mahdollista kokea, koska he joko hoitavat perhettään, käyvät töissä tai asuvat kaukana. 51 - nYO25

Ihmissuhdevaikeudet ja opiskeluvaikeudet liittyvät usein toisiinsa. Jos opiskelukavereita ei ole löytynyt ja opinnotkin tuntuvat tylsiltä, luennoille meneminen ei motivoi. Yksinäisyyden on todettu olevan yhteydessä opintojen keskeyttämiseen (Larsen 2000; Moisio & Rämö 2007, 392). Sen sijaan, jos opiskelukavereita on olemassa, motivaatio opiskeluun saattaa olla korkeampi ja samalla opiskeluun liittyviin vaikeuksiin löytyy tukea muilta.

Luulin kovasti suhtautuvani opiskeluun tällä kertaa vakavammin ja opintojen alkaessa pidin ihan mahdollisena jopa sitä, että valmistuisin koulutusohjelmastani maisteriksi, mutta kuukauden kuluttua opiskelun alkamisesta olin taas aika lailla toivoni menettänyt. En ollut tutustunut yhteenkään uuteen ihmiseen, en saanut itseäni motivoitua tekemään laskuharjoitustehtäviä, en tehnyt niitä niin paljon kuin olisin halunnut. Menin myöhään nukkumaan, kun jumiuduin tietokoneelle, heräsin aikaisin ja olin päivät väsynyt. Opintomotivaatio laski pikku hiljaa ja jättäydyin pääaineeni kahdesta kurssista toiselta pois. Ensi keväänä perusopintoihini kuuluisi juuri keskeyttämäni kurssin jatkokurssi, jonne ei siis liene menemistä. mYO21

Opiskelu-elämälle asetetaan paljon odotuksia. Opiskeluaikana tulisi verkostoitua ja luoda ystävyys-suhteita, jotka kestävät mahdollisesti vuosikymmeniä. Ulkopuolelle jääminen voi vaikeuttaa myös työnsaamista, jos opiskeluaikana ei ole osallistunut opiskelijatoimintaan ja tutustunut ihmisiin, joiden kanssa mahdollisesti tekisi töitä tulevaisuudessa. Opiskeluajan

yhteisöt ja verkostot voivat helpottaa toimimista työpaikan yhteisöissä (Mäki-Tarkka 2001, 10).

Ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden kokemuksella voidaan viitata myös aikaan ennen opiskelun alkamista. Usealla kirjoittajalla on ollut välivuotia, jolloin he ovat kokeneet olevansa yksin ja jolloin he eivät tunteneet kuuluvansa mihinkään. Välivuodet ovat olleet aikaa, jolloin on odotettu opiskelupaikan saamista. Välivuotien aiheuttaman yksinäisyyden voidaan katsoa olevan rakenteellista yksinäisyyttä, sillä välivuodet eivät ole olleet yksilöiden oma valinta. Välivuotia pitäneet ovat poikenneet normista, jossa lukiosta mennään suoraan jatko-opiskelemaan. Silloin he ovat jääneet ilman yhteisön ja yhteiskunnan tukea.

Itsetunto-ongelmia ja sosiaalisten taitojen puutetta

Yksinäisyys on tekemisissä persoonatekijöiden kanssa. Persoonatekijöitä ovat esimerkiksi persoonallisuus, sukupuoli, ikä sekä sosiaaliset taidot. Persoonatekijät jakautuvat persoonapiirteisiin, käyttäytymistekijöihin sekä asenne- ja motivaatiotekijöihin (Kangasniemi 2008, 75, 165.) Taulukossa 3 ilmenee aineistosta löytyneitä ominaisuuksia, jotka liittyvät persoonatekijöihin.

Taulukko 3. Yksinäisyyteen liittyvät persoonatekijät.

Persoonan sisäiset tekijät	Heikko itsetunto Huonommuuden tunne Ujous Jännittäminen
Asenne- ja motivaatiotekijät	Seurustelukumppanin puute Parisuhteen päättymisen Romanttisen rakkauden ihanne yhteiskunnassa
Käyttäytymistekijät	Heikot sosiaaliset taidot Vaikeus tutustua ihmisiin

Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokeminen liitetään usein persoonan sisäisiin tekijöihin, kuten heikkoon itsetuntoon ja itsearvostukseen (Kangasniemi 2008, 176). Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvilla on ongelmia näiden asioiden kanssa. He eivät arvosta itseään ja kokevat huonommuuden tunteita. Moni yksinäinen on ujo, jolle sosiaaliset tilanteet eivät ole helppoja. He myös jännittävät herkästi erilaisia tilanteita ja ovat ajoittain masentuneita. Yksinäisillä korkeakouluopiskelijoilla esiintyy myös huonommuuden

tunteita. He haluavat kuitenkin pärjätä ja menestyvät opinnoissaan. Opinnoissa menestymisen antaa itsearvostusta ja tunteen siitä, että on hyvä jossain.

Sanoisin että heikko itsetuntoni ajoi minut opiskelemaan kuin hullu; halusin voittaa muut edes jossakin jos en siihen persoonallisuudellani ja seurallisuudellani pystynyt. 23 - nYO21

Muistan kasvoja ja hetkiä, mutta mitään kokonaiskuvaa en saa muodostettua. Päälimmäiseksi jää yksinäisyys, vieraus ja huonouden tunne. Ehkä olen vaahtanut itseltäni liikaa, sillä en ole muistaakseni missään vaiheessa tuntenut pärjääväni, vaikka rekisterissä erinomaisia arvosanoja jonkin verran onkin. Muistan hämärästi joitakin välähdyksiä hyvistäkin hetkistä, mutta selvästi muistan vain sen, miten olen istunut luennoilla omassa kuplassani joka hetki peläten, että joku puhkaisee sen, kysyy minulta jotakin. Pelko ja väsymys ovat kuluttaneet minut aika ajoin lähes loppuun. Jotenkin olen vain jaksanut rauhautua eteenpäin ja istun nyt tässä. 59 - nYO25

Yksinäisyyteen liittyviä asenne- ja motivaatiotekijöitä ovat esimerkiksi halu löytää kumppani tai ystävä (Kangasniemi 2008, 188–190). Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvilla seurustelukumppanin puute on usein pääsyy yksinäisyyteen. Kirjoittajat ovat usein sisäänpäin kääntyneitä, jolloin seurustelukumppanin löytäminen voi olla vaikeaa. Yhteiskunnassa ulospäin suuntautuneisuutta pidetään positiivisena asiana, jolloin ujous ja rauhallisuus ovat kielteisinä pidettyjä ominaisuuksia.

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat kaipaavat seurustelukumppania ja tuntevat olonsa ulkopuoliseksi muiden seurustelevien joukossa. Seurustelukumppanin puute johtaa usein emotionaaliseen yksinäisyyteen. Länsimaissa rakkautta usein pidetään elämän tarkoituksena. Kuvaa romanttisesta rakkaudesta vahvistetaan mediassa. (Hunt 2005, 132.) Ilman romanttista rakkautta olo on yksinäinen.

Itseluottamukseni on lityssä. Koulussa on useita herttaisia, seurustelevia pareja. Yksi pari odottaa lastakin. Ihmiset ovat löytäneet toisensa. Seurusteleminen on normaalia ja luonnollista. Vaan minä olen tässä normaaliudessa ulkopuolinen. Tahtoisinpa minäkin olla itsevarma, reipas, rohkea, tasapainoinen, mutkaton. Mutta kun olen sielunvammaisen introvertti, ja pitäisi vielä näyttellä normaalia toisten normaalien joukossa. 45 - mAMK31

Yksinäisyys on usein tekemisissä rakenteiden (Kangasniemi 2008, 86–89) kanssa; parisuhhteessa eläminen on normi ja yksineläminen poikkeava elämäntyyli. Vaikka yksilö ei varsinaisesti kaipaisi kumppania, hänen olonsa on herkästi yksinäinen, koska hänen kuuluu haluta seurustella ja yksineläjien usein oletetaan olevan yksinäisiä. Yhteiskunta on liian pari-

suhdekeskeinen (Ojala ja Kontula 2002, 32–33). Vaikka kulttuurimme rohkaisee yksilölliseen vapauteen, samalla vallitsee normatiivinen uskomus perheestä ainoana oikeana elämisen mallina ja ainoana tienä onnelliseen elämään (Kangasniemi 2008, 90). Normista poikkeaminen aiheuttaa yksinäisyyttä.

Tietty tapahtuma, kuten parisuhteen tai ystävyysuhteen päättyminen voi johtaa yksinäisyyteen. Usein seurustelusuhteen aikana ystävät unohtuvat, eikä heihin pidetä yhteyttä. Seurustelusuhteen päättyessä eronnut huomaa jääneensä yksin ilman ystäviä. Erityisesti, jos parisuhde ei ole ollut tasapainoinen, se saattaa jättää pitkät jäljet ja on ikävää, jos silloin ei ole ystäviä tukemassa.

Tämän kaiken keskellä minulla ehti olla seurustelusuhdekin. Minua kohdeltiin suhteessa huonosti, mutta tulin silti riippuvaiseksi tuosta ihmisestä. Meni kolme vuotta parantua muutaman kuukauden aikana saaduista haavoista. Tuon kolmen vuoden aikana pysyttelin jotenkuten pinnalla ja yritin elää ainakin ulospäin normaalia elämää. En uskaltanut puhua kenellekään, ja jos puhuinkin, tunsin vain syyllisyyttä ja häpeää, enkä kyennyt ottamaan minkäänlaista myötätuntoa tai positiivista palautetta vastaan. 59 - nYO25

Yksinäisillä korkeakouluopiskelijoilla yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunne liittyy käyttäytymistekijöihin eli sosiaalisiin taitoihin (Kangasniemi 2008, 193–199). Yksinäisille korkeakouluopiskelijoille on tyypillistä, että heillä on heikot sosiaaliset taidot ja heidän on vaikea tutustua uusiin ihmisiin. Joskus tämä johtaa siihen, että yksinäiset korkeakouluopiskelijat erakoituvat, koska he kokevat sosiaaliset taitonsa niin heikoiksi. Samalla heidän sosiaaliset taitonsa eivät kehity, koska he eivät tapaa ihmisiä. Opintojen alku on useille yksinäisille korkeakouluopiskelijoille vaikeaa aikaa. Silloin pitäisi osata tutustua ihmisiin ja verkostoitua. Moni yksinäinen korkeakouluopiskelija ei halua käyttää alkoholia, jolloin opiskelijajuhlat tuntuvat epämiellyttäviltä. Opintojen aloittaminen ja opiskelijaelämä voi olla erityisen vaikeaa, jos takana on useita väli vuosia, joiden ajan on ollut ilman tiivistä yhteisöä.

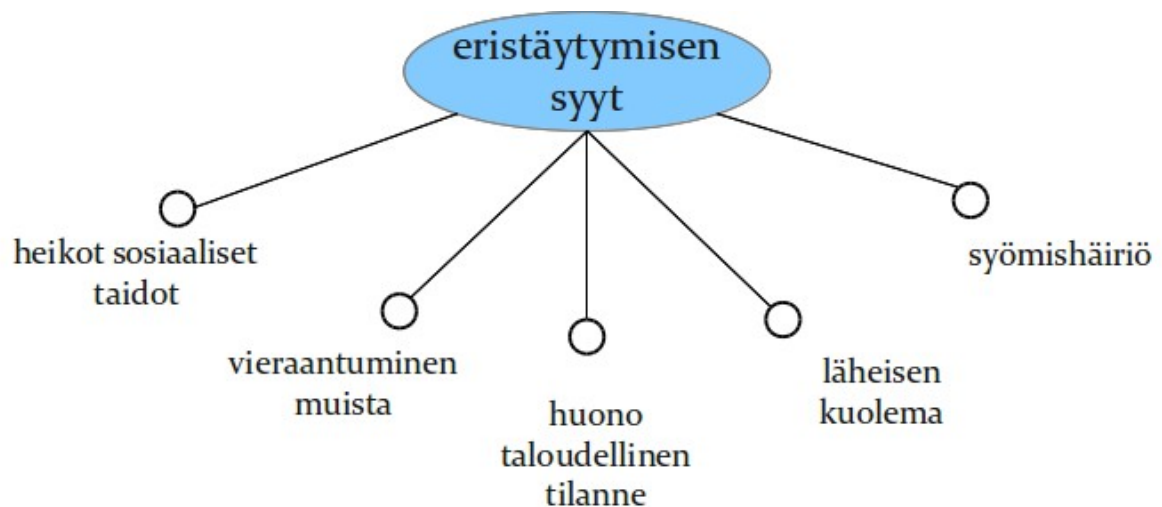
Opiskelut alkoivat tutorporukan kanssa kaupunkia kiertelemällä ja iltaisin juopottelemalla. En oikein osannut tutustua uusiin ihmisiin, eikä opintojen aloittamisestakaan oikein tullut mitään.

Opinnoista kiinni saaminen oli kuitenkin taas vaikeaa. Olin ilmoittautunut uudestaan mukaan tutorryhmään, sillä ei minulla ollut juurikaan muistikuvaa siitä, miten opinnot matemaattis-luonnontieteellisessä tiedekunnassa toimivat ja halusin saada jonkin kanavan tutustua uusiin ihmisiin. Eihän se oikein otta-

nut onnistuakseen. Miltei erakkona vietetyt reilut puolitoista vuotta siviilipalveluksessa, kesällä, ja oikeastaan jo opiskeluaikoinakin olivat heikentäneet sosiaalisia taitojani, eivät uudet ihmiset uudella kertaa vaikuttaneet sen mielenkiintoisemmilta kuin viimeksikään. Olin mukana muutamissa opiskelijariennoissa parin ensimmäisen viikon aikana, mutta en saanut niistä irti oikein mitään ja mukanaoloni niissä tuntui väkinäiseltä, kun ei alkoholin juomineenkaan enää kiinnostanut. 82 - mYO21

Eristäytyminen

Opiskelijaporukkaan ei aina pääse mukaan, vaikka haluaisi tai joskus opiskeluporukasta halutaan jäädä ulkopuolelle omasta tahdosta. Porukan ulkopuolelle jääminen voi johtaa eristäytymiseen. Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvilla eristäytyminen näyttää opiskeleminen välttelyä, luennoilla istumisena yksin, jättäytymisenä pois kursseilta ja kotiin jäämisestä. Eristäytyminen voi johtua monesta syystä. Osa ei yksinkertaisesti löydä sopivaa porukkaa ja jo muodostuneisiin porukoihin voi olla vaikea päästä sisään. Kuviossa 1 ilmenee eristäytymiselle löytyneitä syitä.



Kuvio 1. Eristäytymisen syyt.

Opiskelijaelämälle asetetaan paljon toiveita ja odotuksia. Monella yksinäisellä korkeakouluopiskelijalla on isot odotukset itselleen. He kokevat, että heidän täytyisi olla päämäärätietoisia ja urasuuntautuneita. Todellisuudessa harva nuori tietää, että mitä haluaa tehdä uralaan ja elämällään. Kun toiveet omalle elämälle eivät toteudu, usein on helpompi luovuttaa ja jäädä kotiin.

Kesän vietin enimmäkseen yksin solukämpässäni kyhjöttäen, luin jonkin verran, soittelin kitaraa, ja leikin tietokoneella.

Olen tavannut ainoastaan entistä kämppistäni kerran, pari, viikossa, ja hän on osoittautunut jonkin verran samanluontoiseksi kuin minäkin. Muita ihmisiä en tapaa. Koen olevani aika vieraantunut siitä maailmasta, jossa ihmiset ovat päämäärätietoisia, uraorientoituneita, motivoituneita saamaan jotain aikaan ja elämään täyttä elämää. 82 - mYO21

Eristäytyminen voi johtua myös taloudellisista syistä. Kaikki eivät asu opiskelukampuksen vieressä, vaan moni kulkee kampukselle pitkän matkan takaa. Opiskelijoiden taloudellinen tilanne on usein heikko. Jotkut yksinäisistä korkeakouluopiskelijoista ovat päätyneet siihen, että he nipistävät kaikesta mistä pystyvät. Jos vain mahdollista, he jäävät kotiin kampukselle lähtemisen sijaan, jotta säästävät bussikuluissa. Toisaalta elämälle saattaa löytyä sisältö jostain muusta, kuten lukemisesta.

Olin tottunut sisareni seuraan eikä minulla ollut juurikaan muita tuttavita. Näin jälkeen voin todeta, että tuolloin elämässäni oli pari vuotta jolloin olin liian paljon yksin. Paljolti kustannussyistä en viitsinyt viikonloppuisinkaan matkustaa Tampereelle muiden opiskelijoiden pariin. En tavannut muita ihmisiä muualla kuin luentojen yhteydessä. Kompensoin yksinäisyyteni lueskelemalla ahkerasti. Noina vuosina aloin kartuttaa tietopääomaani lukemalla kaikkea muuta kuin tenttikirjallisuutta. 24 - mYO44

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat kokevat taloudellisen tilanteensa puutteelliseksi. Osa tukeutuu vanhempien taloudelliseen apuun, osa nostaa opintolainaa, osa käy töissä ja osa taas kuluttaa mahdollisimman vähän. Vuonna 2012 opintotuki koostuu opintotuesta (298 euroa), asumislisästä (korkeintaan 201,60 euroa) ja opintolainan valtiontakauksesta (300 euroa) (Kela 2012). Osalla heikko taloudellinen tilanne voi johtaa poisjäämiseen illanvietoista ja ravintolakäynneistä. Toisaalta omasta köyhyydestä ei välttämättä koeta sosiaalista häpeää, sillä useimmilla opiskelijoilla taloudellinen tilanne on huono. Useimpien opiskelijoiden vanhemmat auttavat taloudellisesti, mutta kaikki eivät saa tukea perheeltään, jolloin he saattavat olla ainoastaan opintotuen varassa. Taloudellinen niukkuus ja köyhyys voivat johtaa eristäytymiseen ja syrjäytymiseen.

Eristäytyminen voi johtua myös muuttuvasta elämäntilanteesta. Mullistavat tapahtumat vaikuttavat arkeen joillakin ihmisillä vahvemmin ja joillakin lievemmin. Äidin kuolema on ydinkokemus ja elämänmuutos, joka vaatii muotoilemaan yksilön tarinan uudelleen (Hänninen 2003, 53–54). Läheisen kuoleman jälkeen oma elämä täytyy jäsentää uudelleen.

Oma elämänhalu saattaa välillä olla kateissa. Omaa surua voidaan käsitellä yksin, eristäytymällä muista.

