

**PITKÄAIKAISTYÖTTÖMIEN YKSINÄISYYS
ERiarvoisuuden ilmentymänä**

Mikko Kasanen
Pro gradu-tutkielma
Sosiaalityö
Yhteiskuntatieteiden
ja filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
syksy 2018

PITKÄAIKAISTYÖTTÖMIEN YKSINÄISYYS ERIARVOISUUDEN ILMENTYMÄNÄ

Mikko Kasanen

Sosiaalityö

Pro gradu-tutkielma

Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos

Jyväskylän yliopisto

Ohjaaja: Mikko Mäntysaari

Syksy 2018

Sivumäärä: 58 sivua + 1 liite

Pro gradu-tutkielmassani tutkin pitkäaikaistyöttömien sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden yhteyttä eriarvoisuuteen, joka on tässä tutkimuksessa määritelty taloudelliseksi tilanteeksi, statusahdistukseksi ja sosiaalisesti pääomaksi, joka jakautuu sosiaaliseen epäluottamukseen ja ryhmätoimintoihin osallistumiseen. Käsittelen pitkäaikaistyöttömiä ryhmänä, joka kokee eriarvoisuutta verrattuna työssäkäyviin, joka heijastuu työttömien kokemaan yksinäisyyteen. Yksinäisyydellä on osoitettu olevan monia terveys- ja hyvinvointivaikutuksia, joten yksinäisyyden ymmärtäminen on tärkeää sen ehkäisemiseksi ja lieventämiseksi sosiaalityön keinoin.

Tutkielman aineisto on kerätty osana valtakunnallista PROMEQ-hanketta, jossa tutkitaan eriarvoisten ryhmien hyvinvointia ja terveyttä. Aineisto on kerätty lomakekyselyllä, jota käsitellään määrällisin menetelmin. Käytän aineiston analyysissä lineaarista regressiomallia, jolla tutkin eriarvoisuuden ja oleellisten taustamuuttujien vaikutusta sosiaaliseen ja emotionaaliseen yksinäisyyteen.

Pitkäaikaistyöttömien yksinäisyys selittyi erittäin vahvasti statusahdistuksen kautta. Verrattuna Suomen keskiarvoon pitkäaikaistyöttömät kokivat myös useammin statusahdistusta. Työttömyys esiintyy tutkimuksen perusteella statukselle haitallisena, joka heijastuu yksinäisyyden kokemuksena. Toisiin ihmisiin luottamattomuus esiintyy analyysissä toisena yksinäisyyttä selittävänä eriarvoisuuden ilmentymänä. Taloudellinen tilanne oli aluksi yksinäisyyttä selittävä, mutta statusahdistuksen ja epäluottamuksen vakioimisen jälkeen taloudellinen tilanne ei enää selittänyt yksinäisyyttä. Ryhmätoimintoihin osallistuminen ei vastoin odotuksia esiintynyt yksinäisyyttä vähentävänä tekijänä. Tämä tutkimus antaa lisää näyttöä statuksen tärkeydestä ja sen puutteen vaikutuksista yksilön hyvinvointiin.

Avainsanat: yksinäisyys, eriarvoisuus, sosiaalinen pääoma, status, statusahdistus, epäluottamus, työttömyys, pitkäaikaistyöttömyys

Sisällysluettelo

1. JOHDANTO	1
2. TEOREETTINEN VIITEKEHYS	3
2.1. Yksinäisyys	3
2.2. Työttömyys	7
2.3. Eriarvoisuus	10
2.3.1. Tulotaso.....	12
2.3.2. Statusahdistus.....	13
2.3.3. Sosiaalinen pääoma: epäluottamus ja yhteisöihin osallistuminen	14
2.4. Teoreettisen taustoituksen yhteenveto	15
3. AINEISTO JA MENETELMÄT	17
3.1. Tilastolliset menetelmät	20
3.2. Vastaajien taustatiedot	23
3.3. Mittarit, deskriptiivinen analyysi ja aineiston muokkaaminen	24
3.3.1. Yksinäisyys	24
3.3.2. Eriarvoisuus	30
3.3.3. Demografiset muuttujat	36
4. USEAN MUUTTUJAN ANALYYSI	40
4.1. Yksinäisyyden ja eriarvoisuuden korrelaatiokertoimet sekä multikollineaarisuus.....	40
4.2. Regressiomalli.....	42
5. LOPPUTULOKSET JA POHDINTA	45
6. LÄHTEET.....	49
Liite 1: PROMEQ WP4 Kyselylomake	59

TAULUKOT

TAULUKKO 1. Vastaajien taustatiedot (N = 427)	23
TAULUKKO 2. Yksinäisyyden ja eriarvoisuuden korrelaatiokertoimet	40
TAULUKKO 3. Selittävien muuttujien Tolerance ja VIF	41
TAULUKKO 4. Usean muuttujan lineaarinen regressioanalyysi	42

KUVIOT

KUVIO 1. Sosiaalisen yksinäisyyden jakauma	27
KUVIO 2. Emotionaalisen yksinäisyyden jakauma	28
KUVIO 3. Pitkäaikaistyöttömien yksinäisyys	30
KUVIO 4. Statusahdistus	31
KUVIO 5. Taloudellinen tilanne.....	33
KUVIO 6. Epäluottamus toisiin ihmisiin.....	34
KUVIO 7. Ryhmätoimintaan osallistumisen aktiivisuus	35
KUVIO 8. Sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys ikävuosien mukaan tarkasteltuna...	36
KUVIO 9. Statusahdistus ikävuosittain tarkasteltuna	37
KUVIO 10. Yksinäisyys koulutustason mukaan tarkasteltuna.....	38
KUVIO 11. Yksinäisyys sukupuolittain tarkasteltuna	38
KUVIO 12. Yksinäisyys parisuhdetilanteen mukaan tarkasteltuna.....	39

1. JOHDANTO

Pitkäaikaistyöttömiä on Suomessa tällä hetkellä noin 70 000 ja heidän määränsä on tasaisesti vähentynyt viimeisen vuoden aikana (Kuusela, 2018). Työttömyyden laskuun on vaikuttanut positiivinen talouden kehitys, kohonnut työvoiman kysyntä ja työttömien tilastoinnin muokkaantuminen (Alatalo 2018, 44–45). Vaikka työttömyys on ollut viime aikoina laskussa, pitkäaikaistyöttömiä on vielä merkittävä määrä suhteessa työttömyyden tuottamiin hyvinvoinnin vajaisiin. Työttömyydellä on vakavia vaikutuksia ihmisen psykososiaaliseen toimintaan (Paul & Moser, 2009; Sen 1997). Näihin lukeutuu myös yksinäisyys, sillä työttömät kokevat keskimääräisesti paljon yksinäisyyttä (Moisio & Rämö 2007, 395).

Yksinäisyystutkimuksen popularisoija Robert Weiss kirjoittaa vuonna 1973, että yksinäisyyttä oli tutkittu erittäin vähän ja vaikka ilmiö oli tunnettu, tutkijat eivät aihetta käsitelleet (Weiss 1973, 9). Myös Suomessa yksinäisyydestä kirjoittaminen on jäänyt perinteisesti vähäiselle tasolle. Yksinäisyydestä ja sen vaikutuksista on kiinnostuttu onneksi Suomessakin 2000-luvulle tultaessa enenevässä määrin. (Saari 2016a, 10, 13.) Yksinäisyyden tutkimuksista saadut tulokset ovat alkaneet puhututtaa tiedeyhteisöä ja yhteiskuntaa laajemminkin viime aikoina ja yksinäisyyden vakavuudelle on herätty. American Psychology Associationin vuoden 2017 vuosikokouksessa esiteltiin useita tutkimuksia, joiden viestinä oli, että yksinäisyys on mahdollisesti suurempi ongelma julkiselle terveydelle kuin liikalihavuus (Wood 2017). Yksinäisyys alettiin huomioida myös politiikassa, sillä vuoden 2018 alussa Ison-Britannian pääministeri julkisesti lausui yksinäisyyden suureksi ongelmaksi ja toimeenpani komission yksinäisyyden vähentämiseksi (Gov.uk 2018). Myös sosiaalityön tulee ottaa huomioon yksinäisyyteen liittyviä tekijöitä, koska sosiaalinen eristyneisyys on ehdotettu yhdeksi sosiaalityön isoksi haasteeksi (Lubben, Gironde, Sabbath, Kong & Johnson 2015). Sosiaalityön tulee ymmärtää yksinäisyyttä, jotta sitä voidaan asiakastyössä ja poliittisin keinoin ehkäistä.

Juho Saari kirjoittaa (2016b, 34–37), että yksinäisyys on statuksen kautta esiintyvä ilmiö, jossa status tarkoittaa koettua paikkaa yhteiskunnan hierarkiassa. Status vaikuttaa hyvinvointiin statusahdistukseksi (*status anxiety*) kutsutun ilmiön kautta, joka viittaa ihmisen kokemaan ahdinkoon, jota tämä kokee huonosta statuksestaan yhteiskunnassa (Delhey & Dragolov 2014).

Sain Saareltä (2016b, 34–38) idean tähän tutkimukseen eli jos hänen mukaansa yleisen hyvinvoinnin lisäksi myös yksinäisyys ilmenee statuksen kautta, niin yksinäisyyden ja statuksen yhteyttä voitaisiin selvittää enemmän. Halusin liittää tällaiseen tarkasteluun myös muita oleellisia muuttujia, jolloin huomasin statuksen ja statusahdistuksen olevan osa eriarvoisuudeksi kutsuttua kokonaisuutta, jota tarkastellaan tässä tutkimuksessa mahdollisena yksinäisyyden selittäjänä.

Suomen ja muiden pohjoismaiden käsitetään olevan Euroopan tasa-arvoisimpia (Stm.fi 2015), mutta Suomessakin eriarvoisuus näyttäisi vaikuttavan ihmisten hyvinvointiin (Ahonen 2016). Eriarvoisuuden terveys- ja hyvinvointivaikutukset tulevat esiin aiemman kirjallisuuden mukaan tulotason, sosiaalisen pääoman ja statusahdistuksen kautta. Toisin sanoen yhteiskunnallinen eriarvoisuus tuottaa näitä asioita, jotka vuorostaan tuottavat eriarvoista hyvinvoinnin jakautumista. (Layte 2012.)

Haluan selvittää, että onko yksinäisyyden ja eriarvoisuuden välillä yhteyttä pitkäaikaistyöttömien keskuudessa. Vaikka eriarvoisuuden ilmentymillä on nähty aiemmissa tutkimuksissa olevan yhteyttä terveyteen ja hyvinvointiin (Ahonen 2016; Delhey & Dragolov 2014; Layte 2012), eriarvoisuuden ja yksinäisyyden yhteyttä ei olla tietääkseni aiemmissa tutkimuksissa selvitetty. Rajaus työttömiin on tässä oleellinen, koska oletan työttömyyden olevan eriarvoisuutta tuottava yhteiskunnallinen tila, joka heijastuu työttömien kokemaan yksinäisyyteen. Selvitän eriarvoisuuden yhteyttä yksinäisyyteen lineaarisella regressioanalyysillä.

Tutkimuskysymyksenä on: onko pitkäaikaistyöttömien joukossa eriarvoisuuden ilmentymillä eli taloudellisella tilanteella, sosiaalisella pääomalla ja statusahdistuksella yhteyttä heidän kokemaansa yksinäisyyteen?

2. TEOREETTINEN VIITEKEHYS

2.1. Yksinäisyys

Yksinäisyyttä on tutkittu monella eri tieteenalalla, jotka ovat määritelleet yksinäisyyttä eri tavoin. Perlman & Peplau (1982) tunnistavat kahdeksan eri teoriaa, joiden kautta yksinäisyyttä voidaan käsitellä. Tälle tutkimukselle relevanteimmat teoriat näistä ovat interaktionistinen teoria, kognitioteoria ja sosiologinen teoria. Suosituin yksinäisyyden määritelmä tulee kognitioteorialta. Sen määritelmän mukaan yksinäisyys on ristiriita yksilön sosiaalisten suhteiden määrässä suhteessa sosiaalisten suhteiden odotuksiin ja tarpeisiin.

Stein & Tuval-Mashiach (2015, 212–213) ovat kritisoineet tätä määritelmää yksinäisyydestä väittämällä, että tyytymättömyys sosiaalisiin suhteisiin ei välttämättä johda yksinäisyyden kokemukseen, koska ihmiset voivat olla tyytymättömiä johonkin sosiaalisuuden osa-alueeseen mutta ei toiseen. Esimerkiksi ihmisellä voi olla paljon ystäviä mutta ei intiimiä suhdetta kehenkään heistä. Tällöin yksinkertainen tyytymättömyys suhteisiin ei ole riittävä määrittelemään yksinäisyyttä Steinin ja Tuval-Mashiachin mukaan.

Väitän, että Steinin ja Tuval-Mashiachin esittämä kritiikki kognitioteorian määritelmästä ei ole merkityksellistä. Jo Robert Weiss (1973, 17–22) jaottelee yksinäisyyden sosiaaliseen ja emotionaaliseen puoleen. Sosiaalinen yksinäisyys tarkoittaa, että henkilöllä on puutteita sosiaalisiin verkostoihin pääsyssä. Mikäli ihmisellä ei ole tarpeeksi mahdollisuuksia osallistua sosiaalisiin verkostoihin, ei ole myöskään mahdollisuuksia muodostaa sosiaalisia suhteita ihmisiin, joihin hän haluaisi olla yhteydessä. Emotionaalinen yksinäisyys tarkoittaa, että vaikka henkilöllä olisi mahdollista olla yhteydessä muihin, hän kokee silti olevansa yksinäinen. Yleensä tämä tarkoittaa läheisten ihmisten kuten parhaan ystävän tai parisuhteen puutetta. Lukija saattaa huomata, että Weissin jaottelu on sama kuin Steinin ja Tuval-Mashiachin esittämät sosiaalisten suhteiden muodot, joita he käyttivät kognitioteorian määritelmän kritisointiin. Ongelmana kyseiselle kritiikille on, että sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden jaottelut eivät ole toisiaan kumoavia. Molemmat näistä ovat yksinäisyyttä ja ne ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa (Dahlberg & McKee 2014, 510). Yksinäisyys on yleisesti operationalisoitu näiden ulottuvuuksien tulokseksi. Stein ja Tuval-Mashiach väittävät, että yksinäisyys ei voi olla sosiaalisiin suhteisiin tyytymättömyyttä, koska yksinäisyys on ainakin

kaksiulotteista. Samaan aikaan valtavirtaa edustava kognitioteoriaan tukeutuva yksinäisyystutkimus (Stein & Tuval-Mashiach 2015, 212) ottaa saman kaksiulotteisen tarkastelun huomioon (de Jong Gierveld, van Tilburg & Dykstra 2016, 3). Tällöin heidän kritiikkinsä voidaan jättää huomiotta ja yksinäisyystutkimusta voidaan jatkaa oletuksella, että yksinäisyys on tyytymättömyyttä sosiaalisiin suhteisiin, kunhan tutkimuksessa huomioidaan monta ulottuvuutta.

Olennessa yhtenäistä sosiaaliselle ja emotionaalillem yksinäisyydelle on, että ne kuvastavat sosiaalisten suhteiden puutteita, jotka muodostavat kaipuun suhteille, jotka paremmin vastaisivat yksilön tarpeita (Weiss 1973). Perlman & Peplau (1982) kutsuvat Weissin lähestymistapaa interaktionistiseksi teoriaksi.

Robert Weiss (1973, 17–22) erottelee toisistaan myös yksin olon ja yksinäisyyden. Weiss kirjoittaa klassisessa yksinäisyystutkimuksessaan, että yksinäisyys ei johdu yksin olostaa vaan tarpeellisten sosiaalisten suhteiden puutteesta. Vaikka yksin oleminen on yhteydessä yksinäisyyteen, ne eivät ole välttämättömästi kausaalisia. Ensinnäkin ihmiset voivat olla vapaaehtoisesti yksin, jolloin yksin olo ei johda yksinäisyyden kokemukseen. Toisaalta on myös huomattu, että vaikka ihmisillä on suuri sosiaalinen verkosto, he voivat silti kokea yksinäisyyttä (Hawkley & Cacioppo 2010, 1). Yksinäisyyden ja yksin olon erottelulle löytyy myös työttömyystutkimuksesta tukea, sillä Heikki Ervastian tutkimuksessa (2003, 134) työttömyyden aikaiset sosiaaliset suhteet koettiin 75 % tapauksista samanlaisiksi kuin työssäkäynnin aikana, mutta lähes puolet vastaajista kokivat siitä huolimatta lisääntyneitä yksinäisyyttä.

Yksinäisyyttä on kuvailtu psykososiaaliseksi ongelmaksi, joka lisäksi johtaa fysiologisiin vaivoihin. Selkeää mekanismia yksinäisyyden ja terveydellisten ongelmien välillä ei vielä tunneta, mutta todisteita jonkinlaisesta yhteydestä löytyy. (Segrin, Burke, & Badger 2016, 131.) Kausaalisuuden suunnasta ei olla myöskään yksimielisiä eli voi olla, että fyysisen kyvykkyyden rajoitteet voivat johtaa rajoittuneeseen sosiaaliseen elämään ja siten yksinäisyyteen. Esimerkiksi ikääntyneitä ihmisiä tutkineessa pitkittäistutkimuksessa osoitettiin, että positiiviset muutokset fyysisessä terveydessä olivat yhteydessä vähentyneeseen yksinäisyyteen (Victor & Bowling 2012).

John Cacioppo ja William Patrick järkeilevät (2009, 7, 15), että yksinäisyys liittyy ihmisten evoluutioon. He perustelevat, että yksinäisyyden evolutiivinen tausta löytyy samankaltaisesta funktiosta kuin fyysinen kipu. Siinä missä kipu suojaa ihmistä kokemuksilta, jotka ovat fyysisesti vaarallisia, niin yksinäisyys, jota Cacioppo ja Patrick kutsuvat tässä yhteydessä sosiaalisiksi kivuksi, on suojaimekanismi yksin olemiselle. Esi-isämme ovat tukeutuneet sosiaaliseen yhteyteen turvallisuuden ja geenien levittämisen tarkoituksena, joten sosiaalinen eriytyminen on ollut selviytymisen kannalta epäedullista. Sosiaalinen kipu yksinäisyyden muodossa on ollut tällöin hyödyllinen reaktio sosiaalisuuden tukemiseen, koska yksinäisyyttä kokevat hakeutuivat toisien läheisyyteen.

Yksinäisyys on fysiologinen kokemus, joka muuttaa sitä kokevan käyttäytymistä ja näkyy ihmisten fysiologisessa toiminnassa stressihormonien ja immuunijärjestelmän tasolla. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus on ihmisille tarpeellista, mutta hetkittäinen yksinäisyyden kokemus on kuitenkin normaalia. Yksinäisyys on ongelma, kun se kestää tarpeeksi kauan luodakseen itseään ruokkivan negatiivisen kehän. Kehä syntyy, kun pitkittyessään yksinäisyys ja muiden ihmisten negatiivisten arviointien pelko sosiaalisissa tilanteissa muuttavat ihmisten kognitiota, tuottaen viitekehysten, joka tekee sosiaalisen kanssakäymisen yhä vaikeammaksi, koska sosiaalisia tilanteita aletaan tulkita vinoutuneesti. Kehä muuttuu entistä vaikeammaksi purkaa, koska yksinäisyyden lievittämiseen tarvitaan sosiaalista kontaktia, jota on yhä vaikeampi saada kognition muutoksen johdosta mahdollisesti syntyneissä ongelmissa käytöksessä ja sosiaalisten tilanteiden tulkinnassa. (mt. 5, 16, 33–34.)

Cacioppon ja Patrickin kaltaisessa tarkastelussa voi olla riskinä, että ilmiötä aletaan tutkimaan neurofysiologisena ilman sosiaalista kontekstia, joka voi antaa mielikuvan, että yksinäisyys on vain yksilötason ongelma. Nämä huolet eivät pidä paikkaansa, sillä Cacioppon eduksi lasken, että hän huomioi psykofyysisten tekijöiden mukaan myös ympäristön; Cacioppo kirjoittaa (2009, 12, 22–23, 32) geenien ja ympäristön toimivan yhdessä luoden erilaisia sosiaalisuuden tarpeita ja niitä onnistuneesti tai epäonnistuneesti tyydyttäviä mahdollisuuksia. Vaikka persoonalliset tekijät ovat merkittävästi yhteydessä yksinäisyyden kokemiseen, meidän täytyy käyttää myös sosiologista teoriaa, jotta voimme ymmärtää ympäristön eli yhteiskunnan vaikutuksen yksinäisyyteen. Myös Cacioppo (2009, 53) käyttää sosiologista selitystä

kirjassaan tulkitessaan, että nykyajan yhteiskunnan kehitykset sekä politiikka ovat johtaneet elämäntyyliin, jotka osaltaan edistävät yksinäisten ahdinkoa.

Robert Putnam kirjoittaa (2000) tunnetussa amerikkalaisen sosiologian teoksessaan amerikkalaisten yhteisöjen rappeutumisesta. Putnam osoittaa, että amerikkalaisten mahdollisuudet sosiaalisen pääoman¹ kerryttämiseen ovat vähentyneet 1900-luvun lopulle tultaessa. Sosiaaliset kontekstit, yhteisöt ja areenat, joissa sosiaalista pääomaa perinteisesti kerrytettiin, ovat vähemmän osana amerikkalaisten arkea kuin aiemmin ja niiden merkitys amerikkalaisten elämässä on vähentynyt. Sosiaalisella yhteydellä ja sen puutteella on Putnamin mukaan monia muista tekijöistä riippumattomia vaikutuksia yksilön terveyteen ja hyvinvointiin. Putnam liittää sosiaalisen pääoman puutteen myös työttömyyteen, sillä hänen mukaansa sosiaaliset verkostot auttavat ihmisiä löytämään töitä.² Täten voimme olettaa, että sosiaalisen pääoman puute edesauttaa työttömänä pysymistä. Putnam arvioi sosiaalisen elämän muutoksien syiden löytyvän ikäluokkien muuttumisesta, työelämän muutoksista, elektronisen viihteen vaikutuksista ja lähiöistymisestä.

Toisin kuin Cacioppo, joka tarkastelee yksinäisyyttä ensisijaisesti kognitiivisena ilmiönä, Putnam kääntää katseen yhteiskuntaan ja kysyy kuinka yhteiskunnan rakenteet ovat aiheuttamassa amerikkalaisten yksinäisyyttä. Sosiologinen ja kognitiivinen teoria vaikuttavat eroavan toisistaan vain lähinnä yksinäisyyden ensisijaisen syntymekanismin ja käytettävän terminologian suhteen. Kuten Cacioppo myöntää ympäristön vaikutukset yksinäisyyden tuottamiin psykofyysisiin muutoksiin, myös Putnam huomauttaa sosiaalisen pääoman toimivan osittain psyykkisten ja biologisten prosessien kautta (Putnam 2000, 289, 327). Sinänsä kognitio- ja sosiologinen teoria eivät kumoa toisiaan vaan painottavat yksinäisyyden selityksissään eri näkökulmia, jotka täydentävät toisiaan.

Suomalaisesta sosiologian näkökulmasta yksinäisyyttä on tutkinut Juho Saari. Toisin kuin Putnamin tuottama negatiivinen kuva amerikkalaisten sosiaalisten verkostojen ja instituutioiden kehittymisestä, Saari kirjoittaa, että Suomen oloissa koettu yksinäisyys on

¹ Sosiaalinen pääoma on monimutkainen konsepti, johon liittyy paljon määritelmällisiä väittelyjä, mutta yleensä sillä viitataan yhteisöihin ja niistä saataviin resursseihin (Kawachi, Subramanian & Kim 2008; Álvarez & Romaní 2017).

² Sosiaalisten verkostojen tärkeyttä töiden löytämisessä käsittelee laajemmin Mark Granovetter (1995).

pysynyt 90-luvulta asti melko samanlaisena tai jopa vähentynyt.³ Vuonna 2007 noin joka viides yli 15-vuotiaista suomalaisista koki säännöllistä yksinäisyyttä ja on siten laajuudessaan verrattavissa köyhyyteen. (Saari 2016b, 47, 50; Saari 2010, 139–140.) Yksinäisyyden yhteys muihin hyvinvoinnin mittareihin on nähtävissä Suomessakin, sillä yksinäiset ovat keskivertoa useammin masentuneita, surullisia ja vähemmän onnellisia (Saari 2010, 135, 138).

Koettua yksinäisyyttä on alettu käsittelemään samanlaisena terveyden ongelmana kuin esimerkiksi tupakointia (Segrin, Burke & Badger 2016, 146). Eroaviakin näkökulmia kuitenkin löytyy esimerkiksi Jussi Kauhaselta (2016, 112), joka kirjoittaa, että yksinäisyyttä on vaikea vertailla muihin terveysongelmiin, koska yksinäisyys on: ”laaja ja monisäikeinen ilmiö”, jonka takia se tulisi pitää erillään eriytyneemmistä terveyden riskitekijöistä. Kansainvälisessä meta-analyysissä viesti on kuitenkin, että niin yksinäisyydellä kuin sosiaalisten verkostojen puutteellakin on selkeä yhteys kuolleisuuteen, joten sitä tulisi kohdella ongelmana julkiselle terveydelle (Holt-Lunstad, Smith, Baker, Harris & Stephenson 2015).