En ole tavannut kuukausiin ketään muuta kuin satunnaisia opiskelutovereita, joiden kanssa olen valmistellut caseja. Talvea kohden olen jättänyt ryhmätyöskentelyäkin vähemmälle ja tehnyt kaiken mahdollisen tenttimuotoisesti. Yhä harvempänä päivänä edes vaivaudun koululle. Selkäni on kumartunut. Olen varmaan lyhentynyt pari senttiä. Elän opintotuella ja isän satunnaisilla tilisiirroilla. Luen kvantitatiivista suunnittelua, mikrotaloustiedettä sekä kirjjanpitoa, syön tonnikalapastaa, saunon, kuuntelen luokatonta musiikkia ja nukun. Siinä on elämäni. Yhtenä päivänä entinen jalkapallovalmentajani soitti ja kertoi, että vanhaa joukkuettamme oltiin elvyttämässä ja voisin tulla mukaan, jos haluaisin. Sanoin, etten ehdi.

Äiti kuolee elokuun lopussa ja minä tunnen jääväni täydellisen yksin. Isä asuu omassa linnoituksessaan ja minä omassani, enkä minä suostu puhumaan hänelle. Isä lähettää minulle epäsäännöllisin väliajoin epäsäännöllisiä summia rahaa, sen verran että pystyn elämään, vaikka välillä en haluaisi. 81 - mYO?

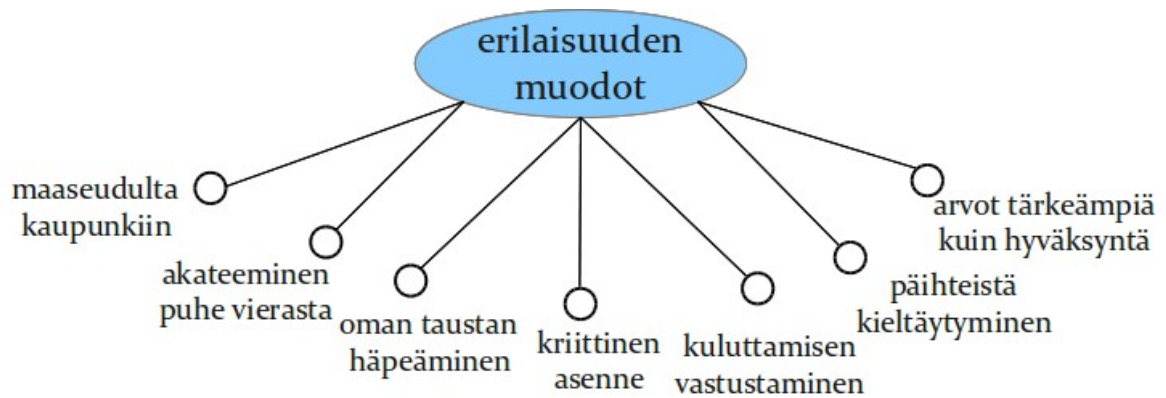
Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden eristäytyminen voi johtua myös syömishäiriöstä. Syömishäiriöön liittyy usein myös psyykkisiä ongelmia, kuten masennusta, ahdistusta ja unettomuutta. Syömishäiriö vaikeuttaa opiskelua ja ihmissuhteita. Usein syömishäiriötä sairastavat haluavat peitellä syömättömyyttään tai oksentamista, jolloin he eivät halua tavata muita ihmisiä varsinkaan jos tilanteisiin liittyy syömistä.

Olin laihtunut huomattavasti, eristäytynyt aiempaa enemmän, itkin suihkussa koulusta tultuani ja koulunkäyntini alkoi takeltelemaan. 23 - nYO21

Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden eristäytymiselle näyttää löytyvän syy. Eristäytymisen syytä ovat heikot sosiaaliset taidot, huono taloudellinen tilanne, läheisen kuolema sekä syömishäiriö. Yksinäisistä korkeakouluopiskelijoista miehet näyttävät eristäytyvän herkemmin kuin naiset. Ovatko miehet herkempiä jäämään kotiin ja jättäytymään pois sosiaalisista suhteista?

Erilainen tausta ja arvomaailma

Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden yksinäisyys on tekemisissä heidän erilaisen taustan ja arvomaailman kanssa. Kuviossa 2 on esitetty erilaisuuteen liittyviä ominaisuuksia.



Kuvio 2. Erilaisuuden muodot.

Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvat tulevat erilaisista kulttuuri- ja alueellisista taustoista. Osa on aina asunut kaupungissa, kun taas osa on kotoisin pieniltä maalaispaikoilta. Muutto uuteen kaupunkiin tuntuu melko erilaiselta riippuen siitä, millaisesta paikasta muuttaa pois. Jos on käynyt samojen kavereiden kanssa yhdessä koulun alasteelta lukioon, opiskelu useiden tuhansien muiden kanssa voi tuntua oudolta. Maaseudulta akateemiseen elämään siirtyminen on vaikeaa.

Elämäni opiskelijana hakee vielä toivottavasti muotoaan. Maaseudulta, jossa ei akateemisia ihmisiä opettajien lisäksi tuntemieni ihmisten piiriin juurikaan kuulunut, on ollut hankalaa siirtyä erilaiselle, akateemiselle kentälle. Epäsosiaalisen luonteeni mukaan eläminen on ylipäätään mahdollista vasta nyt, kun useaa kymmentä samanikäistä ja tuttua ihmistä ei näekään päivittäin, vaan ihmisiin tutustuminen vaatisi aktiivista panostusta ja sosiaalisia taitoja. 81 - mYO21

Kaikki yksinäiset korkeakouluopiskelijat eivät ole tottuneet akateemiseen puheeseen ja moni kadehtii niitä, jotka ovat kasvaneet akateemisessa kulttuurissa. Filosofisten keskustelujen sijaan tutumpia puheenaiheita ovat tavanomaiset puheenaiheet, kuten sää ja kalastus. Akateemiseen kulttuuriin kasvaneet osaavat toimia paremmin akateemisella kentällä. He ovat tottuneet jo lapsina sen kulttuuriin ja sosiaalisiin arvostuksiin. (Bourdieu & Wacquant 1995, 122–144.) Yksinäiset korkeakouluopiskelijat häpeilevät ja salailevat omaa kulttuuri-taustaansa. Usein oletuksena on, että kaikki ovat ylioppilaita ja tulevat sivistyneestä perheestä. Oman taustan häpeäminen voi näyttäytyä esimerkiksi pois jäämisenä opiskelijatapahtumista.

Minun ystäväni olivat todella älykkäitä. Kadehdin heitä ja heidän älykköajatuksiaan. Minun filosofiani ja ajatukseni olivat jotenkin kotikutoisia, juntteja ja yksinkertaisia. Minä olin kotoisin pohjoispohjanmaalaisesta pikkukaupungista ja ystäväni olivat eläneet koko elämänsä Helsingin kaltaisessa metropolissa. He olivat koko elämänsä kasvaneet akateemisen kielipelin keskellä, kun minä olin kuunnellut lähinnä isäni kalastusveneën dieselmoottoria.

Saatoinko kutsua itseäni teologian ylioppilaaksi vai johtiko se muut harhaan? En yhtynyt valkolakkisten ylioppilaiden vuosisataiseen perinteeseen. Siihen perinteeseen, josta kertoivat kellertävät valokuvat, keisarillisen Aleksanterin yliopiston katedeerit ja tummien kääntöpenkkien jyrkät rivit. Olin kiemurrellut tieni yliopistoon muuta kautta. En osallistunut yliopiston vappurientoihin. Haalareita ja valkoisia lakkeja. Ei kiitos! Ryystin simani mieluummin kotona omassa lakittomassa seurassani, alemmuuskompleksissa kierien. 15 - nYO?

Erilaisen alueellisen- ja kulttuuritaustan lisäksi ulkopuolisuuden tunteen voi aiheuttaa erilainen arvomaailma. Helena Helveen mukaan arvomaailma muodostuu sosiaalistumisen ja kulttuuriin kasvamisen myötä. Edellisten sukupolvien aatteet perustuivat ”suuriin kertomuksiin”, kun taas nykynuoret ovat uudenlaisen, globaalin maailman edustajia, jossa tietoverkot, teknologia ja internet ovat tärkeässä asemassa. Nämä asiat vaikuttavat nuorten arvoihin ja ekologiseen ajatteluun. (Helve 2002, 15–16.)

Helveen mukaan materialistisilla olosuhteilla on vaikutus nuorten asenteisiin ja arvoihin. Arvoihin vaikuttavat myös ikä, sukupuoli, koulutus ja kasvatus. (Helve 2002, 11–15.) Yksinäisille korkeakouluopiskelijoille on tyypillistä kokea oma arvomaailma erilaiseksi muiden opiskelijoiden arvomaailmoista. He suhtautuvat kriittisesti yhteiskunnallisiin asioihin, eivätkä halua kulkea valtavirran mukana. Toisaalta vaikka kirjoittajat elävät omien arvojen mukaisesti, he eivät ole tyytyväisiä elämäänsä. He haluaisivat kuulua joukkoon ja elää yhdessä muiden kanssa.

Punavihreän humanistinen arvomaailmani on saanut minut pitämään epäselvää ja hahmotonta nyky-yhteiskunnan arvomaailmaa ja henkeä tuhoisana, sairaana, pahana ja itselleni vieraana, enkä sen vuoksi usko tulevaisuudessa-kaan esim. haluavani saada lapsia. Haluaisin elää erilaista elämää, olla tekemisissä toisten ihmisten kanssa, mutta se vain tuntuu käytännössä liian vaivalloiselta, epävarmalta ja vaikealta, eikä minulla ole hajuakaan siitä, miten uusiin ihmisiin käytännössä voisi tutustua. 81 - mYO21

Vanhempien sosioekonominen asema vaikuttaa nuoren valintoihin ja vaihtoehtoihin. Erityisesti äidin koulutuksella on vahva vaikutus nuoren kouluttautumiseen. (Savioja 2007, 147.) Perheen tuki ja kannustus vaikuttavat siis kouluttautumisvalintoihin. Yksinäisten korkea-

kouluopiskelijoiden taustatiedoista ei selviä vanhempien koulutustaustaa, mutta ainakin muutama kirjoittaja ilmaisee tulevansa työläistäustaisesta perheestä.

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat vastustavat turhaa kuluttamista, ja he suosivat kirpputo-reilla käymistä. Heille ekologinen elämäntapa on tärkeä. Monia harmittaa, kun muita vaihtoehdonuoria ei tunnu olevan opiskelijapiireissä. Yksinäiset korkeakouluopiskelijat eivät mielellään käytä alkoholia tai käy ravintoloissa juhlimassa.

Minä harrastan järjestöjä: Vegaaniliitto, Oikeutta Eläimille, Luonto-Liitto, Vasemmistonuoret, yliopiston Vihreä Vasemmisto (viva), yliopiston ympäristö- jaosto, Youth Against Drugs, Aseistakieltäytyjäliitto, asukastoimikunta... ikävää on se, että niin harva opiskelija on näissä mukana. Muutenhan olisin löytänyt sen miehenkin jo ajat sitten! Suurin osa vaihtoehtoisesti ajattelevista opiskelijoistakin yrittää sopeutua vallitsevaan kulttuuriin ja käy baarissa ryyppäämässä ja sitä rataa. Ehkä se on heistä jopa mukavaa. Ei heillä riitä aikaa, halua ja rohkeutta irtisanoutua vallitsevasta meiningistä ja elää aidon vaihtoehtoisesti. 21 - nYO27

Opiskelijatapahtumat ovat perinteisesti olleet alkoholipainotteisia. Katukuvassa opiskelijat näkyvät selvimmin haalareissa ja oluttuopit käsissä. Liiallistakin alkoholinkäyttöä opiskeluaikana pidetään sosiaalisesti hyväksyttävänä, koska se kuuluu opiskelijakulttuuriin. Vuoden 2008 korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen mukaan 14 prosenttia kokee, että joutuu kavereiden takia käyttämään enemmän alkoholia kuin mitä todellisuudessa haluaisi. Opiskelijat ilmaisevat, että alkoholittomia juomia on heikosti tarjolla ja niiden käyttäminen herättää huomiota. Alkoholinkäyttöön liittyvät sosiaaliset paineet ovat kasvaneet kahdeksan vuoden aikana. Täysin raittiita opiskelijoita on 7 prosenttia. (Kunttu & Huttunen 2009, 64–65.) Melko moni opiskelija kokee siis paineita käyttää enemmän alkoholia kuin mitä haluaisi. Raittius herättää usein huomiota ja ihmetystä muissa.

Opiskelijaelämälle asetetaan suuria tavoitteita. Usein toiveena on löytää ystäviä ja seurustelukumppani. Aina toive ei toteudu, mikä johtaa pettymykseen. Arvomaailma vaikuttaa myös seurustelukumppanin etsinnässä; useat toivovat itsensä kaltaista seurustelukumppania. Toisaalta yksinäiset korkeakouluopiskelijat valitsevat itse oman erilaisuutensa ja ja tietoisesti välttelevät sellaisia asioita, joista muut pitävät. Omaa yksinäisyyttä voi käsitellä erottautumalla muista opiskelijoista. Muiden opiskelijoiden pitämiin asioihin suhtaudutaan väheksyen. Yksinäisyyttä voi olla helpompi käsitellä, kun yksilö ajattelee, että hänen ei olisi edes mahdollista sopeutua muiden joukkoon, koska on niin erilainen. Yksinäiset korkea-

kouluopiskelijat arvostavat omaa elämäntapaansa ja arvojaan; heidän elämäntapansa on parempi kuin muiden.

Kuvittelin löytäväni yliopistosta helposti paljon fiksuja ystäviä, vapaa-ajanrientoja ja miehen. Ja pyh.

Suurin osa yliopisto-opiskelijoista on ihan keskivertoälyisiä, haalaribileitä, aerobickiä ja jääkiekkoa harrastavia tyyppejä. Minä en vain sopeudu tähän joukkoon, niin kuin en ole sopeutunut mihinkään muuhunkaan joukkoon koskaan. Minä en käytä päihteitä enkä jaksa valvoa myöhään. Inhoan joutavanpäiväistä tupakansavuisessa baarissa istuskelua. Inhoan shoppailua, televisiota, viihdelehtiä, eläinkunnan tuotteiden syömistä, vapaita ja yhden illan suhteita, ylioppilaslakkeja ja haalareita, chattailua, yksityisautoilua ja miljoonaa muuta asiaa, joista lähes kaikki muut opiskelijat pitävät. 21 - nYO27

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat itse tiedostavat, että he ovat erilaisia ja haluavat pitäytyä omissa valinnoissaan. Heille arvot ovat tärkeitä, jopa tärkeämpiä kuin hyväksytyksi tuleminen muiden joukossa. Toisaalta on myös mahdollista, että yksinäiset korkeakouluopiskelijat korostavat eroon muihin, koska he eivät näe itseään samankaltaisina muiden kanssa. Jos he löytäisivät ystävän, joiden kanssa harrastaa asioita, joita nuoret opiskelijat tyypillisesti harrastavat, heidän suhtautumisensa voisi olla erilaista. Heille muista erottautuminen voisi johtua siitä, että heillä ei ole ystäviä, joihin samaistua. Silloin he haluavat erottautua perinteisestä opiskelijoiden ryhmästä ja luovat oman maailmansa, jossa arvot ovat tärkeitä, eivät ihmissuhteet.

4.2 Oman paikkansa löytäneet

Toista tyyppiä kutsun nimellä *oman paikkansa löytäneet*. Aineistossani 6 kirjoittajaa kuuluu tähän ryhmään. Oman paikkansa löytäneillä on kokemuksia yksinäisyydestä tai ulkopuolisuudesta selviytymisestä. Kaikki kirjoittajat ovat naisia ja iältään 22–30 -vuotiaita. Mieskirjoittajat eivät siis kerro kokemuksistaan yksinäisyydestä selviämisestä. 5 kirjoittajaa opiskelee yliopistossa ja 1 ammattikorkeakoulussa.

Taulukko 4. Oman paikkansa löytäneet.

Nro	Sukupuoli	Ikä	Koulutustausta	Yksinäisyydestä selviytymiskeinot	Yksinäisyystyyppi ⁴	Yksinäisyyden käsittelemisen toimintatapa
38	Nainen	23	Yliopisto	Uudet kaverit, psykologilla käyminen, oppiminen olemaan yksin, itsensä kuunteleminen, opintoihin uppoutuminen	S	Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen
47	Nainen	26	Amk	Opiskelupaikan saaminen, opintoihin uppoutuminen, oman paikan löytäminen opintojen kautta, rauhoittuminen	S, R	Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen
48	Nainen	23	Yliopisto	Uudet kaverit, opintoihin uppoutuminen, itsensä hyväksyminen	S, E	Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen
51	Nainen	25	Yliopisto	Opiskelupaikan saaminen, opintoihin uppoutuminen	S, R	Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen
53	Nainen	22	Yliopisto	Uudet kaverit, itsensä muuttaminen, ihastuminen, rohkaistuminen, ajankäytön muuttaminen, ulkona käyminen	S, R	Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen
57	Nainen	30	Yliopisto	Uudet kaverit, avopuolison löytyminen, harrastukset	S, E	Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen
65	Nainen	27	Yliopisto	Uudet kaverit, opintoihin uppoutuminen, masennuksesta selviäminen, harrastukset	S, E	Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen

Taulukkoon 4 on listattu oman paikkansa löytäneiden taustatiedot, yksinäisyydestä selviytymiskeinot, yksinäisyystyyppi sekä yksinäisyyden käsittelemisen toimintatapa. Yksinäisyydestä selviytymistapoja on useita. Tyypillisimpiä selviytymistapoja ovat uusien kavereiden löytäminen, opintoihin uppoutuminen ja opiskelupaikan saaminen. Kaikki kirjoittajat ovat olleet sosiaalisesti yksinäisiä ja kolme kirjoittajaa on ollut myös emotionaalisesti yksinäinen. Lisäksi kolmen kirjoittajan yksinäisyys on ollut rakenteisiin liittyvää yksinäisyyttä. Kaikki kirjoittajat ovat hyödyntäneet ongelmasuuntautunutta ja tunnepainotteista toiminta-

4 E=emotionaalinen, S=sosiaalinen, R=rakenteellinen

tapaa yksinäisyyttä käsitellessään. Yksinäisyys on lievittänyt, kun henkilö on löytänyt ystäviä tai löytänyt muun keinon kestää yksinäisyyttä.

Oman paikkansa löytäneillä on ollut yksinäisyyden tai ulkopuolisuuden kokemuksia, mutta he ovat joko päässeet yksinäisyydestä eroon tai oppineet käsittelemään yksinäisyyttä siten, että yksinäisyys ei enää häiritse muuta elämää. Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunteista eroon päässeiden kirjoitukset voidaan jakaa kahdenlaisiin. Ensiksi osa on ollut yksinäinen ja ulkopuolinen lapsena tai nuorena, mutta on korkeakoulusta löytänyt oman porukkansa ja yksinäisyyden tunne on vähentynyt. Yksinäisyys on voinut johtua myös välivuosista, jolloin opiskelupaikkaa ei ole löytynyt. Toiset taas ovat kokeneet yksinäisyyttä ja ulkopuolisuutta aloitettuaan korkeakouluopinnot, mutta he ovat jossain vaiheessa löytäneet paikkansa.

Nuoruuden yksinäisyys

Lapsuuteen ja nuoruuteen liittyy paljon muutoksia ja kasvamista. Lapsuuden aikana sosiaalistutaan yhteiskuntaan. Koulun aloittaminen voi olla haastavaa, jos on erilainen kuin muut lapset. Oman paikkansa löytäneet ovat olleet yksinäisiä lapsena ja nuorena. Heillä ei ole ollut ystäviä tai ylipäätään kiinnostusta muita ihmisiä kohtaan, koska muut ihmiset ovat tuntuneet niin erilaisilta. He ovat olleet sekä sosiaalisesti että emotionaalisesti yksinäisiä; heiltä on puuttunut sekä läheiset ihmissuhteet että sosiaalinen verkosto. Korkeakouluopiskelun aloittamisen myötä kiinnostus muita kohtaan on kasvanut ja yhteiset puheenaiheet löytyneet. Oman paikkansa löytäneet ovat löytäneet korkeakoulusta itsensä sekä kaveriporukan, jota heillä ei ole aiemmin ollut.

Huomasin ensimmäisenä opiskeluvuoteni, että yliopistossa on ihmeen paljon mielenkiintoisia ja omalaatuisia ihmisiä, joihin melkein kaikkiin haluaisi tutustua. Erikoinen toive nuorelta ihmiseltä, joka siihen asti ei ollut tuntenut juurikaan mielenkiintoa ihmisiä kohtaan. Lapsuudessa ja kouluaikana sielullisesti läheisiä ihmisiä ei vain tuntunut olevan missään: vasta filosofian opiskelun kautta heitä löytyi helposti. 38 - nYO23

Oman paikkansa löytäneet ovat korkeakouluopiskelun myötä tutustuneet itseensä ja oppineet hyväksymään itsensä. Esimerkiksi ahdistus on yleensä kielteisenä pidetty asia itsessä, mutta sen voi oppia hyväksymään osana itseään. Samoin ahdistuksen jakaminen muiden kanssa auttaa. Oman paikkansa löytäneet käsittelevät ahdistustaan tunnepainotteisesti eli he säätelevät tunteitaan (Kangasniemi 2008, 252; Revenson 1981); he ovat oppineet arvosta-

maan yksinäisyyttään ja ahdistustaan, sillä se on osa heitä itseään. Yksinäisyys on heille myös voimavara. Yksinäisyys lievittyy, kun oma suhtautumistapa yksinäisyyttä kohtaan muuttuu.

Aika, jonka olen opiskellut yliopistossa, on ollut tähänastisen elämäni parasta aikaa. Yliopisto tuntuu henkiseltä kodilta, muutamat ihmiset siellä tuntuvat henkisesti läheisiltä. He ovat ne sisaret ja veljet, joita minulla ei koskaan ollut. Oikeastaan vasta opiskeluaikana olen huomannut, ettei ketään ole lopullisesti tuomittu yksinäisyyteen tai epäsosiaalisuuteen. Sisäänpäin kääntyneestä, hiljaisesta ja maailman yksinäisimmästä lapsesta on tullut nuori aikuinen, jolla on paljon hyviä ystäviä ja tuttavuuksia. Voisi melkein sanoa, että rumasta ankanpoikasesta on kasvanut joutsen. Vieläkin, toisinaan, joutsen tuntee olonsa yksinäiseksi ja maailmaan heitettyksi, mutta ainakin tämän metafysisen (ahdistuksen) kokemuksen voi jakaa muiden lintujen kanssa. Ilman ahdistusta tuskin koskaan olisin aito, tummat sävyt ovat osa minua. Kierkegaardin tavoin usein pyydän, että "ottakaa minulta kaikki muu, mutta älkää raskasta mieltäni". 48 - nYO23

Oman paikkansa löytäneet ovat löytäneet elämälleen sisällön ja merkityksen. Vilma Hänistä (2003, 53–54) mukaillen he ovat kokeneet elämänmuutoksen, joka on muuttanut heidän sisäistä tarinaansa. Aiemmin heidän tarinansa ja kokemuksensa ovat liittyneet siihen, että he ovat yksinäisiä ja he eivät tule löytämään ystäviä. Opiskelun aloittaminen on heille ydinkokemus, joka muuttaa elämää merkittävästi. Silloin lapsuuden ja nuoruuden yksinäisyys siirtyy menneisyyteen ja oman paikkansa löytäneistä tulee oman tarinansa voittajia.

Oman paikkansa löytäneet ovat onnistuneet valinnoissaan yksilöllistyvässä yhteiskunnassa, jossa vastuu elämästä on yksilöllä itsellään. He osaavat Giddensin (1991, 20–21, 76–81) termin reflektoida omaa elämäänsä; he pohtivat omaa toimintaansa ja valintojaan. Nuoruudessaan oman paikkansa löytäneiden tyyppiin kuuluvat eivät ole hallinneet refleksiivistä yksilöllisyyttä. Tähän on vaikuttanut tietenkin se, että he ovat silloin olleet lapsia ja nuoria. Aikuistuuksaan he ovat oppineet hallitsemaan elämäänsä ja ihmissuhteitaan; heille on myös syntynyt mielenkiinto muita ihmisiä kohtaan.

Filosofian piirissä liikkuvat ihmiset ja ystävät ovat antaneet minulle vähintään yhtä paljon ajattelemista kuin filosofia. Loputtomat, järjettömät keskustelut elämän julmankauniista luonteesta ovat olleet seurana talvien pitkinä iltoina ja kesien aurinkoisina päivinä. Näiden vuosien aikana olen todella oppinut rakastamaan filosofiaa, viisauden ja totuuden epätoivoista, jatkuvaa etsintää. Onhan antoisaa etsiä, vaikei lopulta juuri muuta löytäisikään kuin itsensä, ja kokemusmaailmansa. 48 - nYO23

Välivuodet ulkopuolisina

Kirjoittajat kertovat kokemuksiaan välivuosista. Välivuodet ovat aiheuttaneet yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunteita. Taulukossa 5 kokemukset ovat jaettu kahteen sarakkeeseen, kirjoittajien kokemiin kielteisiin ja myönteisiin asioihin.

Taulukko 5. Välivuodet ulkopuolisina.

Välivuosista löydetty kielteiset asiat	Välivuosista löydetty myönteiset asiat
Rakenteellinen ongelma	Rauhoittuminen välivuosien aikana
Välivuodet eivät oma valinta	Itseensä tutustuminen
Lähipiirin ihmetys	Refleksiivisyys
Turhautuminen	Epävarmuuden sietäminen
Itsetunto-ongelmat	Motivaatio opintoihin
Vaikutus tulevaisuuden odotuksiin	Aloilleen asettuminen opintojen alkaessa
Kokemus yhteiskunnan hylkäämisestä	
Juurettomuus	
Lannistuminen	
Virastoissa käyminen nöyryyttävää	
Tyhjän päällä oleminen	
Katkeruus	
Väliinpuotoaminen opintojen alkaessa	
Ikäero muihin opiskelijoihin	
Pettyminen, kun ei pääse opiskelijayhteisöön	

Oman paikkansa löytäneillä on ollut välivuosia ennen korkeakouluopiskelun aloittamista. Yhteiskunnallisessa keskustelussa välivuosien pitämiseen ei kannusteta, vaan nuorten tulisi aloittaa korkeakouluopiskelu heti toisen asteen suorittamisen jälkeen. Alle 25-vuotiaiden ilman ammatillista koulutusta olevien tulee hakea kolmea opiskelupaikkaa joka kevään ja syksyn yhteishaussa, jotta oikeus työmarkkinatukeen säilyy (Työ- ja elinkeinotoimisto 2011). Vuoden 2010 uusista ylioppilaista 60 prosenttia jäi ilman jatko-opiskelupaikkaa (Suomen virallinen tilasto 2012b). Välivuosi on siis edessä suurimmalle osalle uusista ylioppilaista.

Oman paikkansa löytäneiden välivuodet ovat olleet pakon sanelemia ja he ovat kokeneet tilanteensa epäreiluksi, sillä he ovat suoriutuneet lukiosta keskinkertaisin tai erinomaisin arvosanoin ja mielestään ansaitsevat korkeakoulupaikan. Kirjoittajien tavoitteena ei ole ollut päästä kaikista eniten haetuille aloille, kuten lääketieteelliseen, kauppakorkeakouluun tai oikeustieteelliseen, vaan heidän tavoitteenaan on ollut ammattikorkeakoulu tai yhteiskuntatieteellinen ala yliopistossa. Useita välivuosia viettäneiden lähipiiri on ihmetellyt että, miksi he eivät pääse opiskelemaan, vaan viettävät välivuosia vuosi vuoden perään. Tämä on ai-

heuttanut turhautumista, koska kirjoittajat kokevat, että he eivät itse ole voineet vaikuttaa välivuosiin.

Yliopisto-opinnot aloitin kolme vuotta ylioppilaaksitulon jälkeen. Niinä vuosina tunsin itseni monesti turhautuneeksi, eikä asiaa helpottanut yhtään, että vanhempien ihmisten on vaikea käsittää, että nyky-Suomessa ei noin vain kävellä yliopistoon sisälle. Ympärilläni ihmeteltiin ja kummasteltiin, miksi kahden ällän ylioppilas ei ole jo opiskelemassa. Harva tuota oikeasti ääneen sanoi, ainakaan päin naamaani, mutta ei sitä silti voinut olla huomaamatta. Vanhempani pitivät aika hyvin asiat itsellään, mutta tunsin silti, että he olivat huolissaan minusta ja tulevaisuudestani. 51 - nYO25

Oman paikkansa löytäneet ovat kokeneet juurettomuutta ja ulkopuolisuutta välivuosien aikana. He ovat kokeneet välivuodet tarkoituksettomina, joiden aikana on odotettu oikean elämän alkamista. Normaalibiografisen elämänkulun mukaan heidän olisi kuulunut siirtyä suoraan korkeakouluopintoihin toisen asteen tutkinnon suorittamisen jälkeen. Heille välivuodet eivät olleet oma valinta, vaan pakon sanelemia. Myöhäismodernissa yhteiskunnassa vallitsee ”tee se itse” -biografia, jonka mukaan yksilöt luovat itse elämänsä ja he eivät suorita elämäänsä tiettyjen normien määrittelemänä. (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 23–24.) Tässä ajattelutavassa vastuu elämästä on yksilöllä itsellään; jokaisesta voi tulla oman elämänsä voittaja tai häviöjä. Silloin rakenteelliset ongelmat herkästi unohtuvat. Esimerkiksi kaikille ei riitä opiskelupaikkoja, jolloin osa väistämättä jää ilman opiskelupaikkaa. Silloin suurta välivuosien määrää voidaan pitää rakenteellisena ongelmana.

Välivuosia viettäneet kokevat, että yhteiskunta on hylännyt heidät, sillä heillä ei ole mitään paikkaa yhteiskunnassa. Yhteiskunta kannustaa aloittamaan korkeakouluopinnot mahdollisimman nuorena ja heitä, jotka eivät näin tee, pidetään outoina. Aktiivisella yrittämisellä saattaa saada opiskelupaikan, mutta kaikki eivät jaksa yrittää vuodesta toiseen. Opiskelupaikan saaminen voi olla vaikeaa, vaikka tavoittelisi vain ”tavallista” ammattikorkeakoulu- paikkaa. Useat välivuodet ja huonosti menneet pääsykokeet vaikuttavat myös itsetuntoon ja tulevaisuuden odotuksiin.

Pari vuotta. Hah! Kuusi vuotta, nielaisen katkerana lukiessani tällaisia kannanottoja. Kuusi vuotta odotin minä mielekkääseen korkeakouluun pääsemistä. Ja joka vuosi olin tosissani yrittänyt. Olin varmaan yhteiskunnan silmissä jo sellainen, johon ei kannata panostaa. Tapaus liian vanha. 47 - nAMK26

Stephen Huntin mukaan ilman työ- tai opiskelupaikkaa, vapaa-ajalla on vähemmän merkitystä ja kotona vietetään paljon aikaa. Nuorille työttömyys on ikävää, sillä ilman työtä tai

opiskelupaikkaa he eivät pääse kunnolla siirtymään aikuisuuteen. Nuorista tulee tylsistyneitä, turhautuneita ja lannistuneita. Toisaalta vapaa-aika on nykynuorille yhä tärkeämpää, mutta ilman rahaa, vapaa-aikaa ei pysty käyttämään kovin ihanteellisesti. (Hunt 2005, 158–168.) Tämä näkyy myös kirjoittajien kokemuksissa: elämä välivuosien aikana on lannistunut. Elämä on ollut epävarmaa, kun asioita ei ole voinut suunnitella ja ei ole tiennyt missä tulee asumaan seuraavat vuodet.

Kotona oleminen passivoi ja voi johtaa syrjäytymiseen. Syrjäytyminen on ongelmallinen käsite. Kaikilla on varmasti jonkinlainen mielikuva siitä, mitä syrjäytyminen on tai millainen ihminen on syrjäytynyt. Usein syrjäytymisestä puhutaankin määrittelemättä sitä millään tavoin. Yhden määritelmän mukaan syrjäytyminen on sosiaalisen elämän ulkopuolelle jäämistä ja se on yhteydessä marginaalisuuteen ja huono-osaisuuteen. Syrjäytyminen liittyy myös puutteelliseen yhteiskunnalliseen osallistumiseen ja integraatioon. (Heikkilä 2000, 170–171.) Syrjäytyminen saattaa myös tuottaa sitä, mitä se väittää kuvailevansa eli siitä tulee itsensä toteuttavaa (Helne 2002, 33).

Yhteiskunnan puuttumisella syrjäytymiseen ei aina ole positiivisia vaikutuksia. Joskus puuttuminen saattaa johtaa ulossulkevaan integraatioon, jolloin syrjäytyneet saatetaan pakkottaa ryhmiin tai paikkoihin, joihin he eivät halua. (Helne 2000, 192–193.) Esimerkiksi työ- ja elinkeinotoimisto saattaa lähettää työttömän kurssille, joka on hyödytön hänelle. Välivuosia viettäneet kokevat eri virastoissa käymisen nöyryyttävänä. Ilman työkokemusta ja koulutusta on vaikea löytää töitä. Tyhjän päällä oleminen voi johtaa sosiaaliseen erakoitumiseen, taloudellisiin ongelmiin ja viivästyamiseen itsenäisen elämän aloittamisessa. Useat välivuodet aiheuttavat katkeruutta.

Vuosi opistossa teki minusta kokonaisen. Kansanopistoa seurasi vaikein; itsenäistymisen ja työttömyyden aika. Siirryin pääkaupunkiin, jonne halusin mahdollisuuksien takia ja josta en tuntenut juuri ketään. Seuraavina vuosina opin hyvin tarkasti sosiaalitoimiston, Kelan, Hoasin ja muiden vastaavien virastojen pykälät. Tunsin ne paremmin kuin niissä töissä olevat ihmiset. Tiesin mitä virastoista saa ja miten, ja millainen nöyryytys saamista aina seuraa. Koin itseni hylkiöksi, b-luokan kansalaiseksi. Ei koulutusta, ei työtä, ei kokemusta millä työtä saisi. Nuorison problemaattinen triangeli. Ei rahaa, vain aktiivisia harrastuksia. nAMK26

Oman paikkansa löytäneet kertovat ongelmista, joita on tullut esiin opiskelun alkaessa usein välivuosien jälkeen. Heidän on ollut vaikea löytää omaa opiskeluyhteisöä, sillä väli-

vuosien myötä ikäero muihin on kasvanut. Välivuosia viettäneet kokevat olevansa väliin-putoajia, sillä suurin osa opiskelijoista on juuri lukiota valmistuneita tai sitten huomatta-vasti vanhempia. Esimerkiksi 25-vuotiaan voi olla vaikea löytää omaa yhteisöä useiden vä-
li vuosien jälkeen. Väli vuosien aikana ei ole päässyt syntymään pysyviä ystävyssuhteita, koska elämä on ollut epävakaa. Väli vuosia viettäneet löytäneet odottaneet opiskelijaelä-
mältä sosiaalisuutta ja yhdessäoloa, mutta joutuneet pettymään huomattuaan, että muut opiskelijat ovat tulleet joko suoraan lukiota tai sitten he ovat jo vanhempia, perheellisiä ihmisiä.

*Olen aika sosiaalinen luonne, ja odotin aika paljon myös varsinaisen opiske-
lun ulkopuoliselta toiminnalta. Mikään järjestöaktiivi en kuitenkaan ole, joten
minulle olisi riittänyt ihan tavallinen yhdessäolo samanhenkisten ihmisten pa-
rissa. Melko pian opiskelujen alettua huomasin olevani jonkinasteinen väliin-
putoaja. Puolet kanssani yhtä aikaa aloittaneista oli vanhempia, perheellisiä
ja työssä käyviä naisia, joiden kanssa ei voinut kuvitellakaan saavansa mitään
yhteistä toimintaa aikaiseksi. Toinen puoli oli taas nuorempia, hiljaisia tyttö-
siä, joita ei saanut mihinkään mukaan, vaikka olisi kuinka yrittänyt. nYO25*

*Olin kieliopinnot aloittaessani jo (?) 23- vuotias, siis joitakin vuosia muita
kurssilaisia vanhempi. Toki vuosikurssissamme oli minua vanhempia ihmisiä,
mutta he olivat niin selkeästi minua vanhempia, että tunsin jääväni kiusalli-
sesti kahden ikäryhmän väliin. En kuulunut sinne, enkä tänne.*

Toisaalta oman paikkansa löytäneet näkevät väli vuosissa myös jotain positiivista, sillä väli-
vuosien aikana he ovat oppineet rauhoittumaan ja tutustumaan itseensä. Se, miten suhtau-
tuu pettymyksiin ja asioihin, joihin ei voi itse juurikaan vaikuttaa, on tekemisissä elämän-
hallinnan kanssa. Hyvässä elämän sisäisessä hallinnassa ihminen pystyy sopeutumaan
muuttuviin tilanteisiin ja ajattelemaan asioista positiivisesti (Roos 1988, 206–207). Oman
paikkansa löytäneet ovat oppineet hyväksymään väli vuodet ja juurettomuuden osaksi men-
neisyyttään; vaikka väli vuodet eivät johtuneet omasta tahdosta, niiden aikana on myös
opittu jotain itsestä ja elämästä. Beckin (1995, 17–22, 48–49) refleksiivisyyden käsitteellä
oman paikkansa löytäneet osaavat katsoa tilannettaan monesta eri näkökulmasta eli he nä-
kevät tilanteessaan sekä myönteiset että kielteiset puolet. Refleksiivisyyteen kuuluu se, että
pystyy sietämään epävarmuutta ja sitä, että kaikkea ei voi hallita. Refleksiivisyydessä ei tu-
keuduta vain yhteen elämisen malliin.