Tämän tutkimuksen lähtökohtana on Saaren väite, että yksinäisyys ilmentyy yhteiskunnan eriarvoisuuden kautta (Saari 2016b, 34). Käyn seuraavaksi läpi työttömyyden teoreettisen taustoituksen siitä näkökulmasta, että työttömät ovat yhteiskunnan hierarkiassa heikommassa asemassa oleva ryhmä.

2.2. Työttömyys

Työttömillä on yleisesti heikompi fyysinen ja psyykinen terveydentila kuin työssäkäyvillä. Työttömien hyvinvoinnin tutkimusta hankaloittaa kuitenkin, että työttömyyteen liittyy valikoitumista, koska työttömäksi joutuvat ovat valmiiksi vähemmän terveitä kuin työssäkäyvät. Toisaalta työttömänä olemisen itsessäänkin on nähty aiheuttavan terveyden heikentymistä. Työttömien hyvinvoinnin kausaalisuuden suuruudesta eri suuntiin ei ole varmuutta. (Kortteinen & Tuomikoski, 1998, 38–42; Paul & Moser, 2009.) Kansainvälinen meta-analyysi kertoo, että niin työttömäksi valikoituminen kuin työttömyys mekanismina

³ Toisaalta Putnamin johtopäätöksiä Amerikan tilanteesta on kyseenalaistettu myös muun muassa metodologian ja terminologian hämäryyden osalta (Durfaul 2001).

itsessään selittää työttömien alentunutta hyvinvointia ja terveyttä. On mahdollista, että työttömäksi valikoituu irtisanomisen yhteydessä useammin terveyden tilaltaan heikompia henkilöitä, joiden tilanne vain pahenee työttömyyden jatkuessa. Työttömyyteen valikoituminen ja työttömyyden vaikutukset muodostavat terveydelle negatiivisen kehän, jossa työttömyys ylläpitää työttömien huonoa terveyttä ja samalla tuottaa lisää huonoa olotilaa. (Herbig, Dragano & Angerer, 2013, 414.)

Suosituin teoria, joka selittää työttömien heikentyneitä hyvinvointia on Marie Jahodan deprivatioteoria. Jahodan (1981) mukaan työn tekeminen tuottaa palkan lisäksi niin sanottuja latentteja funktioita, jotka lisäävät työssäkäyvän hyvinvointia. Palkka on Jahodan mukaan *manifest* eli ilmiselvä funktio, joka on tarkoituksellinen ja ilmiselvä syy työssä käymiseen. Toisin kuin palkka, latentit funktiot eivät tarkoituksellisesti sisälly työn tekoon, vaan ne ilmenevät tarkoituksettomasti työn teon lomassa. Jahoda kirjaa viisi työstä saatavaa latenttia funktiota. Latentit funktiot ovat: päivään syntyvä aikarytmi, säännöllinen työelämässä tapahtuva sosiaalinen kontakti kollegojen kanssa, työn antama elämän tavoitteellisuus, sosiaalisen statuksen sekä identiteetin ilmentäminen ja arkisen aktiivisuuden vahvistaminen. Nämä asiat ovat työnteon ohessa saatavia hyvinvointia edistäviä asioita, joihin työttömillä ei ole samankaltaista tarkoituksetonta pääsyä, joten työttömien hyvinvointi on tällöin heikompaa suhteessa työssäkäyviin. Jahoda jatkaa, että työn puutteen johdosta työttömät eivät nauti vapaa-ajastaan ja voivat menettää itsekunnioituksensa.

Tämän tutkimuksen kannalta olennaisimmat latenttien funktioiden puutteet ovat ensinnäkin yksinäisyyden kannalta työssä saatava sosiaalinen kontakti. Toinen oleellinen latentti funktio on työstä saatava sosiaalinen status, jonka puutteen johdosta työtön voi kokea lisääntyneitä statusahdistusta.

Jahodan teoria on saanut osakseen myös kritiikkiä, sillä sitä on kutsuttu moralisoivaksi ja asettaa työssäkäynnin normatiivisesti hyveelliseksi. Jahoda olettaa, että työntekeä on normaali ihmisen luonteeseen kuuluva elintila ja siitä poikkeaminen on ongelmallista. Tällöin ainoa tapa selittää työttömyys on paluu niin sanottuun normaaliuteen eli palkkatyöhön, ottamatta huomioon muita ratkaisukeinoja, joilla työttömien ongelmia voidaan ehkäistä ja parantaa. (Cole 2007, 1135, 1145.) Empiirisesti löytyy myös huomioita, että Jahodan latentit funktiot eivät välttämättä selitä niin paljon hyvinvoinnin vajetta kuin aiemmin ajateltiin. Latentit

funktiot selittävät esimerkiksi psyykkistä ahdinkoa muiden merkittävien selittäjien joukossa vain hyvin vähän (Hoare & Machin 2006).

Tälle tutkimukselle merkittävämpi taustateoria tulee Douglas Ezzyltä (1993), joka kirjoittaa työttömäksi joutumisen olevan statuskäytävä (*status passage*). Toisin kuin Jahoda, joka uskoi työttömien terveystilanteiden johtuvan heidän rajoittuneista toimintamahdollisuuksistaan, Ezzy painottaa työttömyyden tuottamaa merkityksenantoa. Ezzyn tarkastelussa työttömien varsinainen objektiivinen tilanne ei ole yhtä tärkeä kuin se, että työttömät ovat sosiaaliselta statukseltaan vähemmän arvostettuja kuin työssäkäyvät, joka ilmenee heidän hyvinvoinnissaan. Oletan, että työttömien alhainen sosiaalinen status voi ilmentyä myös heidän yksinäisyydessään.

Vuonna 2006 yli 10 % työttömistä kokivat itsensä yksinäisiksi ainakin melko usein suhteessa työllisiin, joista vain vajaa 3 % koki itsensä yksinäiseksi samoilla arvoilla (Moisio & Rämö 2007, 395). Työttömien yksinäisyyttä on kvalitatiivisessa tutkimuksessa esiintynyt muun muassa sen takia, että työttömänä on paljon aikaa vatvoa yksinäisyyttään ja ettei ole varaa osallistua sosiaalisiin toimintoihin (Tiilikainen 2016, 144). Toisessa tutkimuksessa työttömäksi joutuneet olivat huolissaan vähentyneistä sosiaalisista kontakteista ja heillä oli kaipuu työpaikan sosiaaliseen ympäristöön, sillä arkena heidän oli mahdollista tavata vain lähinnä muita työttömiä, joka koettiin passivoivana. (Hult, Saaranen & Pietilä 2016, 112.) Jahodan työssäkäynnin sosiaalinen funktio ja sen tärkeys näyttäisi tämän perusteella pitävän paikkaansa.

Yksinäisyyteen liittyen työttömyys tuottaa yhtäältä avioeroja, mutta myös perheen tiiviyttä. Perhe voi olla suojaava tekijä työttömyyden ongelmilta, koska perhe tuottaa yhteisöllisen siteen, joka auttaa toipumaan. Erityisesti miesten osalta työttömyys näyttää kuitenkin johtavan avioeroihin, joka vain pahentaa työttömän tilannetta, koska heidän sosiaalinen epäluottamuksensa kasvaa. (Kortteinen & Tuomikoski 1998, 99, 97, 101.) Yksin asuvilla työttömillä on myös useammin ongelmia toimeentulon kanssa kuin parisuhteessa olevilla (Ervasti 2003, 126).

Pitkäaikaistyöttömyys saattaa johtaa vähentyneisiin kaveri- ja tuttavasuhteisiin, etenkin miesten joukossa. Naisilla on vahvemmat sosiaaliset verkostot työttömyyden jälkeen kuin

miehillä. (Perttilä 2011, 182, 194; Russell 1999.) Empiiristen tulosten perusteella on mahdollista, että sukupuolittuneet terveyden vaikutukset riippuvat siitä, millaiset sukupuoliroolit yhteiskunnassa on. Jos miesten oletetaan olevan perheen elättäjiä, työttömänä ollessa suhteet perheeseen vaikeutuvat ja työttömäksi joutuneen miehen hyvinvointi heikkenee enemmän kuin naisen. (Knabe & Schöb 2016.)

Työttömät ovat monilla tavoin negatiivisesti eriarvoisessa asemassa oleva ryhmä (Sen 1997). Käsitän työttömyyden eriarvoisuutta tuottavana yhteiskunnallisena rakenteena. Myös OECD (2011, 155–157) käsittelee työttömyyttä riskinä sosiaaliselle koheesiolle⁴, ja huomauttaa työttömyyden tuottavan monia terveyden vajeita. ILO (2010, 45) tulkitsee työttömyyden johtavan sosiaalisen koheesion ongelmiin, koska korkeampi työttömyys johtaa tulojen epätasavuuteen. Eriarvoisuutta käsitelläänkin kirjallisuudessa usein nimenomaan tulotasoon liittyvänä eriarvoisuutena. Seuraavassa kappaleessa esittelen tulotasoa laajemman eriarvoisuuden viitekehyksen, joka sisältää henkilökohtaisen talouden lisäksi statuksen ja sosiaalisen pääoman.

2.3. Eriarvoisuus

Richard Wilkinson (1996) kirjoittaa, että eriarvoisemmat yhteiskunnat ovat vähemmän terveitä. Hänen mukaansa sosiaaliset hierarkiat ja sosiaalisen koheesion puute johtavat stressiin, joka johtaa alentuneeseen terveyteen. Wilkinson tuo esiin, että terveys ei ole vain yksilöistä johtuva ongelma vaan terveyden vajeet voidaan paikantaa niitä tuottaviin hierarkkisiin sosiaalisiin rakenteisiin. Wilkinsonin lisäksi eriarvoisuutta paljon tutkinut Michael Marmot (2015, 107–110) tulkitsee, että myös vastakkaista kausaalisuuden suhdetta on esitetty, jolloin oletetaan, että terveyden vajeet johtavat huonompiin sosioekonomisiin tilanteisiin. Marmot myöntää, että luultavasti ympäristö ja terveys ovat yhteydessä toisiinsa molempiin suuntiin, mutta painottaa, että sosioekonominen tilanne on luultavasti vahvempana mekanismina terveyden lopputuloksiin kuin toisin päin.

Marmot (2015, 173, 197) käsittelee työhön liittyen eriarvoisuutta lähinnä siten, että työpaikkojen laadussa on eroja, mutta hän kuitenkin huomioi, että huonolaatuinenkin työ voi

⁴ Sosiaalinen koheesio on laaja käsite, joka voi viitata moneen eri asiaan moneen, mutta sillä tarkoitetaan yleensä koko yhteiskunnan kattavaa kokemusta muun muassa yhteisöllisyydestä, luottamuksesta ja yhteenkuuluvuudesta (OECD 2011, 53).

olla parempi kuin ei työtä ollenkaan. Marmotin mukaan työnteko on erittäin tärkeää ja hyvä työ tuottaa tekijälleen voimaantumista. Tämän perusteella voidaan siis tulkita, että työttömät ovat eriarvoisia hyvinvoinnin ja terveyden kannalta verrattuna työllisiin.

Eriarvoisiin yhteiskuntiin liittyen Marmot kirjoittaa (2004), että hierarkiat ovat väistämättömiä.⁵ Tapa ehkäistä hierarkioista koituvia terveysongelmia on Marmotin mukaan muodostaa hierarkiat niin, että hierarkian huippu ei ole kohtuuttoman suuri hierarkian pohjaan nähden. Hierarkioiden vaikutuksista eivät kärsi kuitenkaan vain hierarkian pohjimmaisat. Hierarkioiden terveysvaikutuksia kuvastaa Marmotin konsepti sosiaalinen gradientti. Se tarkoittaa, että hierarkiassa esiintyy tasoja, joissa ylös kiipeäminen nostaa terveyden tasoa ja alas luisuminen heikentää terveyttä. Käytännössä sen tarkoituksena on tuoda esiin, että alaluokan lisäksi myös keskiluokkaiset kärsivät suhteessa korkeaan luokkaan. (Marmot & Wilkinson 2006, 2.)

Pohjoismaissa esiintyy suhteellisen vähän eriarvoisuutta verrattuna muihin maihin (Stm.fi 2015; Marmot 2015, 345–346). Se ei kuitenkaan tarkoita, että pohjoismaissa ei olisi eriarvoisuutta. Asiat voi pohjoismaissakin tehdä paremmin (Marmot 2015, 346). Työttömistä puhuttaessa eriarvoisena ryhmänä on huomattavaa, että Euroopan sosiaalisten oikeuksien komissio on moittinut Suomea alhaisesta työttömyysturvasta ja työmarkkinatuesta; moitteet on myös pitkälti sivuutettu (Korkala 2018). Työttömiä tutkittaessa on oletettavaa, että he ovat ryhmänä eriarvoisuutta kohtaava ja sen vaikutuksista kärsivä Suomessakin.

On kolme eri näkökulmaa, joiden valossa eriarvoisuuden vaikutuksia on tutkittu: käytettävissä olevat tulot, statusahdistus ja sosiaalinen pääoma (Layte 2012; Delhey & Dragolov 2014). Käyn seuraavaksi nämä läpi yksityiskohtaisemmin.