*Jos joskus vähän pitkästyn, alan muistella kaikkia yksinäisiä ja tarkoituksetto-
mia hetkiä mitä muualla koin. Voi tietysti olla, etten aiemmin, kun olin melko*

fanaattinen taiteeni tekemisen suunnasta, olisi viihtynyt tässäkin koulussa. Ehkä minun piti mennä oppimaan läksyni. Ehkä minun piti rauhoittua. En tiedä. Toivon vain etten ole kokonaan luovaa hulluuttani kadottanut kaiken tämän viisastumisen ja avartumisen myötä. 47 - nAMK26

Vaikka oman paikkansa löytäneet tuntevat katkeruutta kokemistaan välivuosisista, ovat he kuitenkin tällä hetkellä tyytyväisiä elämäänsä ja motivoituneita suorittamaan opinnot. Heidän kohdallaan yksinäisyys ja ulkopuolisuuden tunne ovat johtuneet elämän sisällön ja opiskelupaikan puutteesta. Välivuotia viettäneet kokevat, että opiskelupaikan saaminen on estänyt heidän syrjäytymisensä. Opiskelupaikan saaminen on auttanut heitä asettumaan aloilleen ja rauhoittumaan. Miten olisi käynyt ilman opiskelupaikkaa?

Nyt olen jo toisella vuosikurssilla. Sain henkilökunnan asunnon ja lisää töitä. Opiskelu on sopivan haastavaa. Olen luokan motivoituneimpia ja aktiivisimpia oppilaita. Olen aina paikalla. Koen järkeviksi nekin tunnit jotka ovat tylsiä, enkä valita juuri koskaan. Asun, opiskelen ja käyn työssä samassa pihapiirissä. Muut ihmettelevät, enkö tule mökkihöperöksi. Mutta kahden matkailukuvuoden jälkeen arvostan tätä enemmän kuin osaan kuvailla! NAMK26

Uudet ystävät

Oman paikkansa löytäneillä on yksinäisyyskokemuksia myös korkeakouluopiskelun aloittamisen jälkeiseltä ajalta. Opiskelujen alkaessa useimmat haluavat tutustua muihin opiskelukavereihin. Usein korkeakoulu sijaitsee uudessa kaupungissa, jossa ei välttämättä ole yhtään tuttua. Ystävyysuhteiden luomiseen tarvitaan sosiaalisia taitoja ja kykyjä, joiden avulla luodaan luottamuksellisia suhteita. Juho Saaren mukaan ystävyysuhteet antavat psykologista tukea, jolla on merkitystä erityisesti elämän murrostilanteissa. Ystävyysuhteiden avulla saadaan myös arvostusta ja statusta. Tiettyjen ihmisten ystävyys tai ulos sulkeminen tietyistä ystävyysuhteista kertoo yksilön asemasta yhteisössä ja yhteiskunnassa. (Saari 2010, 57.) Ystävyysuhteisiin liittyy myös sosiaalinen pääoma eli yksilön asema sosiaalisissa verkostoissa. Useat ystävyysuhteet kertovat usein laajasta sosiaalisesta pääomasta.

Syynä yksinäisyyteen opiskelun alkaessa voi olla koti-ikävä perheen luokse, uusien sosiaalisten roolien omaksuminen tai vaikeus muodostaa ystävyysuhteita ja kokonaan uusi kaveripiiri. Erityisesti opiskelun alkuvaihe on tärkeää aikaa ihmissuhteiden kannalta. Silloin lähes kaikki ovat uudessa tilanteessa ja muihin tutustuminen on huomattavasti helpompaa

kuin useiden opiskeluvuosien jälkeen. Jos isoa kaveriporukkaa ei löydy, jo yhden ystävän löytäminen on tärkeää. Ystävältä saa psykologista ja sosiaalista tukea.

En kuitenkaan jäänyt täysin yksin, parhaimman ja varmasti myös kestävimmän ystävyysuhteeni olen muodostanut näiden viimeisen kolmen vuoden aikana. Onneksi meitä väliinputoajia oli kaksi! Alussa yritimme muodostaa yhteistä porukkaa, mutta pian oivalsimme, ettei se tulisi näiden ihmisten kanssa onnistumaan. 51 – nYO25

Yksinäiset ihmiset pyrkivät usein muuttamaan sosiaalisia suhteitaan aloittamalla uusia sosiaalisia suhteita tai muokkaamalla olemassa olevia suhteitaan (Laine 2005, 165). Useimmiten opiskelukaverit löytyvät oman pääaineen sisältä, mutta aina tämä ei syystä tai toisesta onnistu. Silloin opiskelukavereita voi löytyä sivuaineopintojen parista.

Sivuaineestani nuorisotyöstä löysin itselleni paikan kasvaa itsenäni. Kirjallisuuden puuduttavien luentojen, minulle monesti liian filosofisten keskusteluiden ja klassikkoteosten minua kiinnostamattomien analyysien keskellä saatoin juosta toiseen rakennukseen kahdeksan hengen nuorisotyön opiskelijaryhmäämme kertomaan tyhmiä juttuja, tutustumaan vahingossa ihmisiin ja kertomaan omat mielipiteeni asioista. 38 - nYO23

Etsiessään uusia ystäviä oman paikkansa löytäneet suhtautuvat yksinäisyyteensä ongelmasuuntautuneesti eli he pyrkivät muuttamaan olemassa olevia ihmissuhteitaan (Kangasniemi 2008, 252; Revenson 1981). He eivät vain katso sivusta elämäänsä, vaan toimivat. He haaveutuvat ryhmään, josta saavat tukea. Opinnot tuntuvat mielekkäämmiltä, kun on porukka, jonka kanssa jakaa kokemuksia. Muiden kanssa voi myös puhua asioista, joiden suhteen kokee epävarmuutta.

Silloin ympärilläni oli onnekseni jollain ihmeen keinolla kerääntynyt pari muutakin epäilijää. Vaikka kukaan meistä ei maininnut suoraan epävarmuuttaan, saimme luultavasti jokainen voimaa toistemme epäsuorista lauseista ja asenteen pätkistä. 38 - nYO23

Toisaalta kaikki eivät halua tutustua opiskelijakavereihin, vaan osa haluaa pitää ystävyys-suhteet erillään opiskelusta. Kyse on silloin vapaaehtoisesta yksinäisyydestä. Yksinäiset usein pyrkivät muuttamaan sosiaalisia tarpeitaan ja toiveitaan (Laine 2005, 165). He voivat ajatella, että on parempi pitää opiskelu ja ystävyysuhteet erillään. Tämä voi olla hyvä päätös, jos kokee, että opiskelukaverit ovat liian erilaisia. Silloin yksinäisyys ja ulkopuolisuuden tunne eivät ole niin voimakkaita, koska yksin oleminen on oma valinta.

Samoin on anteeksi pyytely laantunut opiskelujeni ulkopuolisen elämän suhteen. Yhä edelleen haluan pitää ystävyysuhteet ja koulun erillään - jotta säilyttäisin itsenäisyyden ja vapauden opinnoissani. 38 - nYO23

Itsensä muuttaminen ja itseä tutustuminen

Joskus yksinäisyyteen auttaa se, että muuttaa omaa käytöstään ja itseään. Ujo voi hakeutua uusiin sosiaalisiin tilanteisiin, jolloin ujous saattaa ajan myötä hellittää. Yhteiskunnassa ujoutta usein pidetään kielteisenä ominaisuutena, mikä myös vaikuttaa siihen, että ujoudesta halutaan päästä eroon. Oman käytöksen muuttaminen enemmän sosiaalisesti hyväksytympään suuntaan auttaa ihmissuhteissa ja sosiaalisiin verkostoihin pääsystä. Joskus oma ajatus- ja arvomaailma on hyvin erilainen muiden opiskelijakavereiden arvomaailmoista, jolloin tutustuminen muihin on vaikeaa. Omien ajatusmallien muuttaminen ja keventäminen usein auttavat. Oman paikkansa löytäneet käsittelevät yksinäisyyttään suhteessa itseän seuraavanlaisesti:

- Oman käytöksen muuttaminen
- Ajatusmaailman muuttaminen
- Alkoholinkäyttö opiskelijatapahtumissa
- Refleksiivisyys
- Terapia

Yksinäisyydestä kärsivät eivät pidä opiskelijatapahtumien alkoholipainotteisuudesta, joten he eivät juurikaan käy opiskelijatapahtumissa, eivätkä siten tutustu opiskelukavereihin. Oman paikkansa löytäneet ovat muuttaneet suhtautumistaan alkoholin käyttöön ja ravintoloissa käymistä kohtaan, koska he ovat huomanneet, että alkoholinkäyttö kuuluu opiskelijaelämään ja helpottaa uusien ihmissuhteiden luomista. He kokevat, että alkoholin käyttö ei välttämättä ole terveellistä, mutta on kuitenkin sen arvoista, että sen avulla tutustuu ihmisiin.

Mitä siihen tarvittiin? Piti ruveta sellaiseksi ihmiseksi, joka menee pubiin ja mielellään juo, mielellään ei siideriä, mielellään useamman kuin yhden. Tämä tilitys kuulostaa varmasti joidenkin mielestä masentavalta, mutta haluaisin sanoa etten tunne myyneeni sieluani millään tavalla. Hyvä on, en kyllä aina nauti oluen juomisesta, mutta allekirjoitan kyllä alkoholin miellyttävät vaikutukset epämiellyttävien rinnalla. Puhe irtoaa. Ja joskus olut jopa maistuu hyvältä. Niin ihmisiin tutustutaan. Ainakin joihinkin ihmisiin, ja näissä ihmisissä on joukossa todella hyviäkin tyyppejä.

Satun vain olemaan sitä mieltä, että vaatteiden tuulettaminen, kiire ja pienet terveyshaitat ovat pieni hinta samanmielisten kanssa viihtymisestä. Olen kyllä terveellisten elämäntapojen kannalla, mutta kaikelta epäterveelliseltä ei voi välttyä, joten kannattaa ainakin pitää hauskaa siinä samalla. 53 - nYO22

Omaa käytöstään muuttavat suhtautuvat yksinäisyyteensä ongelmasuuntautuneesti. Oman paikkansa löytäneet ovat havainneet, että ystäviä saa parhaiten käymällä ulkona ja opettelemalla käyttämään alkoholia. Taustalla saattaa joskus olla myös ihastuminen: ihastuksen näkee parhaiten käymällä ulkona ja samalla tutustuu uusiin ihmisiin.

Mitä tapahtui kolmannen vuoden keväällä? Varautukaa vastaukseen, joka on yhtä aikaa sekä kliseinen että tavallaan sääliittävä. Kliseinen siksi, että kyseessä oli vastakkainen sukupuoli.

Eikä siinä mitään. Tuo pieni kipinä sai menemään ulos. Kuuntelemaan elävää musiikkia, saunomaan opiskelukavereitten kanssa, visailemaan pubiin. Opin juomaan olutta. Vaikka alussa kyse olikin jossain epämääräisessä määrin siitä, että saattaisin nähdä taas sen hymyn, ja vaikka alku on aina hankalaa, sai se minut lämpenemään vähitellen. Puhumaan ihmisille. Nyt se on helpompaa. 53 - nYO22

Yksinäisyyden kanssa voi tulla toimeen refleksiivisyyden avulla eli tutustumalla itseensä. Itsetutkiskelun avulla yksinäisyydestä voi löytyä positiivisia puolia. Yksinäisyys ei enää ole ainoastaan ikävä asia, vaan sen avulla voi löytää itsestään uusia puolia. Itseensä voi tutustua myös psykologin avulla. Terapia voi auttaa ahdistusongelmiin.

Kevään olin ja maleksin. Yritin selvittää ajatuksiani, toiveitani, sitä mitä haluan tehdä elämälläni. Psykologilla käynti epätoivon hetkiin. Hänen ansiostaan olin rohkea vaikka välillä pelotti. Opin olemaan itsekseni hiljaa. Opin kävelemään metsässä ja kuuntelemaan itseäni paremmin. 38 - nYO23

Oman paikkansa löytäneet käyttävät useita eri tapoja käsitellessään yksinäisyyttä. Osa keskittyy oman käytöksen muuttamiseen ja itsetutkiskeluun, kun osa taas lähestyy muita ihmisiä ja hakee sosiaalista tukea. Joidenkin kohdalla yksinäisyys on liittynyt lapsuuteen ja nuoruuteen, jolloin mahdollisuus vaikuttaa omiin ihmissuhteisiin ei ole niin suuri kuin aikuisiällä. Samasta koulusta ja lähiympäristöstä ei välttämättä löydy samanhenkisiä ihmisiä. Joidenkin kohdalla yksinäisyys on liittynyt olosuhteisiin, jolloin he ovat viettäneet useita välivuolia. Yksinäisyys on poistunut tai vähentynyt opiskelun alkaessa. Oman paikkansa löytäneet ovat oppineet hyvän sisäisen elämänhallinnan eli he näkevät kokemuksissaan sekä myönteisiä että kielteisiä puolia. Heidän mielessään asiat eivät ole mustavalkoisia.

4.3 Tulevaisuutta pelkäävät

Moni aineistoni kirjoittajista suhtautuu tulevaisuuteen luottavaisesti ja uskoo pärjäävänsä. Heidän mottonsa voisi sanoa olevan, että ”asioilla on tapana järjestyä” ja ”jokainen luo oman tulevaisuutensa”. Keskityn tässä kuitenkin sellaisiin yksinäisiin kirjoittajiin, jotka ovat epävarmoja tulevaisuuden suhteen. Kutsun tutkimukseni kolmatta tyyppiryhmää nimellä *tulevaisuutta pelkäävät*. Tyyppiryhmään kuuluu 11 kirjoittajaa. Kirjoittajina on 2 miestä ja 9 naista, joista 1 opiskelee ammattikorkeakoulussa ja 10 yliopistossa. Iältään kirjoittajat ovat 20–30 -vuotiaita.

Tulevaisuutta pelkäävät pohtivat kirjoituksissaan odotuksiaan tulevaisuudelle ja elämälle opiskeluajan jälkeen. Pohdin tässä osiossa myös, millä tavoin yksinäisyys liittyy siihen, millaisia tulevaisuudenodotuksia yksilöllä on. Yksinäisyyteen liittyy usein huono itsetunto ja epävarmuus (Kangasniemi 2008, 33). Tulevaisuutta pelkäävät eivät tiedä milloin he valmistuvat, missä he tulevat asumaan tai mitä he haluavat tehdä työkseen. He suhtautuvat tulevaisuuteensa epäillen, eivätkä luota omaan taitoihinsa. Tulevaisuutta pelkäävät kokevat paineita elämässä etenemisen suhteen. He kokevat, että pian pitäisi valmistua, siirtyä työelämään ja perustaa perhe. Taulukkoon 6 on listattu tulevaisuutta pelkäävien taustatiedot.

Taulukko 6. Tulevaisuutta pelkäävät

Nro	Sukupuoli	Ikä	Koulutustausta
10	Nainen	24	Yliopisto
14	Nainen	21	Yliopisto
43	Mies	25	Yliopisto
51	Nainen	25	Yliopisto
52	Nainen	23	Ammattikorkeakoulu
54	Nainen	20	Yliopisto
56	Nainen	24	Yliopisto
57	Nainen	30	Yliopisto
65	Nainen	27	Yliopisto
78	Nainen	23	Yliopisto
82	Mies	21	Yliopisto

Tulevaisuuteen suuntautumisella tarkoitetaan kognitiivista prosessia, joka perustuu ihmisen kykyyn suunnitella tulevia tapahtumia, antaa niille henkilökohtaisia merkityksiä sekä käsit-

teellistää niitä ajatuksen tasolla (Malmberg 1994, 12; Nurmi 1991, 2–3). Useimmilla ihmisillä opiskeluajan jälkeiseen elämään liittyy valmistuminen, työelämä, perheen perustaminen, aloilleen asettuminen ja ”oikean elämän” aloittaminen. Opiskeluaika on itsensä etsimisen aikaa ja miettimistä, mitä haluaa tehdä tulevaisuudessa.

Tulevaisuutta pelkäävät ovat erilaisissa vaiheissa opintoja ja elämää. Osa kirjoittajista opiskelee ensimmäistä vuottaan, kun osa jo viimeistelee opintojaan. Yksi kirjoittaja on jo valmistunut. Heitä kuitenkin yhdistää epäluottavainen suhtautuminen tulevaisuuteen. Osan kohdalla pelko liittyy lähinnä siihen, että he eivät tiedä mitä haluavat tehdä työkseen, kun muiden kohdalla pelko on laajempaa; heistä tuntuu, että eivät tule pärjäämään elämässä ja he eivät sovellu työelämään. He ovat yksinäisiä, jolloin yksinäisyyden pelko liittyy myös tulevaisuuden odotuksiin.

Taulukossa 7 on listattu tulevaisuutta pelkävien ominaisuuksia liittyen opiskeluun ja työelämään, aikuistumiseen, elämäntalouteen sekä yksinäisyyteen ja ihmissuhteisiin. Käsitteiden kaikkia teemoja myöhemmin tässä luvussa.

Taulukko 7. Tulevaisuutta pelkävien tyyppiominaisuuksia.

Opiskelu ja työelämä	Valmistumiskammo Ei tiedä mitä haluaa tehdä työkseen Työkokemuksen puute Kokee olevansa liian erilainen työelämään
Aikuistuminen	Haluaa pitää kiinni opiskelijan statuksesta Vaikeuksia aikuistumisessa Kaipuu vakiintuneeseen elämään, mutta ei halua sitoutua Vaikeus elää normien mukaista elämää
Elämäntalouden hallinta	Vaikeuksia arjessa pärjäämisessä Huono sisäinen elämäntalouden hallinta
Yksinäisyys ja ihmissuhteet	Ujous Vaikeuksia ihmissuhteissa Yksinäisyyden pelko tulevaisuudessa

Yksilöllistyneessä yhteiskunnassa vallitsee jatkuva itsetutkiskelu ja elämäntalouden pohdinta: mitä haluan opiskella, mitä tavoittelen elämässä, haluanko lapsia, olenko kunnianhimoinen, missä haluan asua, missä olen 10 vuoden kuluttua? Myös tulevaisuutta pelkäävät pohtivat omaa elämää ja elämäntalouden valintoja. Erityisesti nuoruuden elämäntalouden valinnat ovat tär-

keitä, koska silloin oma vaikutusmahdollisuus on korkea. Myöhemmin on vaikeampaa vaihtaa alaa tai tehdä radikaaleja elämänmuutoksia.