⁵ Hierarkioita esiintyy kaikkialla missä on oikeudenmukaisuutta, koska oikeudenmukaisuuteen kuuluu myös hyveellisten palkitseminen, joka itsessään johtaa eriarvoisiin lopputuloksiin. Taloudellisten markkinoiden johdolla tapahtuva palkitseminen, joka johtaa räikeään terveyden eriarvoisuuteen ja sosiaalisen koheesion rappeutumiseen ei kuitenkaan luultavasti ole oikeudenmukaista tai tarkoituksenmukaista. (Marmot 2015, 98–99, 102–103, 106.)

2.3.1. Tulotaso

Eriarvoisuudesta puhuttaessa absoluuttisen tulotason sijaan useammin ollaan kiinnostuneita suhteellisesta tulotasosta. Suhteellinen tulotaso tarkoittaa tulotasoa suhteessa ympäröivään yhteiskuntaan. Tällöin rahan määrä ei itsessään ole tärkeää, vaan se, että millä tavoin tulojen erot vaikuttavat yksilön tunteeseen itsestään ja paikastaan yhteiskunnassa. Empiirisesti väitetään voidaan tukea huomioimalla, että yleinen terveydentila on parempi valtioissa, joissa on pienemmät tuloerot. (Wilkinson 1996, 75.)

Absoluuttiset tulot ovat tärkeitä köyhissä maissa, mutta varakkaimmissa maissa tulojen lisäyksellä on vain pieni yhteys terveyteen ja muut asiat ovat tärkeämpiä. Koska perusasiat kuten puhdas juomavesi ja terveydenhuolto ovat varakkaammissa yhteiskunnissa köyhillekin turvattuina, absoluuttisten tulojen sijasta tärkeämpää on osallistua yhteiskuntaan arvostettuna yksilönä. Köyhyys ilmenee tällöin esimerkiksi kykenemättömyytenä ostaa lahjoja tai käydä ulkomaan lomilla. Suhteellinen köyhyys vaikuttaa tällöin vapauteen olla oma itsensä. (Marmot 2015, 39–41, 44.)

Työttömien alhainen tulotaso on joissain tutkimuksissa yhdistetty korkeampaan yksinäisyyteen. Weissin (1973, 26) hypoteeseja korrelaation syistä on, että alhaiset tulot johtavat vetäytymiseen sosiaalisista suhteista. Köyhillä saattaa myös olla erilaisia käyttäytymisen malleja, jotka johtavat sosiaalisten suhteiden puutteeseen. Weiss myöntää myös, että yhteys saattaa olla näennäinen, jolloin tulojen ja yksinäisyyden korrelaatio johtuu esimerkiksi terveyden ja iän vaikutuksista niin köyhyyteen kuin yksinäisyyteenkin. Empiirisesti on huomattu, että työttömät osallistuvat vähemmän sosiaalisiin yhteisöihin ja tapahtumiin, jotka maksavat enemmän (Russell 1999; Ervasti 2003, 134, 136). Saksalaisessa tutkimuksessa julkisiin yhteisöihin osallistuminen ylipäättään väheni työttömyyden yhteydessä, samalla kun yksityisten sosiaalisten verkostojen merkitys kasvoi – oletettavasti tulojen takia (Kunze & Suppa 2017). Euroopan tasolla sosiaalinen osallistuminen on vähäisempää työttömillä ja yhteyteen vaikuttaa yhteiskunnan konteksti. Työttömien sosiaalinen osallistuminen oli vähäisempää valtioissa, joissa työttömät kokevat laajemmin köyhyyttä (Dieckhoff, & Gash 2015). Tämä voi osaltaan selittää yksinäisyyden ja tulojen suhdetta, koska työttömät eivät voi osallistua yhtä laajasti sosiaalisiin toimintoihin. Toisissa tutkimuksissa

taloudellisten ongelmien ja yksinäisyyden yhteyttä ei kuitenkaan ole löydetty (Ervasti 2003, 139).

2.3.2. Statusahdistus

Filosofi Alain de Botton (2004) määrittelee statuksen yksilön paikaksi jonkun ryhmän sisällä sekä yksilön arvoksi ja tärkeydeksi suhteessa muihin ihmisiin. Marmot (2004) kirjoittaa, että status on yhteydessä kahteen ihmisten kokemaan tarpeeseen. Ensinnäkin statuksella näytetään, että osaa hallita omaa elämänsä ja toisekseen se osoittaa, että yksilön toiminta on yhteiskunnallisesti hyväksyttyä ja haluttavaa. Korkea status on de Bottonin (2004) mukaan: ”yksi hienoimpia maallisia hyödykkeitä”. Statusahdistuksen de Botton määrittelee huoleksi, ettei ole kykeneväinen sopeutumaan yhteiskunnan asettamiin odotuksiin. Tämän tutkimuksen kannalta oleellisesti de Botton mainitsee statusahdistusta syntyvän muun muassa irtisanomisen ja eläköitymisen yhteydessä, koska jollei statusta pysty osoittamaan tässä tapauksessa työn kautta, se tuottaa ihmiselle nöyryytystä ja häpeää.

Juho Saari (2016b, 37) sanoittaa statusahdistuksen hieman de Bottonia yksinkertaisemmin kirjoittaessaan statusahdistuksen olevan ahdinkoa, jota henkilö kokee oman eriarvoisen paikkansa vuoksi. Richard Wilkinson ja Kate Pickett (2011, 29, 42, 61) esittelevät statusahdistuksen konseptia väitteellä, että yhteiskunnan keskimääräiset tulotasot eivät ole yhtä tärkeitä kuin yksilön oma arvio paikastaan sosiaalisessa hierarkiassa. Toisin sanoen oma tulotaso ei ole niin tärkeää kuin suhteellinen tulotaso. Wilkinsonin ja Pickettin mukaan eriarvoisuuden kasvu johtaa samalla sosiaalisen statuksen merkityksen kasvuun, sillä ihmiset alkavat arvottaa toisiaan enemmän eli arvioivat toistensa statusta.⁶ Statuksen arviointi johtaa lopulta yksilöiden ahdistukseen, koska statuksesta joudutaan kilpailemaan. Tätä ilmiötä voidaan kutsua statusahdistukseksi eli se on statusarviointista syntyvää ahdistusta.

Empiirisesti on todisteita, että eksplisiittisesti raha ei ole tärkein hyvinvoinnin tekijä vaan se on välillisesti yhteydessä statusahdistukseen. Ihmiset arvottavat omaa tulotasoaan ja vertaavat sitä yhteiskunnan odotuksiin, jolloin ihminen tekee arvotuksen omasta sijasta yhteiskunnan hierarkiassa. (Wood, Boyce, Moore & Brown 2012.) Toisessa tutkimuksessa huomattiin, että

⁶ Wilkinsonin ja Pickettin tarkastelussa status määrittyy tulotason kautta eli oletettavasti ihmiset arvioisivat statusta toistensa tulojen perusteella.

Euroopan maissa oman statuksen hyvällä arviolla vaikuttaisi olevan suurempi vaikutus terveyteen kuin absoluuttisella tulotasolla (Theodossiou & Zangelidis 2009).

Väittäisin, että pitkäaikaistyöttömyys tuottaa tässä esiteltyjen statusahdistuksen määrittelyjen valossa mahdollisesti jatkuvaa statusahdinkoa, koska työttömänä yksilö on jatkuvasti poissa normatiivisena oletetun työnteon piiristä. Työ nähdään usein ihmisen arvona ja ilman sitä statuksen osoittaminen voi olla hyvin vaikeaa. Teoreettisesti tämä sitoutuisi jo esiteltyyn Ezzyn (1993) statuskäytävän ajatukseen. Empiirisesti tätä oletusta tukee Tiina Ahosen (2016, 72–73) Westermarck-seuran gradupalkinnolla palkittu (Itä-Suomen yliopisto) gradu, jossa työttömistä jopa 70 % koki statusahdistusta, kun työllisistä statusahdistusta koki vain 35 %. Tällöin työttömyyden voi ajatella olevan niin teoreettisesti kuin empiirisesti vakava riskitekijä statusahdistuksen kokemukselle.

Vaikka statusahdistuksen yhteyttä on tutkittu yhteydessä tiettyihin terveyden ja hyvinvoinnin lopputuloksiin kuten onnellisuuteen, elämän tyytyväisyyteen ja psyykkiseen hyvinvointiin (Delhey, Schneickert & Steckermeier 2017, 218; Layte 2012), sitä ei tietääkseni ole yhdistetty yksinäisyyteen empiirisessä tutkimuksessa. Saari (2016b, 38) on aiemmin huomannut itsearvioidun statuksen olevan yhteydessä yksinäisyyteen, mutta mielestäni tätä havaintoa on oleellista tarkastella myös statusahdistuksen näkökulmasta. Wilkinson ja Pickett (2011, 56) kirjoittavat myös epäsuorasti yksinäisyydestä, kun he mainitsevat, että ystävät voivat olla statusahdistukselta suojaava tekijä, sillä ystävien seurassa ollaan itsevarmempia.

2.3.3. Sosiaalinen pääoma: epäluottamus ja yhteisöihin osallistuminen

Eriarvoisuus esiintyy kolmannen hypoteesin mukaan sosiaalisen pääoman kautta (Kawachi, Kennedy, Lochner & Prothrow-Stith 1997). Yleisesti sosiaalisella pääomalla viitataan sosiaalisiin verkostoihin ja resursseihin, joita niistä saadaan (Álvarez & Romání 2017).

Sosiaalisen pääoman voi jaotella neljään alaluokkaan (Villalonga-Olives & Kawachi 2015). Tämän tutkimuksen kannalta oleellisin on kognitiivinen sosiaalinen pääoma, joka viittaa sosiaaliseen luottamukseen eli siihen, että ihmiset voivat luottaa toisiinsa. Toinen oleellinen sosiaalisen pääoman alaluokka on strukturaalinen sosiaalinen pääoma, joka tarkoittaa

sosiaalisen verkoston tiheyttä ja yhteisöihin osallistumista.⁷ Sosiaalinen pääoma voidaan operationalisoida ensinnäkin sosiaalisena luottamuksena ja toisekseen sosiaalisiin ryhmiin osallistumisena. (Kawachi, Kennedy, Lochner & Prothrow-Stith 1997.)

Sosiaalinen epäluottamus eli luottamuksen puute on yhdistetty fyysisen terveyden vajeisiin useissa tutkimuksissa; tosin Suomessa ja muissa tasa-arvoisemmissa maissa yhteyttä ei ole aina löytynyt (Kim, Subramanian & Kawachi 2008). Työttömyystutkimukseen liitettynä Suomessakin on huomattu, että työttömyys altistaa sosiaaliselle epäluottamukselle ja työttömyyden pitkittyessä myös epäluottamus kasvaa. Oletuksena on, että työttömäksi ajautumisen johdosta jatkuva ja kasautuva pettymys tuottaa lisääntyvää epäluottamusta. Työttömien epäluottamuksella on myös vaikutus terveyteen, koska muihin tukeutumisella on terveydeltä suojaava vaikutus, joka katoaa, jos muihin ei pystykään luottamaan. (Kortteinen & Tuomikoski 1998, 58, 61, 62.) Toisin sanoen työttömyys tuottaa vajeita sosiaalisen pääomaan luottamuksen kautta, joka näkyy terveydessä.

Yhteisöihin osallistumisen ja terveyden suhteessa empiiriset havainnot ovat vaihdelleet enemmän kuin epäluottamuksen suhteen eli joissain tutkimuksissa yhteyttä on havaittu ja joissain ei (Fujiwara & Kawachi 2008, 143). Oletan kuitenkin, että jos selitettävänä muuttujana on hyvinvoinnin sijaan yksinäisyys, niin ajattelen siitä löytyvän yhteyttä yhteisöihin osallistumiseen.

2.4. Teoreettisen taustoituksen yhteenveto

Yhteenvetona näen yksinäisyyden niin persoonallisista kuin ympäristönkin tekijöistä johtuvana. Määrittelen yksinäisyyden kognitiivisen teorian kautta eli yksinäisyys on tunne, että sosiaaliset suhteet eivät vastaa omaa sosiaalisten suhteiden tarvetta. Yhteiskunnan rakenteet tuottavat objektiivista sosiaalista yksinäisyyttä (Putnam 2000), ja persoonalliset tekijät altistavat ihmisiä kokemaan yksinäisyyttä eri tavoin (Cacioppo & Patrick 2009). Oletan

⁷ Muutkin sosiaalisen pääoman alaluokat olisivat mielenkiintoisia, mutta niille ei ole tässä kyselyssä operationalisoitavia kysymyksiä ja niiden mittaamiseen ei myöskään olla tehty standardisoituja mittaristoja (Villalonga-Olives & Kawachi 2015, 63). Yksi sosiaalisen pääoman alaluokka on vertikaalinen sosiaalinen pääoma, jolla tarkoitetaan hierarkkisia eroja statuksessa ja resursseissa. Määrittely näyttää samalta kuin tässä tutkimuksessa käytetty eriarvoisuuden konsepti, joten epäselväksi jää, kuinka vertikaalinen sosiaalinen pääoma ja eriarvoisuus ovat määritelmän tasolla yhteydessä.

yhteiskunnan rakenteiden altistavan yksinäisyyden tuntemiseen yhteiskunnan eriarvoisuuden kautta. Eriarvoisuus ilmenee tulotasona, sosiaalisena pääomana (sosiaalinen epäluottamus ja yhteisöihin osallistuminen) ja statusahdistuksena (Layte 2012; Delhey & Dragolov 2014). Työttömyys on eriarvoisuutta tuottava yhteiskunnan rakenteellinen status (Sen 1997).

Työttömyys määrittyy tässä tutkimuksessa hyvinvoinnille haitalliseksi Jahodan (1981) deprivatioteorian kautta, jonka puitteissa oletan, että työttömyys tuottaa hyvinvoinnin vajeita työttömien vajaiden toimintamahdollisuuksien kautta. Oletan myös tukeutuen Ezzyn (1993) statuskäytävän ajatukseen, että työttömät kokevat heitä arvioitavan epäedullisesti muiden silmissä, mikä tuottaa terveyden ongelmia. Tällöin otaksun etenkin statusahdistuksen olevan tässä tarkastelussa pitkäaikaistyöttömien yksinäisyyden taustalla.

3. AINEISTO JA MENETELMÄT

Määrällisessä tutkimuksessa pyritään saamaan tietoa, jota voidaan yleistää. Yleistämistä varten tarvitaan edustava otos. Lomaketutkimus on yleisin määrällisen tutkimuksen muoto, missä vastaaja täyttää lomakkeen, jossa on tietyt kysymykset ja vastausvaihtoehdot. Mittarilla viitataan joukkoon kysymyksiä, jotka mittaavat samaa asiaa. Vaikka esimerkiksi yksinäisyysmittareita voidaan kritisoida tuomalla esiin, että ne ovat muodostettu ennako-oletusten varassa (Kangasniemi 2008, 36–37), määrällinen tutkimusmenetelmä ja mittareiden käyttö ovat tärkeitä, jotta aineistosta saatava tieto on vertailukelpoista ja yleistettävää. Tai kuten Pertti Töttö (2012, 66) ilmaisee poleemisesti: ketä kiinnostavat tulokset, jotka kertovat vain käytetystä aineistosta?

Tässä tutkimuksessa käytettävä aineisto on kerätty osana Strategisen tutkimuksen neuvoston rahoittamaa *Osallistava terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen (PROMEQ)* –hanketta (ks. <http://www.promeq.fi>). PROMEQ:ssa on mukana viisi yliopistoa ja kaksi tutkimuslaitosta. Hankkeen rahoituskausi on 2016–2019⁸, ja hanketta koordinoi Itä-Suomen yliopisto, johtajanaan professori Marja Vaarama. PROMEQ toteutetaan yhdeksänä työpakettina, joista neljä työpakettia tutkii terveyden ja hyvinvoinnin eriarvoisuuden kannalta keskeistä ryhmää. Jyväskylän yliopiston tutkijat ovat mukana kahdessa näistä työpaketeista: professori Kati Närhen johtama työpaketti, joka keskittyy yli 65-vuotiaiden monia sote-palveluja tarvitsevien hyvinvointiin (WP6) ja professori Mikko Mäntysaaren johtama pitkäaikaistyöttömien hyvinvointia tutkiva työpaketti (WP4). Olen toiminut pitkäaikaistyöttömiä tutkivassa työpaketissa tutkimusavustajana ja olen siten osallistunut aineiston keräämiseen.

PROMEQ-tutkimushankkeen keräämissä tutkimusaineistoissa on sekä yhteisiä että työpakettikohtaisia osia. Esimerkiksi pitkäaikaistyöttömiltä kerätty kyselyaineisto sisältää osin samoja terveyden ja hyvinvoinnin kartoittamiseen tähtääviä kysymyksiä kuin toiset kolme haavoittuvassa asemassa olevia ihmisiä tutkivat työpaketit (WP3, WP5 ja WP6).

⁸ Suomen Akatemian Strategisen tutkimuksen neuvoston rahoituspäätös 303654/13.6.2016.

Aineisto on kerätty pitkittäistä kvasikokeellista tutkimusasetelmaa varten. Vaikka koe- ja kontrolliryhmiä ei tässä tutkimuksessa käytetä toistensa verrokkeina, niiden käsittely on oleellista aineiston kokoonpanon ymmärtämiseksi.

Koko aineiston koko on 512. Koeryhmän koko on 92, joka koostuu uusista Jyväskylän, Kuopion, Helsingin, Etelä-Karjalan (Lappeenranta ja Imatra) ja Joensuun Työvoiman Palvelukeskusten (TYP:ien) asiakkaita tai kotihoidon tukiryhmissä palkkatuella työskentelevistä. Kontrolliryhmä on muodostunut 420 henkilöstä, jotka on kerätty satunnaistetusta URA-tietokannan otannasta. Aineistoa on kerätty ensinnäkin TYP:n asiakkailta. Kun TYP:iin tuli uusi asiakas, työntekijät kysyivät, että olisivatko he kiinnostuneita osallistumaan tutkimukseen. Rekrytointiin osallistuivat Jyväskylän, Kuopion, Etelä-Karjalan ja Joensuun TYP:t. Toisekseen vastaajia saatiin, kun uusi asiakas on aloittanut Helsingin kotihoidon tukiryhmissä. He ovat ohjautuneet sinne Helsingin aikuissosiaalityöstä tai TYP:stä. Niin TYP:n uusille asiakkaille kuin kotihoidon tukiryhmäläisillekin kerrottiin, että vastaamalla alku- ja loppukyselyyn, he saavat 20 euron arvoisen lahjakortin. Kiinnostuneiden yhteystiedot lähetettiin tutkijoille, jotka ottivat yhteyttä tutkittaviin mahdollisimman nopeasti puhelimitse. Kyselyt täytettiin pääsääntöisesti puhelinhaastatteluna, mutta osa halusi täyttää sen sähköisesti tai paperisena, jolloin kysely postitettiin. Aluksi kiinnostuneista 101:sta TYP:n uudesta asiakkaasta tai kotihoidon tukiryhmäläisestä 92 vastasi alkukyselyyn.

Kontrolliryhmä koostuu Jyväskylän, Kuopion, Helsingin, Etelä-Karjalan ja Joensuun pitkäaikaistyöttömistä. Heidän tietonsa kerättiin URA-tietokannasta. Tietokannasta otettiin satunnaistettu otos joka kaupungissa, jonka jälkeen aineistoa kerättiin kahdella tavalla. Ensin aineistoa kerättiin valitsemalla tutkimukseen sopivia ihmisiä URA-tietokannan tietojen perusteella. Heille soitettiin kysyen, että ovatko he kiinnostuneet osallistumaan, jonka jälkeen alkukysely lähetettiin haluaville postitse. Tällä tavoin vastaajia tuli 39. Kato oli kuitenkin odotettua suurempaa, jonka takia keruumenetelmää vaihdettiin. Alkukysely päätettiin lähettää postitse koko URA-tietokannan satunnaistetulle otokselle. Ensimmäisen postikyselykierroksen jälkeen lähetettiin vielä yksi kierros kyselyitä ensimmäiseen vastaamattomille.

Karhukierroksen jälkeen täytettyjä lomakkeita oli palautunut 381. Vastausprosentti oli paikkakunnasta riippuen 20–29 %. 381 postikyselyyn vastaajaa ja 39 soittamalla kontaktoitua muodostaa yhdistettynä 420 henkilön kontrollin. Heistä kaikki eivät kuitenkaan ole työttömiä,

koska osa oli vastannut olevansa työllistämistoimenpiteessä, eläkkeellä, opiskelijana tai jotain muuta. Koeryhmä mukaan lukien aineistossa on 389 passiivista työtöntä ja 39 työllistämistoimenpiteessä olevaa.

Aineiston keräämiseen haettiin tutkimuslupa Itä-Suomen yliopiston tutkimuseettiseltä toimikunnalta, jotta tutkimuksen eettisyydestä varmistuttiin. Tutkittavien informointi, anonymiteetin suojaaminen ja suostumuksen saanti ovat osa hyvää tutkimuskäytäntöä ja laajemmin tutkimusetiikkaa (Aineistohallinnan Käsikirja 2018). Jokaiselle tutkittavalle kerrottiin joko kirjeen mukana tullessa esitteessä tai puhelimesta ennen kyselyn alkua, että heidän vastauksensa ovat salassa pidettäviä ja kyselyyn vastaaminen on nimetöntä sekä luottamuksellista. Lisäksi painotettiin, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Näillä toimenpiteillä yritettiin saavuttaa tilanne, jossa tutkimukseen osallistuminen ei tuota minkäänlaisia ongelmia tutkittaville. Ainoa kritiikki, jonka aineiston keräämisen yhteydessä kuulin oli muutama harmittelu kyselylomakkeen pituudesta, mutta toisaalta toiset vastaajat ilmaisivat sen täyttämisen olleen mielenkiintoista, sillä se mahdollisti itsereflektion hetkiä. Oletan, että onnistuimme hyvän tutkimusetiikan käytännön toteutuksessa.

Aineistossa on mahdollisesti valikoitumisen mukana aiheutuvaa vääristymää. Koeryhmä on valikoitunut jo sen perusteella, että kaikki tutkittavat aloittivat asiakkuuden TYP-palvelussa. Valikoitumista tapahtuu myös silloin, kun TYP:n ja kotihoidon tuen asiakkailta kysytään, että haluavatko he osallistua tutkimukseen. Postikyselyyn vastanneissa valikoituminen syntyy siten, että vain osa vastasi kyselyyn. Kummassakin keruutavassa on mahdollista, että kaikista heikoimmassa tilanteessa olevat pitkäaikaistyöttömät eivät ole osallistuneet tutkimukseen.

Tutkimusasetelmana tässä tutkimuksessa on, että yksinäisyyttä tutkitaan selitettävänä muuttujana, jolloin tulkitaan, että selittävätkö muut muuttujat aineistossa havaittua yksinäisyyttä. Töttö (2004, 138) kirjoittaa, että tutkijan velvollisuus on saada aineisto puhumaan mahdollisimman monella eri tavalla. Elaboroimalla tilastollisen analyysin tuloksia, voidaan saada yksinkertaisemman analyysin suhteen täysin vastakkaisia tulkintoja (kts. Töttö 2012, 223–225). Jotta näennäiseltä korrelaatiolta voidaan välttyä, on tärkeää, että aineistoa ja analyysin tuloksia ei hyväksytä sellaisenaan vaan niitä tulee avata eri näkökulmista.

Elaborointi täytyy kuitenkin tehdä siten, että myös kaikki tulokset, jotka eivät tuota haluttavan mielenkiintoisia loppupäätöksiä täytyy raportoida, jotta näennäisen hyviltä tuloksilta vältytään.

Analyysi tulee tehdä mahdollisimman läpinäkyväksi, jotta tutkimuksen tekemisen luotettavuutta voidaan arvioida, jottei julkaistaviin tutkimuksiin valikoidu tuloksia, jotka ovat syntyneet sattumalta. (Simmons, Nelson, & Simonsohn, 2011).

3.1. Tilastolliset menetelmät

Summamuuttujat

Summamuuttujat ovat tietyistä oletettavasti samaa asiaa mittaavista kysymyksistä tai väittämistä muodostettu muuttuja, joka voidaan luoda summaamalla väittämien arvot yhteen tai jakamalla summattu arvo väittämien määrällä. Jälkimmäistä menetelmää kutsutaan keskiarvoestimoiduksi summamuuttujaksi. Se voi olla parempi kuin yksinkertainen summamuuttuja, koska keskiarvoestimoidun summamuuttujan arvot vastaavat sen muodostaneiden yksittäisten väitteiden arvoja, jolloin sitä voi olla helpompi tulkita etenkin likert-asteikollisissa muuttujissa. Likert-asteikko on yleisimmin yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa käytetty vastausasteikko, jossa muuttujan arvot jakautuvat yleisimmin yhdestä neljään tai viiteen, jolloin yksi ääripää merkitsee täyttä yhtä mielisyyttä väitteen kanssa, ja toinen ääripää täysin vastakkaista mielipidettä. (Jokivuori & Hietala 2007, 116–117.)

Tutkimuksissa halutaan välttää vääristymää, joka syntyy, kun jotkut ihmiset vastaavat myöntyvästi kaikkeen (Salazar 2015), joten mittarit sisältävät usein negatiivisesti tai positiivisesti sanoitettuja väitteitä tai kysymyksiä.⁹ Tällaisessa tapauksessa muuttujien arvot täytyy muokata saman suuntaiseksi, jotta mittari toimii oikein (Metsämuuronen 2005, 507–508).