Usein opiskeltu ala kertoo, mitä tulee tekemään tulevaisuudessa; sairaanhoitajat haluavat työskennellä sairaanhoitajina ja arkkitehdit haluavat suunnitella rakennuksia. Kaikilla ei kuitenkaan ole näin selkeää ammattiin johtavaa koulutusta. Humanistit ja yhteiskuntatieteilijät eivät aina valmistu mihinkään tiettyyn työtehtävään. Tämä antaa paljon valinnanvapautta ja itsenäisyyttä tulevaa uraa rakentaessa. Toisaalta tietyn ammatin puuttuminen voi olla hyvin epävarmaa, eivätkä kaikki tiedä kaikkia olemassa olevia työmahdollisuuksia, joihin koulutus mahdollistaa. Tulevaisuutta pelkäävät opiskelevat yleissivistäviä aloja, kuten yhteiskuntatieteitä eli he eivät valmistu mihinkään tiettyyn ammattiin. Ihmisillä on usein vääristyneet käsitykset esimerkiksi taiteilijoiden työstä, mikä turhauttaa.

Taideopiskelija koetaan haahuilijaksi, boheemiksi, taivaanrannan maalariksi vailla todellisia päämääriä eikä totuus siitä, että tulen jonain päivänä valmistumaan taiteen maisteriksi, pahemmin liikuta keskustelijaa. Monesti ihmiset vähättelevät tekemääni työmäärää. He kuvittelevat minun elävän inspiraatioiden ja luovuuden palossa, missä ei ole sijaa arkipäiväiselle työskentelylle--Toisinaan työskentely on raskasta. Olen epävarma, eikä mikään tunnu onnistuvan. Ja tämän vuoristoradan lisäksi joudun myös lukemaan, tenttimään sekä laatimaan tutkielmia ja esseitä - aivan kuten kuka tahansa yliopisto-opiskelija. 56 - nYO24

Se, mitä haluaa tehdä työkseen, on usein epäselvää opiskelun alkuvaiheessa, mutta monille se on epäselvää vielä valmistumisen jälkeenkin. Osa miettii ammatteja, joihin ei ainakaan sovellu. Osa taas miettii, että mitä haluaa tehdä nyt kun on valmistunut; haluavatko he vielä suorittaa uuden korkeakoulututkinnon vai löytävätkö he sopivan ammatin nykyisen koulutuksen puitteissa?

Vieläkään minulla ei ole ole tietoa mikä minusta tulee isona, päinvastoin on kertynyt hyvin pitkä lista siitä mikä minusta ei tule isona. Ja epävarmuus alkaa taas palailta- mitä tehdä seuraavaksi? Menenkö töihin vai jatkanko opiskelua? Yritän olla huolehtimatta liikaa ja ajatella että kyllä kaikki järjestyy. NAMK23

Valmistuin, teen töitä pätkissä ja kohtasin jälleen opintojen alusta alkaen minua seuranneen ongelman: mikä minusta tulee isona. nYO30

Valmistuminen ja työkokemus

Satu Merenluodon mukaan opiskelun kesto on ollut keskeinen teema korkeakoulupolitiikassa 1960-luvulta lähtien. Pitkät opiskeluaajat koetaan ongelmalliseksi kansantaloudellisesta näkökulmasta, koska koulutettu työvoima on poissa työmarkkinoilta opiskelun ajan. Toinen ongelma on korkea valmistuneiden ikä. Suomalaiset korkeakoulutetut ovat valmistuessaan kaksi vuotta vanhempia kuin muissa OECD-maissa. (Merenluoto 2009, 173–174.) Opintojen pitkittymiseen vaikuttavina tekijöinä on pidetty muun muassa hidasta siirtymistä toiselta asteelta korkeakoulutukseen, opintojen tosiasiallista osa-aikaisuutta, puutteita opetusjärjestelyissä, lukukausien aikaista työssäkäyntiä, tutkintojen laajuuksia, opiskelijavalinnan ongelmia, opintotuen ongelmia sekä korkeakoulujen rahoitusjärjestelmiin liittyviä syitä (Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2003: 27).

Tulevaisuutta pelkäävillä on valmistumiskammo; he tietoisesti viivästyttävät valmistumista ja työelämään siirtymistä, koska he eivät halua luopua opiskelijan statuksesta. Vaikka opiskelijaelämä ei ole ollut kaikille niin sosiaalista kuin he olisivat halunneet, elämänmuutokset ovat silti vaikeita. Opiskelijaelämää pidetään välivaiheena nuoruuden ja aikuisuuden välillä, jolloin varsinaista elämää saa vielä miettiä. Valmistumisen jälkeen alkaa sitten se oikea elämä, johon kuuluu uran luominen, perheen perustaminen ja asunnon ostaminen. Opiskeluaikana saa vielä etsiä itseään ja matkustaa ympäri maailmaa. Osa taas haluaa perehtyä opiskeltaviin asioihin kunnolla ja suorittaa siksi opintoja muita hitaammin.

Pitäisi saada nopeasti opinnot päätökseen ja marssia maisterin paperit kourassa työelämään. Minulla ei kuitenkaan ole mitään kiirettä murtautua ulos siitä maailmastani, johon kuuluvat taide, uudet sisällöt, tärkeät ihmissuhteet, opiskelijariennot sekä osaltaan myös loputon pennin venyttäminen. Tämänhän pitäisi kuitenkin olla elämäni parasta aikaa, olen itsenäinen ja ponnistelen kohti omia unelmiani. Haluan todella oppia asiat, joiden eteen työskentelen. Jos valmistun vuoden muita myöhemmin, otan lisäajan hyvillä mielin vastaan saadakseni syventyä opintoihini kokonaisvaltaisemmin. Pelkkä konemainen suorittaminen ei anna itselle loppujen lopuksi yhtään mitään. 56 - nYO24

Osa taas haluaa suorittaa useamman korkeakoulututkinnon. Opiskelusta on tullut elämäntapa, josta on vaikea päästä eroon. Jos edessä on työttömyys, opiskelu on usein helppo vaihtoehto kuluttaa aikaa ja hankkia itselle uusi pätevyys. Kun osaamisalueita on useita, tulevaisuuden työllistyminen helpottuu.

Olen nyt töissä, mutta välissä on ollut työttömyysjaksoja. Tulevaisuuteni varmistamiseksi ole jälleen valinnut opiskelun. Maisterin tutkinnon jälkeenkin opiskelen, kohdallani tuntuu toteutuvan ikuisen opiskelun periaate hyvin. Synkkääkö? Kyllä ja ei. Olisin mielelläni hetken ilman suorittamista ja tenttejä, mutta toisaalta opiskelu on jo elämäntapa. 57 - nYO30

Valmistumiseen liittyy työelämään siirtyminen, mutta jos aiempaa työkokemusta ei ole ker-
tynyt, työllistyminen heti valmistumisen jälkeen vaikeutuu. Tämä johtaa siihen, että osa
viivästyttää valmistumista ja opinnäytetyön tekemistä. Työttömäksi valmistuminen ei hou-
kuta.

*Työkokemusta omalta alaltani minulla ei ole, joten minun on vaikea kuvitella
työllistyväni valmistumisen jälkeen historian ammattilaiseksi. Uraani en ole
suunnitellut, koska se on tuntunut toisarvoiselta ja kokonaiskuvan haaliminen
kasaan mahdollisuuksista niin hankalalta, ja ehkä graduni viivästyy siitäkkin
syytä. nYO27*

Työ on aikuiselämän tärkeä statuksen osoitin. Työssä käymiseen liittyy elannon tienami-
nen, vastuun ottaminen, itsenäistyminen suvusta ja perheestä ja aikuiselämään integroitui-
minen. Työelämässä pärjäämällä yksilö pystyy saavuttamaan tietyn elämäntyylin. Työ an-
taa ihmiselle statuksen ja luo identiteetin. Työ liittyy ihmisen elämän mahdollisuuksiin, tu-
lotasoon ja elämäntyyliin. Kulutusyhteiskunnan nouseminen vaikuttaa myös identiteetin ra-
kentumiseen. (Hunt 2005, 147–148.) Työ hyvin usein määrittää sen, kuka olemme. Ilman
työtä ja työn antamaa tulotasoa on vaikea elää tyydyttäväksi koettua elämää.

Vuonna 2010 opiskelijoista 56 prosenttia kävi töissä opintojen ohessa (Suomen virallinen
tilasto 2012c). Suurin osa opiskelijoista tekee siis töitä opintojen lisäksi. Töissä käymällä
saa työkokemusta, taloudellista helpotusta ja vastapainoa opiskelulle. Töissä käyminen voi
kuitenkin aiheuttaa stressiä erityisesti, jos työnantaja ei halua joustaa työajoissa. Joillakin
aloilla luentoja on vain muutamana päivänä viikossa, jolloin elämänrytmi saattaa olla hu-
kassa, jos ei ole mitään pakollista tekemistä päivisin. Töissä käynti saattaa auttaa saamaan
sopivan rytmin elämään. Töissä käyminen vaikuttaa päivärytmiin ja erottaa toisistaan työ-
ajan ja vapaa-ajan (Hunt 2005, 156–157). Samoin työt antavat sosiaalisia kontakteja yksi-
näiselle, sillä muuten yksinäinen ei välttämättä tapaa muita ihmisiä.

*Työ oli minulle tuttua aiempien vuosien kesätöistä, ja oli minulle sopivan epä-
säännöllistä ja vapaaehtoista. Nousin sängystä puolenpäivän aikoihin, kat-
soin, onko vastaajaan tullut viestejä, ja jos minulle oli siksi päiväksi töitä ja
ehdin vielä sinne, niin otin ne vastaan ja lähdin pyörälläni jonnekin päin kau-*

punkia. Illalla tulin kotiin, leikin tietokoneella, kuuntelin musiikkia ja valvoin myöhään tekemättä mitään. Jos töitä ei ollut, olin päivän tietokoneella, kävin lähikirjastossa lukemassa lehdet ja yliopistolla syömässä ja luennoilla, jos niitä sattui olemaan. 82 - mYO21

Aina töitä ei kuitenkaan löydy. Usein töitä saadakseen pitää jo valmiiksi olla työkokemusta, mutta jos työkokemusta ei ole, töiden saaminen on vaikeaa. Tulevaisuutta pelkäävät ovat keskittyneet opiskeluaikana opiskeluun, ja he eivät ole juurikaan käyneet töissä. Heitä ahdistaa se, että he tulevat valmistumaan ilman työkokemusta. He eivät ole löytäneet oman alansa töitä tai osa ylipäättään minkäänlaisia töitä. Moni kirjoittaja on jo opintojen loppusuoralla ja tekee opinnäytetyötään. Valmistuminen ei houkuta, sillä he eivät tiedä, että mitä haluavat tehdä työkseen ja toisaalta miettivät, että työllistyvätkö he ollenkaan. Toisaalta he ovat vielä toiveikkaita sen suhteen, että löytävät oman paikkansa ja aseman työelämästä.

Tällä hetkellä ollessani opintojen loppuvaiheessa, koko ajatus tulevasta pelottaa ja ahdistaa. Olen ollut täysipainoinen opiskelija, en ole yliopisto-opiskelujeni aikana tehnyt töitä kuin yhtenä kesänä puolentoista kuukauden ajan, puhumattakaan oman alan töistä. Muina kesinä olen joko tehnyt opintojani eteenpäin tai suorittanut opintoihin liittyvää palkatonta harjoittelua, mikä sen tietyksi on edistänyt opintojani. nYO25

Työkokemuksen puute stressaa erityisesti silloin, jos opiskelee alaa, jossa on hyvät työmahdollisuudet, mutta ei ole silti onnistunut löytämään oman alan töitä opiskeluaikana. Tämä aiheuttaa ihmetystä tuttavissa ja läheisissä, koska mielikuvana on, että esimerkiksi kaikki sosiaalityöntekijät työllistyvät helposti. Jos töitä ei löydy hyvin työllistetyltä alalta, onko ongelma yksilössä? Kirjoittajat kokevat epäreiluksi sen, että usein epäpäteviä palkataan työhön koulutetun henkilön sijaan, koska epäpäteville on kertynyt enemmän työkokemusta. Onko korkeakoulututkinnolla silloin merkitystä?

Meidän alallamme tuntuu todella pelottavalta lähteä työmarkkinoille ilman alan työkokemusta, sillä moni sosiaalityön opiskelija on alusta saakka töissä. Jostain syystä minä en ole onnistunut saamaan edes oman alan kesätöitä. Ne olisivat kyllä tulleet tarpeeseen, niin iteluottamuksen kuin taloudellisen tilanteenkin puolesta. Ikävää on, jos valmista pätevää sosiaalityöntekijää ei oteta töihin työkokemuksen puutteen vuoksi, vaan sosionomit ja muut epäpätevät pidetään pätkätöissä, eivätkä heidän opintonsa etene ollenkaan. Tämä asia huolestaa minua kovasti, enkä tämän enempää halua sitä nytkään pohtia, etten ahdistu tämän enempää. nYO25

Oman alan työkokemuksen puute aiheuttaa siis ahdistusta ja pelkoa. Moni kokee, että jo opiskeluaikana täytyisi olla ammattilainen tai muuten töitä ei löydy. Toisaalta osa kirjoitta-

jista kokee opiskelun ja työnteon uuvuttavaksi ja päättää, että ei tee opiskeluaikana ollenkaan töitä. Tällä ratkaisulla opiskelut sujuvat paremmin ja aikaa jää myös lepoon.

Viime kesänä päätinkin sitten, etten mene töihin vaan opiskelen. Tuntui, että tämä ratkaisu sopi minulle paljon paremmin: aloittaessani toisen vuoteni nyt syksyllä en ollut lainkaan niin väsynyt kuin viime vuonna. nYO20

Tulevaisuutta pelkäävät kokevat olevansa liian erilaisia sopeutuakseen työelämään. He eivät tunne olevansa tarpeeksi kunnianhimoisia tai päämäärätietoisia, vaan he miettivät vielä mitä haluavat elämältään. Kirjoittajia yhdistää myös yksinäisyys ja vaikeus solmia sosiaalisia suhteita. Jos sosiaaliset suhteet eivät ota onnistuakseen opiskeluaikana, onnistuvatko ne myöhemminkään? Toisaalta opiskeluaikana ihmiset tulevat ja menevät, työyhteisöt ovat usein pysyvämpiä, jolloin sosiaaliset suhteet ovat pitkäaikaisempia.

Tulevaisuutta pelkäävät ovat ujoja ja epävarmoja. Usein työpaikkoihin haetaan sosiaalisia ja ulospäin suuntautuneita ihmisiä. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot eivät kuitenkaan tarkoita samaa asiaa. Sosiaalisuus on synnynnäinen temperamenttipiirre, joka liittyy haluun olla muiden kanssa. Sosiaaliset taidot ovat opittuja ja tarkoittavat kykyä tulla toimeen muiden kanssa. (Keltikangas-Järvinen 2010.) Siten myös ujoilla ja sisäänpäin kääntyneillä voi olla hyvät sosiaaliset taidot, vaikka he eivät olisi erityisen sosiaalisia ihmisiä. Yhteiskunnassa on totuttu arvostamaan äänekkäitä ja puheliaita ihmisiä ja unohdettu, että erilaiset ihmiset ovat hyvä asia ja myös rauhallisilla ihmisillä on omat vahvuutensa. Työelämässä usein vaaditaan yksilöllisyyttä, mutta vain tietynlainen tapa toimia on suotavaa.

Koen olevani aika vieraantunut siitä maailmasta, jossa ihmiset ovat päämäärätietoisia, uraorientoituneita, motivoituneita saamaan jotain aikaan ja elämään täyttä elämää. 82 - mYO21

Tämä syksy on ollut vaikea. Syksyllä on aina vaikeaa. Olen väsynyt kesien jälkeen. Töissä puristan itsestäni loppuun viimeisen tipan intoa, ahkeruutta, reippautta, aloitekykyä, ryhmätyötaitoa, huumorintajua. Ja iloista mieltä. Innovatiivisuutta. Ja tehokkuutta ja paineensietokykyä. Ei saa töitä, jos ei ole niitä. Niitä kuulutetaan työkkärin ilmoituksissa. 78 - nYO23

Elämän suorittaminen

Tulevaisuutta pelkäävät kokevat paineita suorittaa elämä tietyssä tahdissa. Kirjoittajat käsittelevät siirtymistä nuoruudesta aikuisuuteen. Kulttuurissamme arvostetaan sitä, että asioita saavutetaan nuorella iällä (Sankari & Jyrkämä 2005, 9). Tämä asettaa kirjoittajille

paineita aikuistumiseen, valmistumiseen ja työuralla etenemiseen. Nämä asiat ovat tekemisissä normaalibiografian kanssa eli sen, että tietyt elämänvaiheet ovat ikäsidonniaisia ja asiat suoritetaan tietyssä järjestyksessä. Vaikka yhteiskunta onkin vapaamuotoisempi, silti ihmiset odottavat, että aikuisuuteen kuuluvat tietyt asiat.

Aistin sekä läheisteni että myös ympäröivän yhteiskunnan oletettavan neljännen vuosikurssin yliopisto-opiskelijan suunnitelleen jo elämänsä valmiiksi omakotitaloineen ja perheineen. Pitäisi saada nopeasti opinnot päätökseen ja marssia maisterin paperit kourassa työelämään. 56 - nYO24

Kaikilla muilla tuntuu olevan selvä kuva elämästä, aikuisuudesta ja kaikesta "sen" jälkeen. Minkä sen? Valmistumisen? Ja sitten kun niillä on vasemmassa nimettömässä renkaat ja varma työpaikka tiedossa ja kaikki niin helvetin hyvin, tuntee kaurapuuroa yksin syövä toisinajattelija itsensä kovin pieneksi. 14 - nYO21

Tulevaisuutta pelkäävillä on vaikeuksia asettua aloilleen. He eivät halua muuttaa vakituiseen kotiin, vaan heille on tyypillisempää muuttaa usein ja matkustaa. Ystävyysuhteiden luominen on haasteellista ja he ovat jääneet ulkopuolisiksi. Epävakaassa elämäntilanteessa on vaikea muodostaa pitkäaikaisia ystävyysuhteita. Toisaalta he kaipaavat vakiintumista, mutta he eivät ole valmiita sitoutumaan mihinkään pysyvästi. He kaipaavat ihanneyhteisöä ja – elämää, mutta he eivät ole valmiita asettumaan aloilleen. He haluavat saavuttaa turvallisuuden, mutta eivät ole valmiita menettämään vapauttaan. Heidän täytyy siis tasapainoilla vapauden ja turvallisuuden välillä. (Bauman 2001, 1–20.)

Tulevaisuutta pelkäävillä on liian suuret tavoitteet itselleen. Koska näitä tavoitteita ei ikinä saavuteta, tästä aiheutuu ainainen pettymys itseän.

Olen muuttanut kuuden vuoden aikana seitsemän kertaa. Olen asunut kesiä vanhempieni luona, olen asunut kesiä yksin, olen viettänyt kesiä leireillä ja ulkomailla. Olen yrittänyt ystävyystyötä ihmisten kanssa, mutta jäänyt ylimääräiseksi, ulkopuolelle. Välillä etsin töitäkin, mutten saanut. Mikään ei ole saanut minua latautumaan niin paljon, että olisin jaksanut alkuinnostuksen jälkeen syksyn ja talven yli. Keväällä yleensä herään ja saan ehkä jotain aikaiseksi-kin, ellen sitten ahdistu siitä, miten vähän sain tehtyä syksyllä. 59 – nYO25

Myöhäismodernissa maailmassa normaalibiografia muuttuu ”tee se itse” -biografiaksi, jossa ihminen itse määrittelee elämänsä, vaikka koulutus- ja työmarkkinat vaikuttavat taustalla (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 23–24). Silloin on mahdollista koittaa erilaisia vaihtoehtoja, pitää välivuotia ja olla vakiintumatta. Kaikki eivät onnistu näiden valintojen

tekemisessä. Perinteet eivät enää automaattisesti siirry sukupolvelta toiselle, jolloin arkiset asiat asettavat haasteita. Monelle nuorelle on raskasta muuttaa omaan asuntoon ja huolehtia ruoanlaitosta, kotitöistä ja arjesta. Kun jo perusasioiden hoitaminen on vaikeaa, isojen elämänvalintojen tekeminen asettaa haasteita.

Yksinkertaistenkin asioiden hoitamisen on hidasta, aloittaminen venyy, suorittaminen tapahtuu verkaisesti ja usein hommat jäävät puolitiehen tai tekemättä. Esim. huoneeni siivous on ollut retuperällä pitkän aikaa, esimerkiksi kahden edellisen imurointikerran välillä oli aikaa kolme kuukautta. mYO21

Jotta yksilö menestyy yksilöllistyneessä yhteiskunnassa, täytyy hänen elämänhallintansa olla hyvä, jotta hän pystyy tekemään hyviä päätöksiä. Tulevaisuutta pelkäävät kokevat, että asiat vain kulkevat ilman, että heillä itsellään on vaikutusvaltaa niihin. Heidän sisäinen elämänhallintansa ei siis ole erityisen hyvä. He eivät kykene ottamaan vastuuta elämästään, vaan seuraavat sivusta elämänsä kulkua. Silloin opiskelu ei lähde sujumaan, vaan vaarana on, että yksilö keskeyttää opinnot ja syrjäytyy. Samoin yksinäisyys lisääntyy, koska he eivät hallitse sosiaalisia suhteitaan. Yksinäisyys vaikuttaa tulevaisuuden odotuksiin, sillä usein yksinäinen näkee itsensä yksinäisenä myös tulevaisuudessa.

Minäkuvani ja tulevaisuudensuunnitelmani eivät ole vielä löytäneet hahmoaan ja ajatus elämästä, jota minä itse ohjaan minne haluan, tuntuu vielä vieraalta. En tällaiseni osaa odottaa tulevaisuudeltani yhtään mitään, enkä näe kuuluvani yliopisto-opiskelijoiden ryhmään, vaan johonkin pieneen, suuressa syrjäytymisvaarassa olevien ylioppilaiden marginaaliin. mYO21

Osa tulevaisuutta pelkäävistä uskaltaa kuitenkin päättää omista asioistaan ja tehdä elämänmuutoksia. Jo se, että he opiskelevat korkeakoulussa kertoo, että he ovat ainakin jollain tasolla kunnianhimoisia ja kiinnostuneita asioista. Tulevaisuutta pelkäävät ovat vaihtaneet opiskeltavaa alaa, kun vanha ala ei ole tuntunut sopivalta. Alan vaihtaminen vaatii rohkeutta varsinkin, jos samalla muuttaa uuteen kaupunkiin.

Jyväskylä, toisin kuin Turku, oli minulle täysin uusi tuttavuus kaupunkien joukossa. Ennen Jyväskylään muuttoani tutustuin Aallon kaupunkiin opiskelijoille suunnattujen lehtisten avulla ja vakuutuin, että Jyväskylään kannattaa lähteä, onhan kaupunki Suomen Ateena. Pääsykokeisiin osallistuttuani kaupunki kutistui ja huomasin, että kampusaluetta lukuun ottamatta kaupunki on tavallinen maalaiskaupunki ja asukasluvultaan vielä pienempi kuin kotikaupunkini Pori. Tässä vaiheessa työnsin ajatuksen syrjään, tärkeintä oli nyt löytää opiskelupaikka ja sen Jyväskylä opiskeluasuntoineen minulle tarjosi. 57 - nYO30

Liian tiukat normit aiheuttavat ahdistusta, koska yksilö ei pysty juurikaan vaikuttamaan omaan elämäänsä. Samalla normien täydellinen puuttuminen ei ole hyvä asia, koska ihmiset kaipaavat jonkinlaisia suuntaviivoja ja ohjeita elämälleen. Selkeiden normien puuttuminen voi aiheuttaa ahdistusta elämänvalintoja tehdessä. Täytyy muistaa, että ihmiset eivät tule samoista lähtökohdista, eikä kaikilla ole samanlaisia mahdollisuuksia tehdä elämänvalintoja.

5 POHDINTA

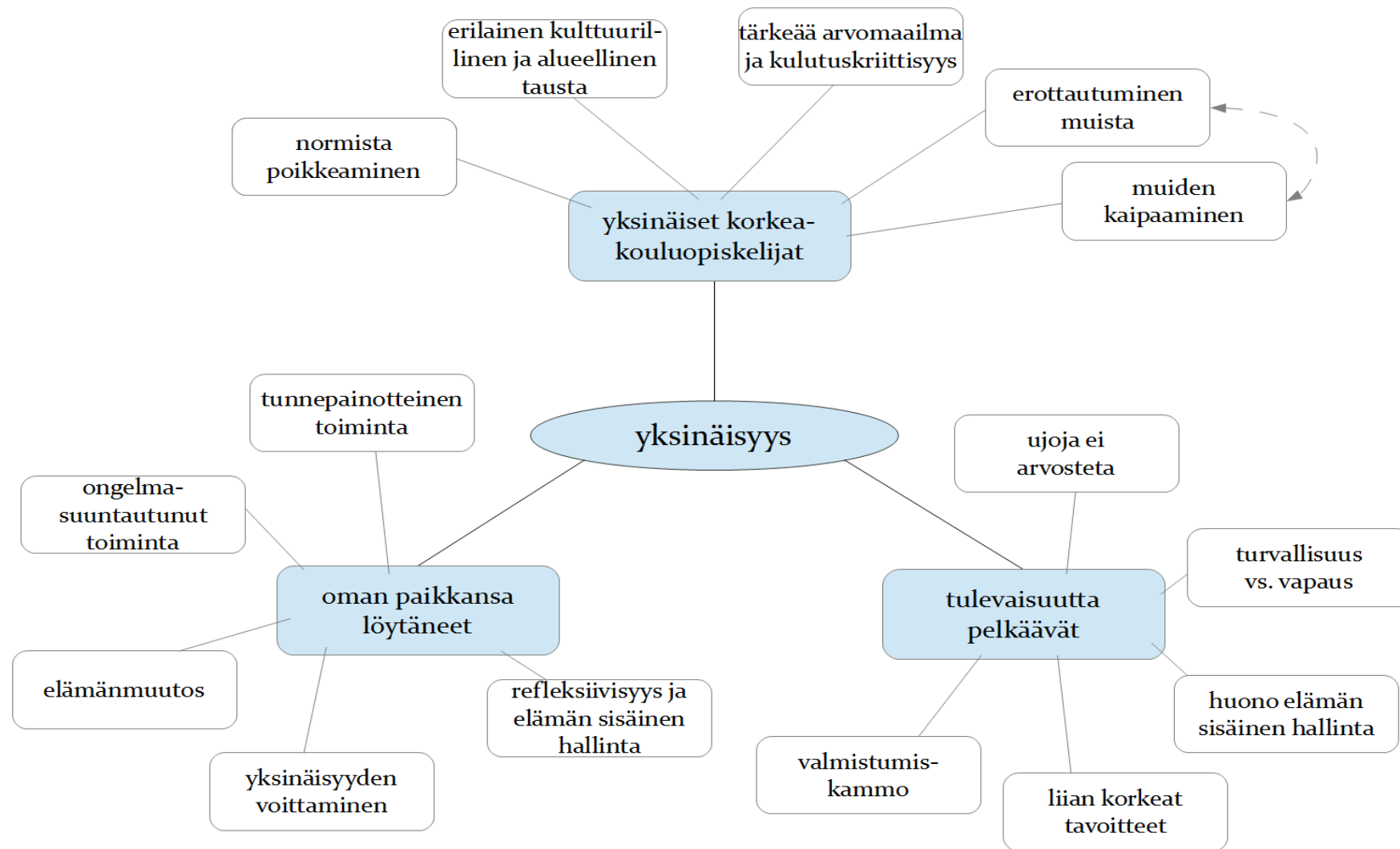
5.1 Yhteenvedo tutkimuksen tuloksista

Olen luonut aineistostani kolme tyyppiryhmää: yksinäiset korkeakouluopiskelijat, oman paikkansa löytäneet ja tulevaisuutta pelkäävät. Yksinäisillä korkeakouluopiskelijoilla on kokemuksia yksinäisyydestä ja ulkopuolisuudesta. Oman paikkansa löytäneet ovat olleet yksinäisiä joko nuoruudessaan tai korkeakouluopiskelun aikana, mutta he ovat oppineet käsittelemään yksinäisyyttä tai yksinäisyys on poistunut. Tulevaisuutta pelkäävät yksinäiset käsittelevät tulevaisuuden odotuksiaan ja tulevaisuuteen liittyviä pelkojaan.

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat

Yksinäisille korkeakouluopiskelijoille on tyypillistä emotionaalinen, sosiaalinen ja rakenteellinen yksinäisyys. Emotionaalinen yksinäisyys näyttäytyy kumppanin tai ystävän kaipaamisena. Emotionaalinen yksinäisyys voi johtua myös parisuhteen päättymisestä. Sosiaalinen yksinäisyys on emotionaalista yksinäisyyttä voimakkaampaa ja se näyttäytyy yhteisön kaipaamisena ja juurettomuutena. Osalla on takanaan useita väli vuosia, jolloin he ovat olleet ilman yhteisöä ja paikkaa yhteiskunnassa. Yksinäisyys voi olla myös rakenteellista yksinäisyyttä, sillä yhteiskunnalliset normit vaikuttavat siihen, millaista elämää ja ihmistä pidämme hyvänä. Normista poikkeaminen aiheuttaa yksinäisyyttä. Esimerkiksi on vaikeaa olla sinkku rakkautta ihannoivassa yhteiskunnassa. Osa yksinäisistä korkeakouluopiskelijoista kokee itsensä perustavanlaatuisesti vääränlaiseksi, jonka vuoksi ei saa ystäviä.

Ensimmäiset päivät korkeakoulussa ovat tärkeitä, koska niiden aikana usein muodostetaan pysyvät ystävyysuhteet ja kaveriporukat, joihin on vaikea päästä myöhemmin mukaan. Opiskelijatapahtumat ovat tunnetusti alkoholipainotteisia. Yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden tyyppiin kuuluvat eivät mielellään käytä alkoholia. Tämän vuoksi he eivät viihdy opiskelijatapahtumissa ja jättäytyvät niistä ulkopuolelle. Siten he pikku hiljaa huomaavat jääneensä yksin. Opiskelijajärjestön ja henkilökunnan rooli ovat pieniä yksinäisten korkeakouluopiskelijoiden elämässä.



Kuvio 3. Yksinäisyystyypit. Kuvio sisältää tärkeimmät aineistosta löytyneet teemat kolmeen yksinäisyystyyppiin liittyvät.

Yksinäisyyden kokeminen liittyy persoonan sisäisiin tekijöihin, kuten huonommuuden tunteeseen, heikkoon itsetuntoon ja ujouteen. Yksinäiset korkeakouluopiskelijat pystyvät kuitenkin kompensoimaan näitä asioita menestymällä opinnoissa. Yksinäisyys liittyy myös asenne- ja motivaatiotekijöihin, kuten kumppanin kaipaamiseen tai seurustelusuhteen päätymiseen. Yksinäisyys on tekemisissä myös käyttäytymistekijöiden, kuten heikkojen sosiaalisten taitojen kanssa.

Ryhmään sopeutumattomuus johtaa joillakin yksinäisillä korkeakouluopiskelijoilla eristäytymiseen. He eivät enää käy luennoilla, he jättäytyvät opiskeluporukan ulkopuolelle ja jäävät kotiin. Eristäytymiselle löytyviä syitä aineistosta ovat heikot sosiaaliset taidot, heikko taloudellinen tilanne, läheisen kuolema sekä syömishäiriö.

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat tulevat erilaisista kulttuuri- ja alueellisista taustoista. Maalta muuttavien on vaikea sopeutua kaupunkielämään. Uudessa isossa kaupungissa oleminen tuntuu vaikealta, sillä uusiin ihmisiin ei ole aiemmin ollut tarvetta tutustua. Yksinäiset korkeakouluopiskelijat ovat tottuneet maalaismaiseen ajatusmaailmaan ja uusi akateeminen ympäristö ja puhetapa tuntuvat haastavilta. Ne, jotka ovat kasvaneet yliopistokaupungissa ja akateemisessa perheessä, ovat jo valmiiksi tottuneet ilmaisemaan itseään ja puhumaan akateemisella kielellä. Työläistaustaisista perheistä oleville akateeminen puhetapa tuntuu oudolta ja vieraalta.

Yksinäiset korkeakouluopiskelijat kokevat arvomaailmansa erilaiseksi muiden opiskelijoiden arvomaailmoista. Yksinäisille korkeakouluopiskelijoille tärkeitä arvoja ovat eettisyys, kulutuskriittisyys, ekologisuus ja oman elämäntavan valitseminen. Vaikka arvojen mukaan eläminen on tärkeää, he eivät silti ole tyytyväisiä elämäänsä, vaan toivovat itselleen yhteisöä, johon kuulua. Arvomaailmaltaan tiukat yksilöt vaativat toisilta samoja arvoja, mikä saattaa estää ystävyssuhteiden syntymistä. Yksinäiset korkeakouluopiskelijat haluavat tietoisesti olla erilaisia. Heille arvot tärkeämpiä kuin hyväksytyksi tuleminen muiden joukossa. Omien arvovalintojen kautta he erottautuvat muista opiskelijoista. Toisaalta on myös mahdollista, että he erottautuvat, koska eivät näe itseään muiden kaltaisina ja heillä ei ole ystävää, joiden kanssa harrastaa nuorille tyypillisiä asioita. Silloin he haluavat erottautua perinteisestä opiskelijoiden ryhmästä ja luovat oman maailmansa, jossa arvot ovat tärkeitä, eivät ihmissuhteet.

Oman paikkansa löytäneet

Oman paikkansa löytäneiden yksinäisyys voidaan jakaa kahteen ajanjaksoon; osa on ollut yksinäinen lapsuudessaan ja nuoruudessaan, kun osan yksinäisyys liittyy korkeakouluopiskelun aloittamisen jälkeiseen aikaan. Lapsuuteen ja nuoruuteen liittyvä yksinäisyys on ollut sekä emotionaalista että sosiaalista yksinäisyyttä. Heidän yksinäisyytensä on ollut myös rakenteisiin liittyvää yksinäisyyttä. Lapsuuden yksinäisyydestä pois siirtymiseen liittyy elämänmuutos, joka on muuttanut kirjoittajien sisäistä tarinaa; korkeakouluopiskelun aloittaminen ja ystävien löytäminen on poistanut tai lieventänyt yksinäisyyttä. He ovat löytäneet aiemmin puuttuneen mielenkiinnon muita ihmisiä kohtaan. Opiskelun aloittaminen on ollut heille ydinkokemus, joka muuttaa elämää merkittävästi. Oman paikkansa löytäneistä tulee oman tarinansa ja yksinäisyytensä voittajia.

Oman paikkansa löytäneet ovat kokeneet juurettomuutta, ulkopuolisuutta ja yksinäisyyttä välivuosien aikana, jolloin he eivät päässeet opiskelemaan. He olisivat kaivanneet normatiivista aikuisuutta, jossa tietyt elämänvaiheet seuraavat toisiaan eli jolloin lukiosta menään suoraan korkeakouluun. Toisaalta he näkevät välivuosissa myös myönteisiä puolia. He osaavat katsoa tilannettaan monesta eri näkökulmasta ja sietävät elämän epävarmuutta. He eivät ole tukeutuneet vain yhteen elämisen malliin, vaan he ovat kulkeneet omia polkujaan. Oman paikkansa löytäneet ovat onnistujia refleksiivisessä ja yksilöllistyneessä yhteiskunnassa, sillä he ovat oppineet refleктоimaan omaa elämäänsä ja valintojansa. Heidän elämän sisäinen hallintansa on hyvä.

Nuoruudessaan yksinäisyyttä kokeneiden yksinäisyys on liittynyt heidän elämäntilanteensa eli yksinäisyys on johtunut pitkälti joko välivuosista ja juurettomuudesta tai sitten siitä, että heidän kaltaisiaan kiinnostavia ihmisiä ei ole ollut aiemmin lähetyvillä. Kirjoittajilla on kokemuksia yksinäisyydestä myös korkeakouluopiskelun aloittamisen jälkeiseltä ajalta.

Kaikki oman paikkansa löytäneistä käyttävät sekä ongelmasuuntautunutta että tunnepainotteista toimintatapaa yksinäisyyttä käsitellessään. Ongelmasuuntautunut toimintatapa näkyy siten, että kirjoittajat ovat hankkineet uusia ystäviä tai muuttaneet omaa käyttäytymistään sosiaalisesti hyväksytympään suuntaan ja siten luoneet uusia ystävyys-suhteita. Osa valitsee vapaaehtoisen yksinäisyyden, jolloin he päättävät, että he eivät halua ystävyystyö opiskelijakavereidensa kanssa. Tunnepainotteinen toimintatapa ilmenee tunteiden säätelynä. Tunnepainotteisia toimintatapoja ovat psykologilla käyminen, itseensä tutustuminen, itsensä hy-

väksyminen ja rauhoittuminen. Ongelmasuuntautunut ja tunnepainotteinen toimintatapa eivät ole toisiaan pois sulkevia, vaan usein – kuten tässäkin – niitä käytetään yhdessä.

Tulevaisuutta pelkäävät

Yksilöllistyneessä yhteiskunnassa täytyy jatkuvasti pohtia omia elämänvalintoja. Tulevaisuutta pelkäävät yksinäiset eivät luota omiin taitoihinsa ja heitä stressaa tulevaisuus. Tulevaisuutta pelkäävät ovat epävarmoja sen suhteen, mitä he haluavat tehdä tulevaisuudessa ja missä he haluavat työskennellä. He opiskelevat yleissivistäviä aloja eli he eivät valmistu suoraan mihinkään ammattiin. Tulevaisuutta pelkäävät näkevät itsensä yksinäisenä myös tulevaisuudessa.