Summamuuttujan luotettavuuden arviointiin käytetään yleensä Cronbachin alfaa (α), joka kertoo, että mittaavatko valitut kysymykset tai väitteet samaa asiaa eli onko mittari sisäisesti konsistentti (Metsämuuronen 2005, 47). Cronbachin alfa saa yleensä arvon 0–1 välillä, hyväksyttävän alfan arvon ollessa ainakin yli 0,6, mutta mielellään yli 0,7 (George & Mallery 2003).

⁹ Jotkut tutkijat esittävät väitteen, että myöntyvien vastausten vääristymä on liioiteltu ja huomaavat, että negatiivisesti sanoitettujen kysymysten lisääminen mittariin voi vähentää sen teoreettista ja empiiristä luotettavuutta (Salazar 2015; Sauro & Lewis 2011).

T-testi

T-testillä voidaan saada selville, eroavatko kaksi ryhmää tilastollisesti merkitsevästi toisistaan. T-testi laskee p-arvon, joka saa arvon 0–1 välillä ja mitä pienempi p-arvo on, sitä todennäköisemmin tilastossa havaittava ero on yleistettävissä myös aineistoa kuvaavaan populaatioon. Yleinen ohje on, että jos p-arvo on pienempi kuin 0,05, ryhmien välistä eroa voidaan pitää yleistettävänä. (Metsämuuronen 2005, 365, 371.) Yleisesti p-arvoa $< 0,05$ kutsutaan tilastollisesti melkein merkitseväksi, p-arvoa $< 0,010$ tilastollisesti merkitseväksi ja p-arvoa $< 0,001$ tilastollisesti erittäin merkitseväksi (Metsämuuronen 2005, 416).

Regressioanalyysi

Tässä tutkimuksessa käytettävä analyysimenetelmä on usean muuttujan lineaarinen regressioanalyysi. Regressioanalyysi on monimuuttujamenetelmä, jolla yritetään selittää yhden muuttujan vaihtelu selittävien muuttujien avulla. Regressioanalyysillä voidaan toisin sanoen tarkastella, että onko selitettävä muuttuja selittävien muuttujien seurausta. (Jokivuori & Hietala 2007, 39–40.) Regressioanalyysi vakioi kaikki regressiomalliin asetetut selittävät muuttujat, jolloin yksittäisen selittävän muuttujan vaikutuksen voimakkuutta voidaan tarkastella vakioitujen muuttujien vaihtelusta riippumatta. Tässä tutkimuksessa selitettävät muuttujat tulevat olemaan sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys, joita tarkastellaan selittävien muuttujien: sosiodemografisten taustamuuttujien ja eriarvoisuuden muuttujien seurauksena. Tässä käytettävä regressiomalli on myös lineaarinen, joka tarkoittaa, että selittävien ja selitettävän muuttujan välille oletetaan suoraviivainen yhteys eli oletettavasti selitettävän muuttujan arvon noustessa selitettävän muuttujan arvo joko nousee tai laskee suhteellisesti tietyn määrän (Jokivuori & Hietala 2007, 40). Lisäksi analyysi on esitetty hierarkkisena mallina, jolloin regressiomalliin lisätään selittäviä muuttujia vaiheittain, joka havainnollistaa ja elaboroi aineistosta tehtäviä tulkintoja paremmin (Jokivuori & Hietala 2007, 52–53, 55).

Mikäli regressioanalyysin selittävä muuttuja on järjestys- tai luokitteluasteinen, täytyy luoda niin sanottu dummy-muuttuja. Dummy-muuttuja on kaksiasteinen muuttuja, joka saa arvon nolla tai yksi, jolloin niitä voidaan vertailla suhteessa selitettävään muuttujaan. Tämä on yhteiskuntatieteissä hyödyllistä erityisesti taustamuuttujissa, jolloin dummy-muuttujan arvoksi

yksi voidaan asettaa esimerkiksi miehet ja nollaksi naiset, jolloin regressioanalyysi ilmoittaa miehenä olemisen vaikutuksen selitettävään muuttujaan. (Metsämuuronen 2006, 1202.)

Oleellista regressiomallin tulkinnassa on määreet Beta-kerroin ja R^2 . Beta-kerroin kuvastaa yhden selittävän muuttujan vaikutuksen voimakkuutta selitettävään muuttujaan eli miten paljon se kasvaa tai laskee, kun selittävän muuttujan arvoa nostetaan yhdellä, kun muut mallin muuttujat on vakioitu. Jokaiselle Beta-kertoimelle on myös t-testillä laskettu p-arvo, joka arvioi, poikkeako Beta-kerroin nollahypoteesista eli onko muuttujan selitysvoima tilastollisesti merkitsevää. Siinä missä Beta-kerroin mittaa yhden selittävän muuttujan selitysvoimaa, R^2 laskee koko regressiomallin selitysvoiman. Se saa arvon 0–1, jossa $R^2 = 1$ tarkoittaa, että mallin selittävät muuttujat ennustavat 100 % selitettävän muuttujan vaihtelusta ja esimerkiksi $R^2 = 0,5$ merkitsee mallin ennustavan 50 % vaihtelusta. Metsämuuronen mainitsee nyrkkisääntönä 0,3 olevan raja, jolloin selitysmallia voi pitää hyvänä. Jokivuori & Hietala kirjoittavat, että sosiaalitieteissä 0.365 olisi jo erittäin hyvä selitysaste. (Jokivuori & Hietala 2007, 46; Metsämuuronen 2008, 91–93.)

Analyysi on suoritettu SPSS-ohjelmistolla. Taulukoiden ja kuvioiden muodostamiseen on käytetty myös Excel ohjelmistoa.

Jatkan seuraavaksi aineiston esittelyllä. Aineistoa käsitellään vain niiden vastaajien osalta, jotka olivat työttömiä tai työttömyystoimenpiteissä ($N = 427$). Tällöin analyysin ulkopuolelle jää aineistosta 84 vastaajaa, jotka ovat muun muassa opiskelijoita, osa-aikatyössä tai eläkkeellä.

3.2. Vastaajien taustatiedot

Seuraavaksi esittelen vastaajien taustatietoja sukupuolen, siviilisäädyn, asumismuodon, koulutustason ja iän osalta (N = 427).

TAULUKKO 1. Vastaajien taustatiedot (N = 427)

Sukupuoli	n	%
mies	230	54
nainen	194	45
en halua kertoa	2	0
Siviilisäätty		
naimaton	164	38
naimisissa	103	24
asumuserossa tai eronnut	67	16
avoliitossa	52	12
vakituinen parisuhde, mutta asumme erillään	29	7
leski	9	2
Asumismuoto		
yksin	230	54
avio- tai avoliitossa, ilman lapsia	117	27
avio- tai avoliitossa, lapsien kanssa	38	9
yksinhuoltajana	15	4
vanhempien tai muun huoltajan luona	9	2
muussa perhemuodossa	9	2
kimppakämpässä ystävien tai sisarusten kanssa	6	1
en osaa sanoa	2	0
Koulutus		
kansakoulu tai peruskoulu	74	17
keskikoulu	11	3
ammattikoulu tai vastaava	182	43
lukio	34	8
opistotutkinto	63	15
alempi korkeakoulututkinto (ammattikorkeakoulu tai vastaava)	33	8
ylempi korkeakoulututkinto (maisteri tai vastaava)	25	6
ei koulutusta tai koulutus kesken	4	1
Ikä		
20-29	17	4
30-39	60	14
40-49	81	19
50-59	177	41
60-65	80	19

Taulukko 1:stä näkyy, että vastaajien sukupuoli on jakautunut melko tasaisesti miesten (54 %) ja naisten (45 %) kesken. Siviilisäädyltään vastaajat ovat useimmiten naimattomia (34 %), joka neljäs vastaaja on naimisissa (24 %) ja avoliitossa on joka kymmenes (13 %). Pieni enemmistö vastaajista asuu yksin (54 %).

Vastaajan koulutuksen osalta mielenkiintoista on ammattikoulun suorittaneiden suuri edustus (43 %). Vain peruskoulun käyneitä on 17 % ja korkeakoulututkintoja on suorittanut yhteensä 14 %. Taulukon ikämuuttuja on muodostettu vastaajan syntymävuoden perusteella ja jaettu 10-vuotiseksi, paitsi yli 60-vuotaiden osalta, koska yli 65-vuotiaita ei ole aineistossa eläkeiän takia. Yli 50-vuotiaat muodostavat enemmistön, sillä 50-59-vuotiaita on aineistossa 41 % ja yli 60-vuotiaita 19 %. 20-29-vuotiaita on aineistossa analyysin kannalta harmillisesti vain 17 (4 %).

3.3. Mittarit, deskriptiivinen analyysi ja aineiston muokkaaminen

Käsittelen tässä alakappaleessa analyysissä käyttämäni kysymykset ja mittarit, joita käytetään regressioanalyysin muuttujina. Esittelen samalla muuttujien arvot kuvailevalla tasolla ja käytän tietyissä muuttujissa t-testiä. Käyn tässä kappaleessa läpi myös oleelliset muuttujien muutokset, jotka tulee tehdä ennen regressioanalyysiä, jotta sitä voidaan tulkita luotettavasti.

Kysely kokonaisuudessaan löytyy liitteistä (Liite 1), josta voi tarkistaa kaikki aineiston mahdollisesti käytössä olevat muuttujat. Kaikki tutkimukseen kerätyt muuttujat kannattaa tuoda ilmi läpinäkyvästi, jotta lukijat voivat arvioida niin sanotun *p-hakkeroinnin* (*p-hacking*) käytön mahdollisuutta ja siten estää sen käytön. P-hakkerointi tarkoittaa, että tutkija laittaa analyysiin eri muuttujia, kunnes saa tuloksen, joka on tilastollisesti merkitsevä. P-hakkerointi johtaa näennäisten tuloksien julkaisemiseen ja tieteellisen luotettavuuden vähenemiseen, joten sitä tulee välttää. (Simmons, Nelson & Simonsohn 2011.)

3.3.1. Yksinäisyys

Kyselyssä käytettiin yksinäisyyden mittaamiseen yleisintä UCLA yksinäisyys mittaria (Russell, Peplau & Cutrona 1980), joka on suomennettu (kts. Junttila ym. 2013). Alkuperäinen mittari on 20-kysymyksinen. Tässä tutkimuksessa käytetystä mittarista on poistettu kahdeksan näistä, jolloin mittarissa on 12 kysymystä. Yleensä UCLA-mittari käsitetään yksiulotteiseksi

eli jokainen sen kysymys operationalisoidaan mittaamaan yksinkertaisesti yksinäisyyttä, mutta mittarin ulottuvuuksien määrästä on ristiriitaisia mielipiteitä ja havaintoja (Penning, Liu & Chou 2013, 1148–1149). UCLA-mittari on kuitenkin aiemmissa suomalaisissa tutkimuksissa validoitu käytettäväksi sosiaalisen ja emotionaalisen ulottuvuuden mittaamiseen (Junttila, Kainulainen, & Saari 2015), ja sitä on tutkimuksissa käytetty siten (esim. Junttila, Topalli, Kainulainen, & Saari 2016, 163).

Alkuperäisessä UCLA-mittarin tutkimuksessa todetaan, että mittaria työstettiin yleisenä yksinäisyyden mittarina (Russell, Peplau & Ferguson 1978, 290), ei kaksiulotteisena mittarina. Tämän vastaisen kannan on esittänyt Niina Junttila, joka väittää, että UCLA-mittari perustuu Weissin sosiaalisen ja emotionaalisen jaotteluun (esim. Junttila ym. 2013, 100; Junttila 2018, 204). Itse en ole onnistunut löytämään Junttilan kantaa tukevia tutkimuksia. UCLA-mittaria ei käytetä sosiaalisen ja emotionaalisen ulottuvuuden mittaamiseen yhdessäkään löytämässäni kansainvälisessä lähteessä, joka ei ole Junttilan kirjoittama. UCLA-mittaria muodostavissa ja validoivissa tutkimusartikkeleissa emotionaalista ja sosiaalista yksinäisyyttä ei myöskään mainita ollenkaan (Russell, Peplau & Ferguson 1978; Russell & Peplau 1980). Ainoa lause, jonka voi ymmärtää tukevan Junttilan väitettä löytyy, kun Weissiin viitataan sanomalla, että mittari on yhdistetty affektiivisiin kokemuksiin, jotka Weiss teoreettisesti yksinäisyydelle esitti (Russell & Peplau 1980, 473). Ongelma on siinä, että affektiiviset kokemukset viittaavat tässä tunnetiloihin kuten kiusaantuneisuus, tylsistyneisyys ja ujous (Russell, Peplau & Ferguson 1978, 292-293). Toisin sanoen mittaria validoivassa tutkimuksessa viitataan Weissin teoriaan, mutta ei tavalla, jolla tarkoitettaisiin emotionaalisen ja sosiaalisen yksinäisyyden jaottelua. Puhumattakaan, että jaottelu olisi mittarin rakenteeseen alun perin asetettu kuten Junttila väittää. En väitä, etteikö mittari välttämättä voi toimia sosiaalisen ja emotionaalisen ulottuvuuden mittaamiseen, mutta niin tehdessä mennään nähdäkseni kansainvälistä valtavirtaa vastaan. Mielestäni on selvää, että kriiikkittömästi mittariin ei sosiaalista ja emotionaalista ulottuvuutta tule asettaa, ja käytäntö tarvitsee lisää validointia ennen laajaa käyttöä.