Yhteiskunnallisessa keskustelussa ollaan huolestuneita opintojen pitkästä kestosta, ja koulutuspolitiikalla on yritetty lyhentää opiskeluun käytettyä aikaa. Tulevaisuutta pelkäävät viivästyttävät valmistumistaan, koska he haluavat pitää kiinni opiskelijan statuksestaan. Opiskelijoina heillä on mahdollisuus elää vähemmän normatiivista elämää kuin valmistuneina aikuisina. Toinen syy haluttomuuteen valmistua, koska he pelkäävät, että he eivät löydä töitä. Heille ei ole opiskeluaikana kertynyt työkokemusta. Ilman työkokemusta valmistuminen on stressaavaa, koska suurin osa opiskelijoista käy töissä opiskelun ohessa ja kerryttää samalla työkokemusta. Siten he ovat valmistuttuaan huonommassa asemassa muihin opiskelijoihin nähden. Myös opinnäytetyön tekeminen on haasteellista, koska sen tekeminen merkitsee opintojen päättymistä, opiskelijuudesta luopumista ja työelämään siirtymistä.

Tulevaisuutta pelkäävät kokevat, että jo ennen valmistumista pitäisi olla oman alansa asiantuntija. He asettavat itselleen liian korkeita vaatimuksia. Koska he eivät ikinä saavuta tavoitteitaan, he ovat aina pettyneitä itseensä. Tulevaisuutta pelkäävät yksinäiset kokevat olevansa liian erilaisia sopeutuakseen työelämään. Osa käy kuitenkin töissä. Työ antaa heille päivärytmin ja sosiaalisia kontakteja, sillä muuten he eivät välttämättä tapaa muita ihmisiä. Tulevaisuutta pelkäävät eivät tunne olevansa tarpeeksi kunnianhimoisia tai päämäärätietoisia pärjätäkseen elämässä. Moni kokee, että he eivät pysty mukautumaan normeihin, koska he ovat liian erilaisia. He ovat ujoja, kun elämässä arvostetaan ulospäin suuntautuneita ja äänekkäitä ihmisiä. Kuitenkin jo se, että he opiskelevat korkeakoulussa kertoo, että he ovat ainakin jollain tasolla kunnianhimoisia ja kiinnostuneita asioista. Yhteiskunnassa on unohdettu, että erilaiset ihmiset ovat hyvä asia ja myös rauhallisilla ihmisillä on omat

vahvuutensa. Siksi se, että ainoastaan tietynlaisia ihmisiä arvostetaan työelämässä ja elämässä ylipäätään on ongelma, joka asettaa yksinäiset ja ujut vaikeaan asemaan.

Tulevaisuutta pelkäävät eivät ole onnistuneet luomaan pitkäaikaisia ystävyys-suhteita, koska heidän elämäntilanteensa on epävakaa ja he muuttavat usein. Epävakaa elämäntilanne lisää myös yksinäisyyden tunnetta. He pohtivat omia elämänvalintojaan; haluavatko he normatiivisen aikuisuuden, johon kuuluu perheen perustaminen, asunnon ostaminen ja uran luominen vai haluavatko he mieluummin elää itsenäistä, omien valintojen siivittämää elämää, johon kuuluu matkustaminen, itseensä tutustuminen ja sitoutumattomuus? Toisaalta kirjoittajat kaipaavat aikuisuuteen kuuluvaa vakiintumista ja turvallisuuden tunnetta, mutta toisaalta normien mukaan eläminen ahdistaa. Heidän täytyy tasapainoilla vapauden ja turvallisuuden suhteen.

Myöhäismodernissa maailmassa tiukkojen normien sijaan yksilöt itse vaikuttavat eniten elämäänsä. Valinnanmahdollisuuksia on loputtomasti, mutta mistä tietää, että mitkä valinnat ovat oikeita? Yksilöllistyneessä yhteiskunnassa tulisi saavuttaa kaikki ja vielä mahdollisimman nuorena: ura, perhe, ystävyys-suhteet, oma asunto, matkustaminen, harrastukset. Tulevaisuutta pelkäävien sisäinen elämäntilanne ei ole hyvä, jolloin sekä perusasioiden että isojen elämänvalintojen tekeminen on haasteellista. Toisaalta he haluavat päättää itse oman elämänsä, mutta toisaalta valinnanmahdollisuuksia on liikaa.

5.2 Tutkimuksen sosiologisia näkökulmia

Koska olen käyttänyt valmista aineistoa, en ole itse päässyt vaikuttamaan siihen, mitä tutkittavat kertovat. Kirjoituksissa kuitenkin käsitellään hyvinkin paljon yksinäisyyttä ja ihmissuhdeongelmia, vaikka tehtävänannossa tällaisia kokemuksia ei pyydetty tuomaan esiin. Korkeakouluopiskelun luonteen voidaan katsoa edistävän yksinäisyyttä, sillä useiden alojen opinnot koostuvat suureksi osaksi kirjatenteistä. Korkeakouluopiskelu on kurssi-muotoista, hetkellistä, jolloin pitkäaikaisia yhteisöjä ei ole (Knubb-Manninen & Sarja 2003, 57). Opinnot voi siis suorittaa hyvin pitkälti kotona ilman, että tapaa muita ihmisiä. Tämä on ongelma niille, joilla ei ole monia ystäviä.

Yhteiskunnan yksilöllistyminen on vaikuttanut myös opiskelijuuteen, sillä ei ole olemassa opiskelijoiden suurta yhtenäistä joukkoa, eikä usein edes samaa vuosikurssia olevien joukkoa. Opiskelijat jakautuvat useisiin pieniin ryhmiin ja porukoihin. Opiskelijoiden suhde

korkeakouluun on muuttunut aikaisempaa löyhemmäksi (Aittola 1998, 190–192). Tutkimustuloksista käy ilmi, että osa käy luennoilla ja seminaareissa vain kääntymässä ja he eivät ole kiinnostuneita opiskelijatoiminnasta. Tämä on ongelma opiskelijaelämän sosiaalista puolta kaipaaville, sillä he jäävät ilman opiskelijayhteisöä ja -ystäviä. Järjestetyt tapahtumat tuovat sosiaalisia kontakteja sellaisille, joilla ei ole tuttuja ennestään.

Opiskelijatapahtumien alkoholipainotteisuus on ongelma, sillä yksinäisyyttä kokevat eivät viihdy alkoholipainotteisissa tapahtumissa, jolloin opiskelijatapahtumat saattavat jäädä kokonaan väliin. Toisaalta nykyään kiinnitetään yhä enemmän huomiota siihen, että tarjolla on myös alkoholittomia opiskelijatapahtumia. Esimerkiksi Nyyti järjestää useissa kaupungeissa hengailuiltoja. Myös ainejärjestöt ovat alkaneet järjestää alkoholittomia tapahtumia, kuten lautapeli-iltoja, urheilutapahtumia ja kulttuurimatkoja.

Perinteinen lineaarinen opiskelu- ja työssäkäynnin malli on muuttumassa yksilöllistyviksi ja pirstaleisiksi poluiksi, joita luonnehtivat koulutus- ja työmarkkinalliset siirtymä- sekä katkostilanteet samoin kuin koulutus- ja työmarkkina-asemien vuorottelu (Furlong & Cartmel 1997; Viinamäki 1999, 23–24). Tämä näkyy esimerkiksi välivuosien pitämisenä. Välivuosia voidaan pitää rakenteellisena ongelmana, sillä hyvin moni nuori jää kokonaan ilman opiskelupaikkaa, eikä silloin mikään yhteiskunnallinen rakenne ole tukemassa. Vaikka moni pitää välivuosia vapaasta tahdostaan, silti hyvin monet nuoret joutuvat odottamaan jopa useita vuosia opiskelupaikan saamista. Kuten tutkimustuloksista on ilmennyt, opiskelupaikan puute aiheuttaa yksinäisyyttä ja voi johtaa syrjäytymiseen. Koska kirjoituskilpailu on suunnattu korkeakouluopiskelijoille, kaikki ovat saaneet opiskelupaikan. Entä sitten ne monet nuoret, jotka yrittävät vuodesta toiseen ja opiskelupaikkaa ei löydy? Luovuttavatko he? Voiko tänä päivänä elää hyväksyttävää elämää ilman, että hankkii ammatillista koulutusta tai korkeakoulututkintoa?

Yksinäisten odotukset tulevaisuudelle eivät ole erityisen korkeat, sillä he pelkäävät olevansa yksinäisiä myös myöhemmin elämässään. He kokevat vääräksi sen, että yhteiskunnassa arvostetaan vain tietynlaisia ihmisiä ja ujoutta pidetään kielteisenä ominaisuutena. He pelkäävät, että he eivät tule menestymään elämässä, koska eivät ole niin päämäärätietoisia kuin he kokevat, että nuorten tulisi olla. Yksilöllistyneessä yhteiskunnassa elämänvalinnat ja yksilön vastuu ovat keskiössä. Jälkitraditionaaliseen yhteiskuntaan kuuluu refleksiivisyys eli jatkuva itsetutkiskelu ja elämänvalintojen pohdinta (Giddens 1991, 20–21, 76–81).

Yksinäisillä on usein vaikeuksia pärjätä arjessa, jolloin suurten elämänvalintojen tekeminen on haasteellista.

Baumanin mukaan aikakautemme on notkean moderni. Vapauden lisääntyminen on lisännyt epävarmuutta ja sosiaalisten suhteiden haurastumista. (Bauman 2002.) Notkean modernin näkökulmasta yksinäisyys on osa yksilöllistymistä. Ihmiset suhtautuvat sosiaalisiin suhteisiin markkinaehtoisesti ja haluavat saada niistä välittömän hyödyn, jolloin pitkäjänteiset sosiaaliset sitoumukset unohtuvat. Tässä maailmassa yksinäinen on epäonnistunut sosiaalisten suhteiden kuluttaja. (Saari 2010, 89.) Toisaalta tällainen näkemys on melko pessimistinen. Vapautta ja yksilöllisyyttä korostava maailma saattaa olla helpompi yksinäiselle, sillä myös erilaisuus on sallitumpaa.

Yksilöllistymistä kuvaa minuuden työstäminen, jossa yksilö pitää yllä kertomusta omasta elämästä. Minuutta voidaan muokata esimerkiksi kirjoittamalla elämäntarinaa, jolloin täytyy jatkuvasti käydä itsetutkiskelua ja pohtia elämänsuunnitelmia. (Giddens 1991, 52–78; Jokinen 2005 27–28.) Yksilöllistyneessä yhteiskunnassa kokemusten ja tunteiden käsitteystä on tullut tärkeä yhteiskunnallinen resurssi ja välttämätön osa henkilökohtaista elämää. Henkilöt, jotka kykenevät käsittelemään vahvoja tunteita, kuten yksinäisyyttä, saattavat tulla paremmin sinuiksi modernin, yksilöllisiä valintoja korostavan kulttuurin kanssa. (Jokinen 2005, 33.) Tässä mielessä yksinäisyyskokemuksia käsittelevät ja niistä kirjoittavat yksilöt ovat vahvoilla verrattuna niihin, jotka eivät pysty käsittelemään yksinäisyyttään.

Suomalaisten kokema yksinäisyys ei ole kuitenkaan lisääntynyt 1980-luvun lopun ja 2000-luvun alun välisenä aikana tavalla, joka sopisi yhteen aikalaisdiagnooseista johdettujen väitteiden kanssa (Saari 2010, 139–140). Tässä mielessä aikalaisdiagnoosit eli aikakautta kuvaavat luonnehdinnat eivät pidä paikkaansa yksinäisyyden suhteen. Vaikka yksilöllistyminen on lisääntynyt, se ei välttämättä tarkoita, että sosiaaliset yhteisöt katoaisivat. Yksilöllistyminen on luonut uusia tapoja luoda sosiaalisia suhteita, joissa vastuu suhteiden luomisesta ja ylläpidosta on yksilöillä, ei sosiaalisilla pakotteilla. Tämä toisaalta on ongelmallista sellaisille yksinäisille, jotka eivät osaa luoda omia ihmissuhteitaan ja yhteisöjään. Toisaalta taas tämä on helpotus monille sellaisille yksinäisille, jotka eivät pysty mukautumaan normeihin ja jotka haluavat tehdä omat valintansa.

5.3 Yksinäisyys tulevaisuudessa

Kirjoituskilpailu on vuodelta 2004, jonka jälkeen maailma on teknologisoitunut entistä enemmän. Vuonna 2012 lähes kaikilla opiskelijoilla on oma tietokone käytössään, ja suuri osa opiskelijoista käyttää myös sosiaalista mediaa. Digitaalinen aikakausi tarjoaa helpon mahdollisuuden kommunikaatioon ilman fyysistä läsnäoloa. Ystäviin voi olla yhteydessä silloin kun itsestä tuntuu, mutta yhteyden voi katkaista helposti. (Turkle 2011, 1–13.)

Sosiaalinen media tarjoaa kuvitellun yhteisön monelle, jolla ei ole fyysistä yhteisöä. Esimerkiksi työttömien elämä on hyvin erilaista 2010-luvulla verrattuna aiempaan, jolloin työttömät pysyvät perillä tuttaviansa kuulumisista ja voivat jakaa myös omia kokemuksiaan ilman työyhteisöä. (Helsingin Sanomat 2012.) Sosiaalinen media yhdistää ihmisiä, mutta toisaalta sille on tyypillistä, että ainoastaan elämän myönteisistä asioista kerrotaan. Sosiaalisessa mediassa itsestä halutaan luoda kuva menestyvänä ihmisenä ja kielteisistä asioista – kuten yksinäisyydestä – pysytään hiljaa. Moni kokee olevansa epäonnistunut, koska oma elämä ei olekaan yhtä hohdokasta kuin muilla.

Sosiaalista mediaa käyttävät yksinäiset pysyvät mukana tuttaviansa elämässä, vaikka he eivät tapaisi fyysisesti. Monen ujon on helpompi kommunikoida virtuaalisesti kuin kasvotusten. Juho Saaren tutkimuksessa yksinäisten suhtautuminen internetiin ja keskustelupalstoihin on kaksijakoista; yhtäältä se antaa yksinäisille harrastuksen ja arjen sisältöä, toisaalta osa yksinäisistä pitää internet-kirjoittelua vaihtoehtoistoimintana muulle sosiaaliselle toiminnalle (Saari 2010, 152).

Onkin mielenkiintoista seurata, millaisia tutkimustuloksia tulevaisuudessa saadaan sosiaalisen median ja yksinäisyyden suhteen; onko sosiaalinen media helpotus yksinäisille vai lisääkö se yksinäisyyttä? Joissakin tutkimuksissa internet lisää yksinäisyyden tunnetta, kun taas toisissa tutkimuksissa on saatu päinvastaisia tuloksia (Cavanagh 2009). Sosiaalinen media tarjoaa mahdollisuuden monipuoliseen kommunikointiin, jossa on omat hyvät ja huonot puolensa. Huonoimmillaan se sulkee ihmiset koteihinsa ja pinnallistaa ihmissuhteita. Parhaimmillaan sosiaalinen media toimii kasvokkaisten suhteiden lisänä ja tukena.

Kenen vastuulla yksinäiset ovat? Yhteisöllisyyttä esitetään usein ratkaisuksi sosiaalisiin ongelmiin. Juho Saaren mukaan suurin osa suomalaisista kokee, että vastuu yksinäisestä on hänen lähipiirillään tai seurakunnalla. Muita vastausvaihtoehtoja Saaren tutkimuksessa oli-

vat julkinen sektori ja kansalaisjärjestöt. (Saari 2010, 217–218.) Ihmiset siis kokevat, että lopulta jokaisen lähipiirin tulisi huolehtia omistaan, ei niinkään yhteiskunnan.

Kuitenkin korkeakoulujen tulisi ottaa vastuuta yksinäisistä opiskelijoista. Yksinäisyyteen liittyy usein myös muita ongelmia, jotka voivat vaikeuttaa opintojen etenemistä. Esimerkiksi Jyväskylän yliopistolla on olemassa Student Life -ohjelma, jonka tehtävänä on kattaa opiskelijuuden eri osa-alueet. Ohjelmassa keskitetään huomio opiskelijoiden hyvinvointiin. (Jyväskylän yliopisto 2012.) Tällä hetkellä ei ole tiedossa, että mitä Student Life -ohjelma käytännössä pitää sisällään; onko se enemmän puhetta kuin konkreettisia tekoja vai ollaanko sen avulla oikeasti kiinnostuneita parantamaan opiskelijoiden hyvinvointia?

Lopuksi pohdin tutkimuksen luotettavuutta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on keskeinen tutkimusväline omassa tutkimuksessaan ja pääasiallinen luotettavuuden kriteeri (Eskola & Suoranta 2008, 211–212). Kuten olen luvussa 3 pohtinut, olen miettinyt tutkijan asemaani ja sitä, että on mahdollista, että joku eri asemassa oleva tutkija olisi voinut ottaa aineistoon erilaisen näkökulman. Laadullisessa tutkimuksessa empiirisen aineiston ja teoreettisten päätelmien välisen yhteyden täytyy olla johdonmukainen (Pyörälä 1995, 15). Olen itse pyrkinyt kertomaan, miten olen käsitellyt aineistoa ja miten tutkimustulokset ovat syntyneet yhdessä teorian ja empirian kanssa. Aineistosta on mahdollista tehdä erilaisia päätelmiä, mutta olen perustellut omat näkemykseni ja päättelyketjuni, jotta lukija pystyy seuraamaan syntyneitä tuloksia.

Seuraavaksi voisi olla hyvä tehdä pitkäaikaisseurantatutkimus yksinäisistä korkeakouluopiskelijoista. Tutkimuksessa voisi seurata, saavatko yksinäiset opinnot loppuun ja pääsevätkö he mukaan työelämään. Tutkimuksessa voisi myös selvittää, että jatkuuko yksinäisyys pitkään – kenties läpi elämän – vai onko yksinäisyys ennemminkin opiskelijaelämään kuulunut asia. Tutkimus saattaisi olla kallis, mutta sen avulla saataisiin enemmän tietoa siitä yhteiskunnasta, jossa yksinäiset elävät. Tulevaisuudessa nähdään pystytäänkö korkeakouluissa paremmin huomioimaan yksinäiset opiskelijat ja heidän tarpeensa.

KIRJALLISUUS

- Aalto-Kallio, Mervi (2004) *Nuorten kokema yksinäisyys ja sen yhteys tulevaisuusorientaatioon*. Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.
- Aittola, Helena (1990) Opiskelijoiden elämänhallinta ja elämisen mahdollisuudet. Teoksessa Aittola, Helena & Aittola, Tapio (toim.): *Yliopisto elämismaailmana. Opiskelun ja hallinnon muutosprosessit 1980-luvun yliopistossa*. Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunta, julkaisusarja 31/1990, 25-44. Jyväskylä: Kopi-Jyvä Oy.
- Aittola, Helena & Aittola, Tapio (1990) Yliopisto-opiskelu elämänvaiheena ja opiskelunmielekkyyys. Teoksessa Aittola, Helena & Aittola, Tapio (toim.): *Yliopistoelämismaailmana. Opiskelun ja hallinnon muutosprosessit 1980-luvun yliopistossa*. Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunta, julkaisusarja 31/1990, 7-24. Jyväskylä: Kopi-Jyvä Oy.
- Aittola, Tapio (1998) Yliopisto oppimisympäristönä. Teoksessa Laurinen, Leena (toim.): *Koti kasvattajana, elämä opettajana*, 190-212. Juva: Atena.
- Alasuutari, Pertti (2007) *Laadullinen tutkimus*. Vastapaino, Tampere.
- Annala, Helka (2000) Yliopisto-opiskelun alkuvaihe opiskelijoiden kokemana – opiskeluvaikeudet ja ohjaus. Teoksessa Luukkonen, Jaakko & Liuska, Hanne (toim.): *Yliopisto-opiskelu ja opiskelijan työ*. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan opetusmonisteita ja selostuksia 81, 39-62. Oulu: Oulun yliopistopaino.
- Arnett, Jeffrey (2004) *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties*. New York: Oxford University Press.
- Aro, Mikko (2003) Pitääkö koulutus lupauksensa? *Sosiologia* 40, 4, 313–328.
- Aurelie, Mary (2012) *The Illusion of the Prolongation of Youth – Transition to Adulthood among Finnish French Female University Students*. Tampere: Tampere University Press.
- Bauman, Zygmunt (1997) *Sosiologinen ajattelu*. Tampere: Vastapaino.
- Bauman, Zygmunt (2001) *Community. Seeking Safety in A Insecure World*. Cambridge: Polity.
- Bauman, Zygmunt (2002) *Notkea moderni*. Tampere: Vastapaino.
- Beck, Ulrich (1992) *Risk Society: Towards a New Modernity*. London: Sage.
- Beck, Ulrich (1995) Poliitiikan uudelleen keksiminen: kohti refleksiivisen modernisaation teoriaa. Teoksessa Beck Ulrich, Giddens Anthony & Lash Scott (toim.) *Nykyajan jäljillä*, 11-82. Tampere: Vastapaino.
- Beck, Ulrich & Beck-Gernsheim, Elisabeth (2002) *Individualization. Institutionalized Individualism and its Social and Political Consequences*. London, Thousand Oaks & New Delhi: SAGE Publications.
- Block, Peter (2008) *Community : the structure of belonging*. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers.

- Bourdieu, Pierre (1986) The Forms of Capital. Teoksessa Richardson, John G. (toim.): *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*, 241–258. Connecticut: Greenwood Press.
- Bourdieu, Pierre & Passeron, Jean-Claude (1979) *The Inheritors*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bourdieu, Pierre & Wacquant, Loic J.D. (1995) Refleksiivisen sosiologian tarkoitus. Teoksessa Bourdieu, Pierre & Wacquant, Loic J.D., *Refleksiiviseen sosiologiaan*, 85-256. Joensuu: Joensuu University Press.
- Boyer, Ernest L. (1992) *Campus life: in search of community*. Princeton: University Press.
- Cacioppo, John T. & Patrick, William (2008) *Loneliness. Human Nature and the Need for Social Connection*. New York: Norton.
- Cavanagh, Allison (2009) From Culture to Connection – Internet Community Studies. *Sociology Compass* 3, 1, 1-15.
- Day, Graham (2006) *Community and everyday life*. London: Routledge.
- DiPrete, Thomas & Eirich, Gregory M. (2006) Cumulative Advantage as a Mechanism for Inequality – A Review of Theoretical and Empirical Developments. *Annual Review of Sociology* 32, 271-297.
- Eskola, Antti & Suoranta, Juha (2008) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Jyväskylä: Vastapaino.
- Furlong, Andy & Cartmel, Fred (1997) *Risk and Uncertainty in the youth transition*. *Young* 5: 1, 3-20.
- Giddens, Anthony (1991) *Modernity and Self-Identity – Self and Society in the Late Modern Age*. Cambridge: Polity.
- Gronow, Jukka, Noro, Arto & Töttö, Pertti (1996) *Sosiologian klassikot*. Helsinki: Gaudeamus.
- Harva, Urpo (1954) *Yksilö ja yhteisö*. Helsinki: Otava.
- Hautamäki, Antti (1996) *Yksilö modernin murroksessa*. Helsinki: Gaudeamus.
- Heikkilä, Matti (2000) Syrjäytymisen tutkimus 1990-luvulla. Teoksessa Heikkilä, Matti & Karjalainen, Jouko (toim.): *Köyhyys ja hyvinvointivaltion murros*, s.167-181. Helsinki: Gaudeamus,
- Helne, Tuula (2000) Toiseudesta yhteisyyteen – kysymyksiä syrjäytymiskeskustelun olettamuksista. Teoksessa Heikkilä, Matti & Karjalainen, Jouko (toim.): *Köyhyys ja hyvinvointivaltion murros*, s.182-200. Helsinki: Gaudeamus.
- Helne, Tuula (2002) *Syrjäytymisen yhteiskunta*. Helsinki: Stakes, Tutkimuksia 123.
- Helsingin Sanomat (2012) *Työttömyyttä Facebookin aikaan*, 30.10.2012.
- Helve, Helena (2002) *Arvot, muutos ja nuoret*. Helsinki: Yliopistopaino.

- Hentilä, Jenni (2008) *Tulevaisuus ystävättömänä yksinäisenä pelottaa – Yliopisto-opiskelijoiden kokemuksia yksinäisyydestä*. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Kandidaatin tutkielma.
- Hoikkala, Tommi (1993) *Katoaako kasvatus, himmeneekö aikuisuus? Aikuistumisen puhe ja kulttuurimallit*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hoikkala, Tommi (1998) Aikuistumisen paradoksi. Teoksessa Saksala, Elina (toim.): *Muutoksen sosiologia*, 134-141. Jyväskylä: Yle-opetuspalvelut.
- Hoikkala, Tommi & Paju, Petri (2002) Sukupolvitutkimus ja nuorisopolitiikka. Teoksessa Silvennoinen, Heikki (toim.): *Nuorisopolitiikka Suomessa 1960-luvulta 2000-luvulle*, 14–32. Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 29. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.
- Hunt, Stephen (2005) *The life course. A Sociological Introduction*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Hänninen, Vilma (2003) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Ilmonen, Kaj (2002) Luottamus paikallisiin instituutioihin ja verkostoihin. Teoksessa Ruuskanen, Petri (toim.): *Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveystalouteen*, 136–160. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jokinen, Kimmo (2005) Yksinäisyys ajan ilmiönä. Teoksessa Jokinen, Kimmo (toim.): *Yksinäisten sanat. Kirjoituksia omasta tilasta, erillisyydestä ja yksinäisyydestä*, 9–36. Jyväskylän yliopisto, Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja. Saarijärvi: Gummerus.
- Jyväskylän yliopisto (2012). *Student life – tukea opiskelijan elämän eri kanteille*. <https://www.jyu.fi/opiskelu/studentlife> [viitattu 4.12.2012]
- Järvinen, Katriina & Kolbe, Laura (2007) *Luokkaretkellä hyvinvointiyhteiskunnassa: nyky-sukupolven kokemuksia tasa-arvosta*. Helsinki: Kirjapaja.
- Kangasniemi, Jukka (2008) *Yksinäisyyden kokemisen avainkomponentit Yleisradion teksti-television Nuorten palstan kirjoituksissa*. Jyväskylä Studies in Humanities 107. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.
- Kela (2012) *Opintotuki*. <http://kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/300608102024HO?OpenDocument> [viitattu 1.11.2012].
- Keltikangas-Järvinen, Liisa (2010) *Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot*. Helsinki: WSOY.
- Knubb-Manninen, Gunnel & Sarja, Anneli (2003) Yhteisöllisyys oppimisen tukena laatu-yksikössä. Teoksessa Knubb-Manninen, Gunnel (toim.) *Laadun tekijät – havainnot ja yliopisto-opetuksesta*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino, 57-75.
- Kunttu, Kristina & Huttunen, Teppo (2009) *Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2008*. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.
- Laine, Kaarina (1998) Finnish Students' Attributions for School-based Loneliness. *Scandinavian Journal of Educational Research*, Vol. 42, 4, 401–413.
- Laine, Kaarina (2005) *Minä, me ja muut sosiaalisissa verkoistoissa*. Helsinki: Otava.

- Larsen, Ulrik (2000) *Frafald og Studiemiljø. Studenterrådet ved Aarhus Universitet*. Aarhus: Aarhus Universitet.
- Lehtonen, Heikki (1990) *Yhteisö*. Tampere: Vastapaino.
- Lähteenmaa, Jaana (2002) *Myöhäismoderni nuorisokulttuuri. Tulkintoja ryhmistä ja ryhmiin kuulumisten ulottuvuuksista*. Helsinki: Hakapaino Oy.
- McAdams, Dan P. (1993) *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York: William Morrow.
- Maffesoli, Michel (1995) *Maailman mieli. Yhteisöllisen tylyn muodoista*. Helsinki: Gaudamus.
- Malmberg, Lars-Erik (1994) *Future-orientation of Finnish Students*. Reports from the Faculty of Education, Åbo Akademi University, 1236-0856, No. 1.
- Mannisenmäki, Eija & Valtari, Maarit (2005) *Valmistumisen vallihaudalla. Opintojen kesto 2000-luvun hyvinvointivaltiossa*. Helsinki: Edita.
- Marin, Marjatta (2005) Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Sankari, Anne & Jyrkämä, Jyrki (toim.): *Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa*, 17–48. Tampere: Vastapaino.
- Merenheimo, Juhani (2000) Yliopiston opiskelijoiden elämänhallinnan tunne. Seuranta- ja vertaileva tutkimus yliopiston opiskelijoiden elämänhallinnan tunteesta ja siihen yhteydessä olevista tekijöistä. Teoksessa Luukkonen, Jaakko & Liuska, Hanne (toim.): *Yliopisto-opiskelu ja opiskelijan työ*, 11–38. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan opetusmonisteita ja selostuksia 81. Oulu: Oulun yliopistopaino.
- Merenluoto, Satu (2009) Nuori ja nopea valmistuja – Mitä me etsimme ja mitä saamme? Teoksessa Aarrevaara, Timo & Saarinen, Taina (toim.) *Kilvoittelusta kilpailuun?: artikkelikokoelma korkeakoulututkimuksen juhlasymposiumista 25.-26.8.2008*, s.173-188. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos.
- Moisio, Pasi & Rämö, Tuomas (2007) Koettu yksinäisyys demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan Suomessa vuosina 1994 ja 2006. *Yhteiskuntapolitiikka* 72, 4, 392–401.
- Moore, DeWayne & Schultz, Norman, R. Jr (1983) Loneliness at adolescence. Correlates, attributions and coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 12, 2, 95–100.
- Mäkelä, Katariina 2010. *Kukaan ei kuule hiljaista huutoani – Itsensä yksinäisiksi kokevien korkeakouluopiskelijoiden kokemuksia yksinäisyytensä syistä*. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.
- Mäkitarkka, Joukko (2001) *Bileitä ja sitsejä: korkeakouluopiskelijoiden ajatuksia yhteisöllisyydestä: Nyyti ry:n Yhdessä yhteisöksi-projektin esikartoitus*. Helsinki: Nyyti.
- Nurmi, Jari-Erik (1991) *How do adolescents see their future?: a review of the development of future orientation and planning*. *Development Review* 11, 1-59.

- Näre, Sari (1992) Liisa Älä! Älä! -maassa. Tyttöjen autonomian säätely. Teoksessa Näre, Sari & Lähteenmaa, Jaana (toim.): *Letit Liehumaan. Tyttökulttuuri murroksessa*, 25–36. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Ojala, Eija Maarit & Kontula, Osmo (2002) *Tarvitseeko minua kukaan?* Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D40, Väestöntutkimuslaitos. Helsinki: Väestöliitto.
- Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä (2003:27) *Korkeakoulujen opintoaikojen lyhentämisen toimenpideohjelma*. Helsinki: Opetusministeriö.
- Opiskelijan elämää (2005). FSD2103, versio 3 (2005-09-13). Helsinki: Opiskelijajärjestöjen tutkimussäätiö Otus rs & Helsinki: Nuorisotutkimusseura ry [tuottajat], 2004. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [jakaja].
- Peplau, Letitia Anne & Perlman, Daniel (1982) Perspectives on Loneliness. Teoksessa Peplau, Letitia Anne & Perlman, Daniel (toim.): *Loneliness. A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*, 1–20. New York: Wiley & Sons.
- Petäjäjärvi, Marika (2009) *Korkeakouluopiskelijoiden hyvinvoinnin ulottuvuudet ja vajeet*. Kuntoutustieteen pro gradu -tutkielma. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Putnam, Robert D. (2000) *Bowling Alone. The Collapse and Revival of American Community*. Simon & Schuster, New York.
- Pyörälä, Eeva (1995) Kvalitatiivisen tutkimuksen metodologiaa. Teoksessa Leskinen, Jaako (toim.) *Laadullisen tutkimuksen risteysasemalla*. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus, 11-26.
- Raitanen, Marko (2005) Aikuistuminen. Uusi vaihe elämässä vai uusi elämä vaiheessa? Teoksessa Sankari, Anne & Jyrkämä, Jyrki (toim.): *Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa*, 187–224. Tampere: Vastapaino.
- Redfield, Robert (1971) *The Little Community, and The Peasant Society and Culture*. Chicago: University of Chicago Press.
- Revenson, Tracey (1981) Coping with Loneliness. The Impact of Causal Attributions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 4, 565–571.
- Riesman, David (1964) *The Lonely Crowd. A study of the changing American character*. New Heaven & London: Yale University Press.
- Roos, J.P. (1987) *Suomalainen elämä. Tutkimus tavallisten suomalaisten elämänkerroista*. Hämeenlinna: SKS.
- Roos, J.P. (1988) *Elämäntavasta elämäkertaan. Elämäntapaa etsimässä 2*. Jyväskylä: Gummerus.
- Ruuskanen, Petri (2002) Sosiaalinen pääoma hyvinvointipoliittisessa keskustelussa. Teoksessa Ruuskanen, Petri (toim.): *Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille*, 5–27. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Saari, Juho (2010) *Yksinäisten yhteiskunta*. Helsinki: WSOYpro.
- Saaristo, Kimmo & Jokinen, Kimmo (2004) *Sosiologia*. Juva: WSOY.

- Sankari, Anne & Jyrkämä, Jyrki (2005) Esipuhe. Teoksessa Sankari, Anne & Jyrkämä, Jyrki (toim.): *Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa*, 1–16. Tampere: Vastapaino.
- Saresma, Tuija (2005) Teen runosta rakastetun. Taideomaelämäkertojen sukupuolittuneet yksinäisyyskuvaukset. Teoksessa Jokinen, Kimmo (toim.): *Yksinäisten sanat. Kirjoituksia omasta tilasta, erillisyydestä ja yksinäisyydestä*, 37–128. Jyväskylän yliopisto, Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja. Saarijärvi: Gummerus.
- Savioja, Hannele (2007) Koulutekijät nuorten syrjäytymisriskiä selittämässä. Teoksessa Alatupa, Saija (toim.) *Koulu, syrjäytyminen ja sosiaalinen pääoma: löytyykö huono-osaisuuden syy koulusta vai oppilaasta, 140-160*. Helsinki: Sitra.
- Sihvola, Suvituuli (2007) *Valinnan pakot ja mahdollisuudet: nuorten akateemisten naisten elämänpoliittiset ristiriidat ja selviytymiskeinoista koostuvat elämäntyylit*. Helsingin yliopisto. Sosiaalipolitiikan laitos.
- Suomen Akatemia (2010) *Eettiset ohjeet*. <http://www.aka.fi/fi/A/Tutkijalle/Rahoituksenkaytto/Eettiset-ohjeet/1-Hyva-tieteellinen-kaytanta/> [viitattu 10.3.2011.].
- Suomen virallinen tilasto (2012a) *Opintojen kulku*. ISSN=1799-1005. http://www.stat.fi/til/opku/2010/opku_2010_2012-03-20_tie_001_fi.html Helsinki: Tilastokeskus [viitattu 8.8.2012].
- Suomen virallinen tilasto (2012b) *Koulutukseen hakeutuminen*. ISSN=1799-4500. <http://www.stat.fi/til/khak/index.html> Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 8.8.2012].
- Suomen virallinen tilasto (2012c) *Opiskelijoiden työssäkäynti*. ISSN=1798-999X. <http://www.stat.fi/til/opty/> Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 20.9.2012].
- Suomen virallinen tilasto (2012d) *Oppilaitostilastot 2011*. ISSN(SVT): 1796-0479 <http://www.stat.fi/tup/julkaisut/julkaisuluettelo/kuvailusivu.html?ID=7735> Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 13.11.2012].
- Syrjälä, Leena (2010) Elämäkerrat ja tarinat tutkimuksessa. Teoksessa Aaltola, Juhani ja Valli, Raine (toim.): *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Juva: PS-kustannus, 247-261.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2009) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Turkle, Sherry (2011) *Alone Together: why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books.
- Työ- ja elinkeinotoimisto (2011) *Alle 25-vuotiaat ja työmarkkinatuki*. http://www.mol.fi/mol/fi/00_tyonhakijat/07_tyottomuus/01_tyottomuysturva/01_edellytykset/03_tmtuki_alle_25-v/index.jsp [Viitattu 8.8.2012.]
- Viinamäki, Leena (1999) Periodielämää? Tutkimus vuonna 1966 syntyiden ylitorniolaisten opiskelu- ja työssäkäyntireiteistä. Acta Universitatis Lapponiensis 26. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

- Viitaniemi, Sari (2011) *Yliopisto-opiskelijoiden kokema yksinäisyys - Tarkastelun kohteena Nyyti ry:n Yksinäisyys-nettiryhmään kirjoitetut viestit*. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden yksikkö. Pro gradu -tutkielma.
- Wacquant, Loic J.D. (1995) Kohti sosiaalista prakseologiaa: Bourdieun sosiologian rakenne ja logiikka. Teoksessa Bourdieu, Pierre & Wacquant, Loic J.D., *Refleksiiviseen sosiologiaan*, 20-84. Joensuu: Joensuu University Press.
- Weiss, Robert (1973) *Loneliness. Social and emotional isolation*. Massachusetts: MIT-press.
- Yhteisvastuu (2011) *Kyselytutkimus yksinäisyydestä*. <http://www.yhteisvastuu.fi/?did=488> [viitattu 14.3.2011].
- Ziehe, Thomas (1991) *Uusi nuoriso*. Tampere: Vastapaino.