Olen siten hieman kriittinen UCLA-mittarin käytön suhteen näiden ulottuvuuksien mittaamisessa ja vastaisuudessa käyttäisin mittaria, joka on alun perin suunniteltu ja laajemmin validoitu sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden mittaamiseen. Näistä on

esimerkkinä de Jong Gierveldin yksinäisyyden mittari, joka on jo sen suunnitteluvaiheessa tarkoitettu erottelemaan yksinäisyyden sosiaalinen ja emotionaalinen ulottuvuus (de Jong Gierveld & Van Tilburg 2006). Molempia mittareita vertailevassa tutkimuksessa suositellaan myös käyttämään de Jong Gierveldin yksinäisyyden mittaria (Penning, Liu & Chou 2013). Vaikka ideaalisessa tilanteessa käyttäisin mittaria, joka on alun perin suunniteltu moniulotteiseksi, jatkoin jakamalla UCLA-mittarin sosiaaliseen ja emotionaaliseen ulottuvuuteen, koska moniulotteinen näkemys yksinäisyydestä on saanut laajaa empiiristä tukea (Cramer & Barry 1999, 499), jolloin niiden erottelu on tutkimuksessa tärkeää.

UCLA-mittaria on kritisoitu kirjoittamalla, että se olettaa yksinäisyyden jo itsessään olevan haitallista. Mikäli yksinäisyys on subjektiivinen kokemus, on kritiikin mukaan valitettavaa, että yhdessäkään kysymyksessä ei suoraan kysytä, kokeeko henkilö olevansa yksinäinen ja miten negatiivisena se ilmenee hänelle. Voihan olla niin, että kaikki yksinäisyys ei ole ongelmallista ja jotkut ihmiset ovat tyytyväisiä yksin. (Stern 2012, 45, 49.) Sternin kritiikki ei mielestäni kuitenkaan ole perusteltua. Mittari esittää yksinäisyyden negatiivisena, koska yksinäisyyden kokemus on määritelty negatiiviseksi. Kritiikissä on toisin sanoen sekoitettu yksin oleminen, joka otetaan teorioissa huomioon mahdollisesti positiivisenakin kokemuksena ja varsinainen yksinäisyyden kokemus, joka on eksplisiittisesti määritelty negatiiviseksi mielentilaksi. Kyseistä määritelmää voi lisäksi pitää ilmeisen paikkaansa pitävänä, koska UCLA -mittari on yhteydessä teoreettisesti oletettuihin korrelaatioihin, mukaan lukien muut yksinäisyyden mittarit kuten globaalin yksinäisyyden kysymys: ”koetko itsesi yksinäiseksi?” (Russell 1996).

Aineistoani varten käytetyssä kyselyssä löytyy myös yllä oleva yksinkertainen globaalin yksinäisyyden kysymys (Liite 1, kysymys 25). Analyysiä tehdessä yksinäisyyden mittarina olisi mahdollista käyttää myös tätä yksittäistä kysymystä, jonka positiivisena puolena olisi mahdollisesti analyysin helpompi tulkinta. Monikysymyksisen UCLA-mittarin käyttäminen on kuitenkin suositeltavaa, koska monikysymyksiset mittarit ovat parempia kuin yksittäinen kysymys reliabiliteetin varmistamiseksi (de Jong Gierveld, van Tilburg & Dykstra 2016, 4).

Ensimmäinen keskiarvoestimoitu summamuuttuja on sosiaalinen yksinäisyys, jonka väittämät tulevat kyselyn UCLA yksinäisyys mittarista (Liite 1 kysymys 27). Sosiaalisen ja

emotionaalisen ulottuvuuden mittaamiseen käytetyt UCLA-mittarin väittämät on otettu Junttilan (2016, 60–61) esittämästä jaottelusta.

Sosiaalinen yksinäisyys:

Sosiaalisen yksinäisyyden summamuuttujan väittämät ovat:

Löydän seuraa, kun sitä haluan. *

Minulla on paljon yhteistä ympärilläni olevien ihmisten kanssa. *

Tunnen olevani osa ystäväjoukkoa. *

Tunnen jääväni muiden ulkopuolelle.

Minusta on ikävää, että olen niin vetäytynyt.

Vastausvaihtoehtoja on yhdestä neljään:

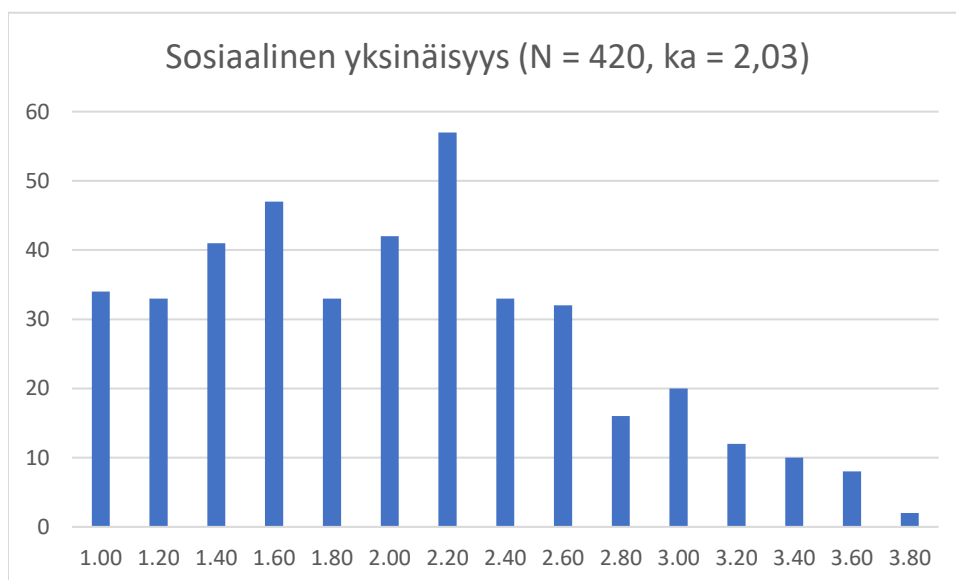
1 = Ei koskaan

2 = Harvoin

3 = Joskus

4 = Usein

KUVIO 1. Sosiaalisen yksinäisyyden jakauma



Kääntämällä positiivisesti sanoitetut väittämät (*) ja tekemällä väittämistä keskiarvoestimoitu summamuuttuja, luotu sosiaalinen yksinäisyys muuttuja saa Cronbachin alfan 0,801 eli kysymykset mittaavat luultavasti samaa asiaa.

Kuvio 1 osoittaa pitkäaikaistyöttömien sosiaalisen yksinäisyyden jakauman. Sosiaalisen yksinäisyyden keskiarvo on hieman yli 2 (2,03) eli asteikon keskipisteen (2,50) alapuolella. Kuvio ei itsessään havainnollista pitkäaikaistyöttömien kokemaa yksinäisyyttä hyvin vertailuarvojen puutteen takia ja kuvio on tässä vain jakautuman osoittajana. Käsittelen pitkäaikaistyöttömien yksinäisyyden esiintyvyyden myöhemmin havainnollisemmin (s. 30, kuvio 3).

Emotionaalinen yksinäisyys:

Emotionaalisen yksinäisyyden väittämät ovat:

*On ihmisiä, jotka ovat minulle hyvin läheisiä. **

Ihmissuhteeni ovat pinnallisia.

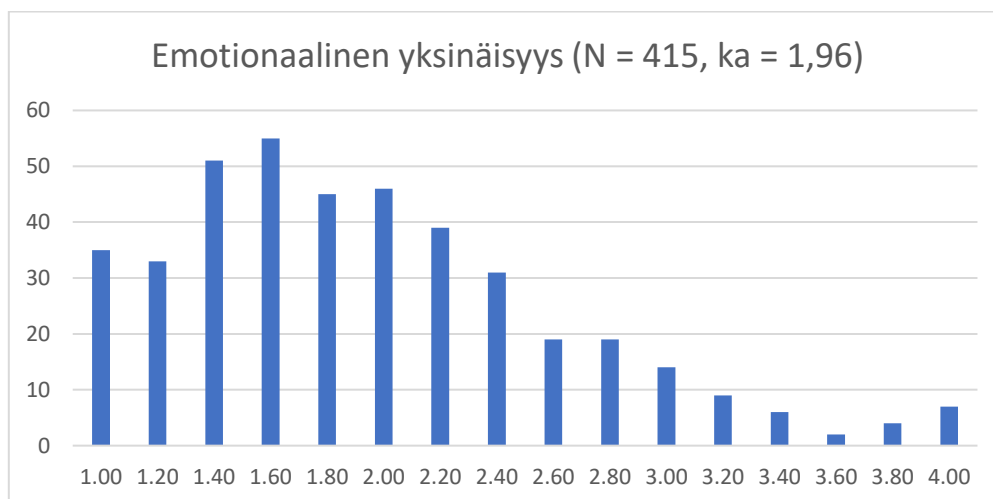
Kukaan ei oikeastaan tunne minua hyvin.

En ole enää läheinen kenenkään kanssa.

*On ihmisiä, joiden kanssa voin puhua asioistani. **

Vastausvaihtoehdot ovat samoja kuin sosiaalisessa yksinäisyydessä.

KUVIO 2. Emotionaalisen yksinäisyyden jakauma



Kääntämällä positiivisesti sanoitetut kysymykset (*) ja tekemällä kysymyksistä keskiarvoestimoitu muuttuja, luotu emotionaalinen yksinäisyys muuttuja saa Cronbachin alfan 0,821 eli kysymykset mittaavat luultavasti samaa asiaa.

Kuvio 2 osoittaa emotionaalisen yksinäisyyden jakauman. Emotionaalisen yksinäisyyden keskiarvo on 1,96, joka on hieman pienempi kuin sosiaalisen yksinäisyyden (kuvio 1) eli pitkäaikaistyöttömät kokevat keskimäärin vähemmän emotionaalista kuin sosiaalista yksinäisyyttä. Kuvio ei itsessään havainnollista pitkäaikaistyöttömien kokemaa yksinäisyyttä hyvin vertailuarvojen puutteen takia. Kuvio toimii tässä vain jakautuman osoittajana.

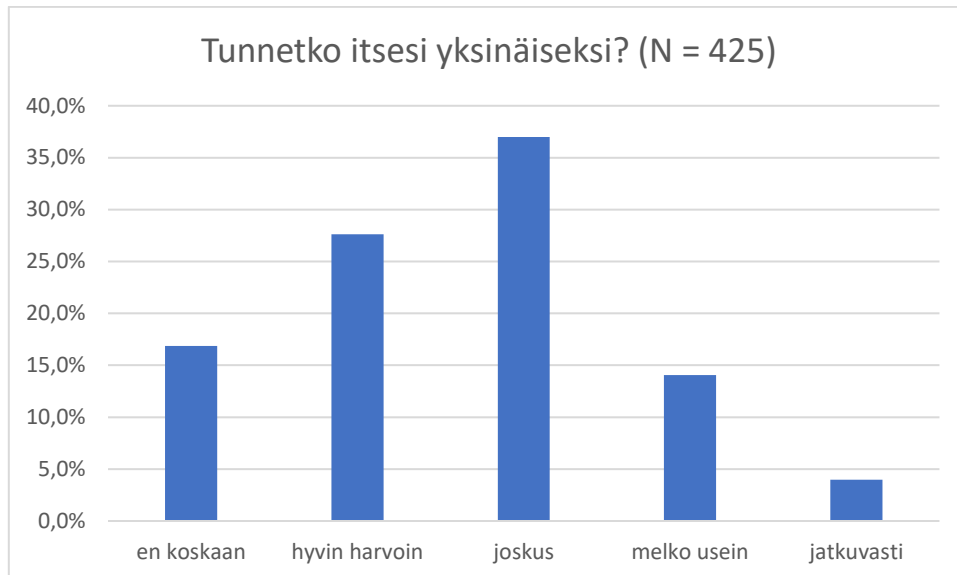
Olisin halunnut vertailla pitkäaikaistyöttömien sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden yleisyyttä valtaväestöön, mutta en löytänyt aiemmista Suomen tutkimuksista vertailuarvoja. Käytän yksinäisyyden yleisyyden vertailuun kysymystä, johon löysin verrokin: globaali yksinäisyyden kysymys:

Tunnetko itsesi yksinäiseksi?

Kysymyksen vastausvaihtoehdot ovat:

- 1: En koskaan
- 2: Harvoin
- 3: Joskus
- 4: Melko usein
- 5: Jatkuvasti

Saari (2016b, 46) kirjoittaa, että vuonna 2013 Suomen valtaväestöstä 1 % koki yksinäisyyttä jatkuvasti, verrattuna tässä tutkimuksessa pitkäaikaistyöttömiin, joista 4 % kokee yksinäisyyttä jatkuvasti (Kuvio 3). Pitkäaikaistyöttömät kokevat yksinäisyyttä melko usein 14 %, kun valtaväestössä sama arvo oli vain 3 %. Yksinäisyyttä lainkaan kokemattomia on valtaväestössä kaksinkertainen määrä: 42 % verrattuna pitkäaikaistyöttömien 17 %. Nämä luvut kertovat – kuten aiemmissakin tutkimuksissa on huomattu (esim. Kortteinen & Tuomikoski 1998; Moisio & Rämö 2007), että työttömät kokevat yksinäisyyttä selkeästi enemmän kuin valtaväestö.

KUVIO 3. Pitkäaikaistyöttömien yksinäisyys**3.3.2. Eriarvoisuus****Statusahdistus**

Statusahdistusta mitattiin kahdella väittämällä (Liite 1, kysymys 28):

Minusta tuntuu, että muut ihmiset eivät arvosta sitä, mitä teen.

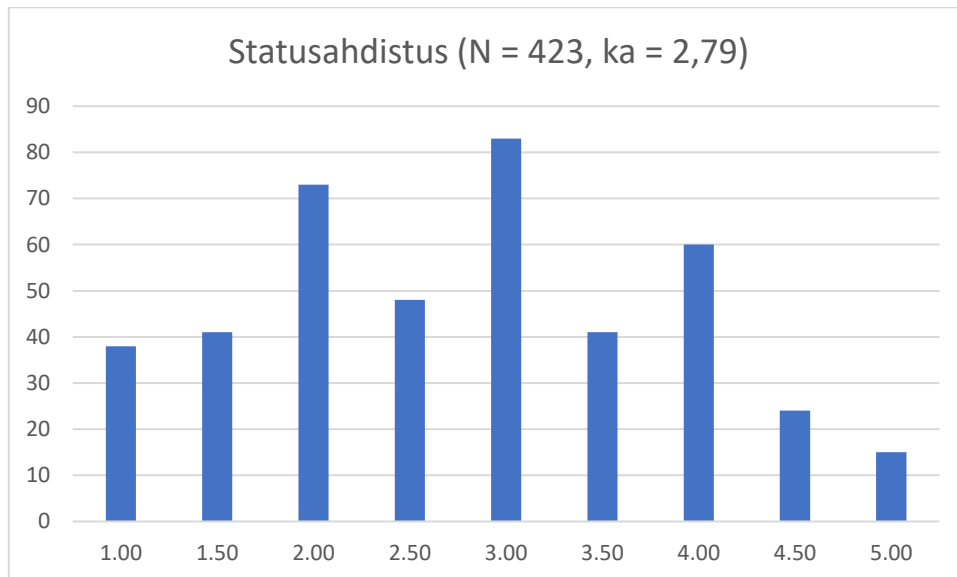
Jotkut ihmiset katsovat minua halveksuen työtilanteeni tai tulojeni suhteen

Kysymysten vastausvaihtoehdot olivat likert-asteikolla 1 – 5, jossa 1 = täysin samaa mieltä ja 5 = täysin eri mieltä. Käänsin asteikon suunnan, jolloin 1 = täysin eri mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä, joka helpottaa mittarin tulkintaa. Samoja kysymyksiä on käytetty statusahdistuksen mittaamiseen kansainvälisissä tutkimuksissa (Delhey, Schneickert, Steckermeier 2017; Delhey & Dragolov 2014; Layte 2012). Mittarin kysymykset viittaavat halveksuntaan ja arvostuksen puutteeseen. Statusarvostusta mitataan näin, koska oletettavasti alemmalla statusluokalla olevat kokevat toisten halveksuntaa heidän statuksensa alhaisuuden johdosta (Delhey, Schneickert, Steckermeier 2017, 217-218).

Käyttämäni mittarin kysymyksiä halveksunnasta on kritisoitu kirjoittamalla, että näin mitataan vain osittain statusahdistusta eikä kaikkea sen merkitystä, koska omasta statuksestaan voidaan olla huolissaan muutenkin kuin kokemuksena toisten halveksuvasta katseesta. Tällöin

kysymys mittaa statusahdistusta vain yhteiskunnan heikompien ryhmien joukossa. Lisäksi tällainen tapa kysyä ei anna vastaajalle mahdollisuutta ottaa kantaa, että kokeeko vastaaja statuksen itsellensä tärkeäksi. (Paskov, Gërkhani & van de Werfhorst 2013, 7.) Tutkittaessa pitkäaikaistyöttömiä ensimmäinen kritiikki ei nähdäkseni täysin pure tähän tutkimukseen, koska pitkäaikaistyöttömät ovat sosiaalisen hierarkian alatasen ryhmä, ja siten statusahdistuksen voi olettaa ilmenevän kokemuksena toisten arvostuksen puutteesta ja halveksuntana. Toinen kritiikki statuksen tärkeyden arvotuksesta on tässä oleellisempi, mutta oletan, että toisten ilmaisema halveksunta ja arvostuksen puute vaikuttavat ihmisiin riippumatta, miten oman statuksen tärkeys kognitiivisesti arvotetaan. Toisin sanoen sivuutan kritiikin käsittämällä statuksen jokseenkin universaalisenä ihmisten tavoittelemana ominaisuutena,¹⁰ jonka puutteen vaikutuksia voidaan havaita. Tulkiten Marmotin (2004) käsittelevän statusta samoin tavoin. On myös empiirisiä havaintoja, jotka tukevat statuksen käsittelyä ihmisen toiminnalle olennaisesti keskeisenä (Anderson, Hildreth & Howland 2015). Statusahdistuksen mittaamiseen tulisi kuitenkin vastaisuudessa luoda validiteetiltaan parempi mittari, sillä parhaimmassakin tapauksessa saattaa olla, että nämä kysymykset mittaavat vain statusahdistusta sitä ilmentävänä halveksuntana.

KUVIO 4. Statusahdistus



¹⁰ Alain de Botton huomauttaa, että historiallisesti tarkasteltuna statuksen tavoittelu ei ole ollut aina yhtä laajalle levittäytynyttä kuin nykyään (Gonçalves, 2012). Tarkoitin universaaliudella nykypäivän länsimaista kontekstia.

Euroopassa statusahdistuksen keskiarvo samalla mittarilla on keskimäärin 2,27.¹¹ Suomen keskiarvo on hieman yli 2 eli vähän Euroopan keskiarvoa parempi. (Delhey, Scheinckert & Steckermeier 2017, 229–230.) Suomalaisten pitkäaikaistyöttömien keskiarvoinen statusahdistus on tässä tutkimuksessa 2,79 (Kuvio 4) eli puoli mittausarvoa Euroopan keskiarvoa korkeampi ja lähes mittausarvon korkeampi kuin Suomen keskiarvo. Samankaltainen ero valtaväestön ja työttömien statusahdistuksessa on löydetty myös aiemmin (Ahonen 2016, 72–73).

Tulotaso:

Vaikka absoluuttisen ja suhteellisen tulotason ero on oleellinen eriarvoisuudesta puhuttaessa, yksilön tasolla ei ole yleensä mahdollista metodologisesti erottaa absoluuttista ja suhteellista tulotasoa toisistaan, koska tulojen jakautuminen on aina yhteisötason asia (Wilkinson 1996, 100). Käytän tulojen mittaamiseen seuraavaa itsearvioitua tulotason kysymystä (Liite 1, kysymys 14):

Kotitaloudella voi olla erilaisia tulonlähteitä ja useammalla jäsenellä tuloja. Kun kotitaloutesi kaikki tulot otetaan huomioon, onko menojen kattaminen näillä tuloilla:

Vastausasteikko on likert-asteikolla 1 – 6 arvoilla:

1 = Hyvin helppoa

2 = Helppoa

3 = Melko helppoa

4 = Melko hankalaa

5 = Hankalaa

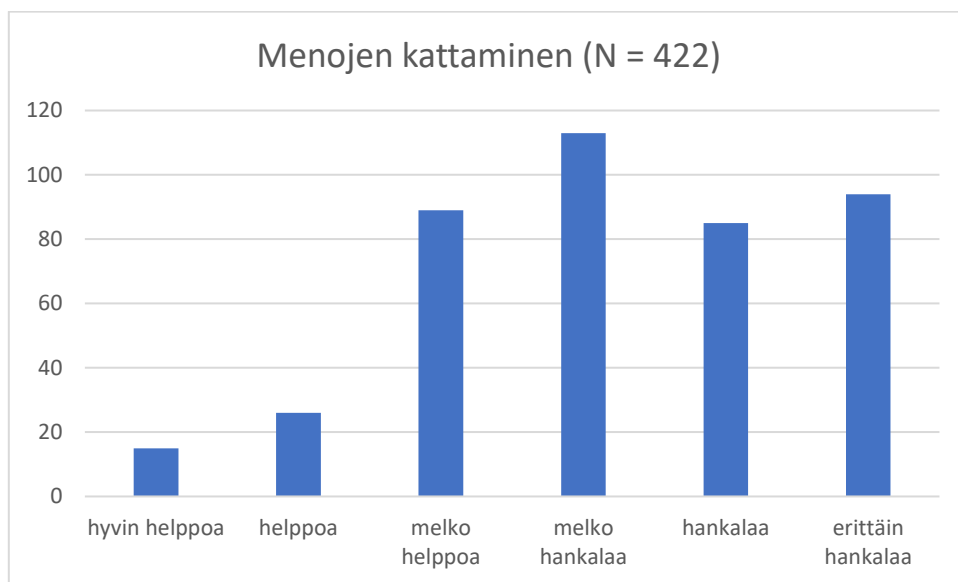
6 = Erittäin hankalaa.

Kyselyssä kysytään myös absoluuttisia tuloja (Liite 1, kysymys 14), joka olisi objektiivisempi tapa määrittää vastaajan tulotaso. Uskon yllä olevan kysymyksen olevan kuitenkin tähän

¹¹ Viitattu artikkeli käyttää muuttujassa arvoja 0-4, tässä tutkimuksessa arvot ovat 1-5. Viitatussa artikkelissa keskiarvo on 1.27, mutta siitä saadaan vertailukelpoinen tämän tutkimuksen kanssa, kun verrokin arvoon lisätään 1.

tarpeeseen sopiva kysymys, koska oletan subjektiivisen kokemuksen tulojen riittävydestä operationalisoivan suhteellista tulotaso paremmin kuin absoluuttiset tulot. Absoluuttisen tulojen kysymyksessä on myös ongelmana, että työttömien tulotaso painottuu lähes aina vähäisiin tuloihin, jolloin tulotason kysymys ei välttämättä erota joukkoja toisistaan. Absoluuttisen tulotason kysymys ei myöskään ole niin objektiivinen kuin voisi luulla, koska vastaaminen perustui yksilön sen hetkiseen arvioon koko vuoden tuloista, jonka ei voi olettaa olevan kovinkaan tarkka.

KUVIO 5. Taloudellinen tilanne



Kuviosta 5 näkyy, että menojen kattamisen arvioinnin hyvin helppoa ryhmässä on vain 15 havaintoa. Vähäiset havainnot muuttujan arvoissa vaikuttavat tilastollisten menetelmien luotettavuuteen ja suuntaviiva tarpeeksi isolle havaintomäärälle jokaisessa arvossa on vähintään 20 (Simmons, Nelson & Simonsohn 2011, 1363). Tämän takia lisäksi *hyvin helppoa* – ja *helppoa* –arvot yhteen, jolloin muuttujasta tulee viisiasteinen ja sitä on järkevämpi käyttää tilastollisissa analyysissä. Tällöin muuttujan käytettävyys heikkenee siinä mielessä, että se havaitsee huonommin eroja, joita oletetaan todellisessa maailmassa vastausten perusteella esiintyvän, mutta arvioin sen olevan parempi vaihtoehto kuin vähäisten havaintojen kanssa eteneminen.

Todellisesta maailmasta kuvio kertoo sen, että suurin osa työttömistä kokee taloudellisen tilanteensa melko hankalaksi tai sitä huonommaksi. 69 % vastaajista arvioi menojen

kattamisensa nykyisillä tuloilla olevan melko hankalaa, hankalaa tai erittäin hankalaa (n = 292).

Epäluottamus:

Vastaajien sosiaalista epäluottamusta mitataan seuraavalla väittämällä (Liite 1, kysymys 28):

*On parasta olla luottamatta keneenkään**

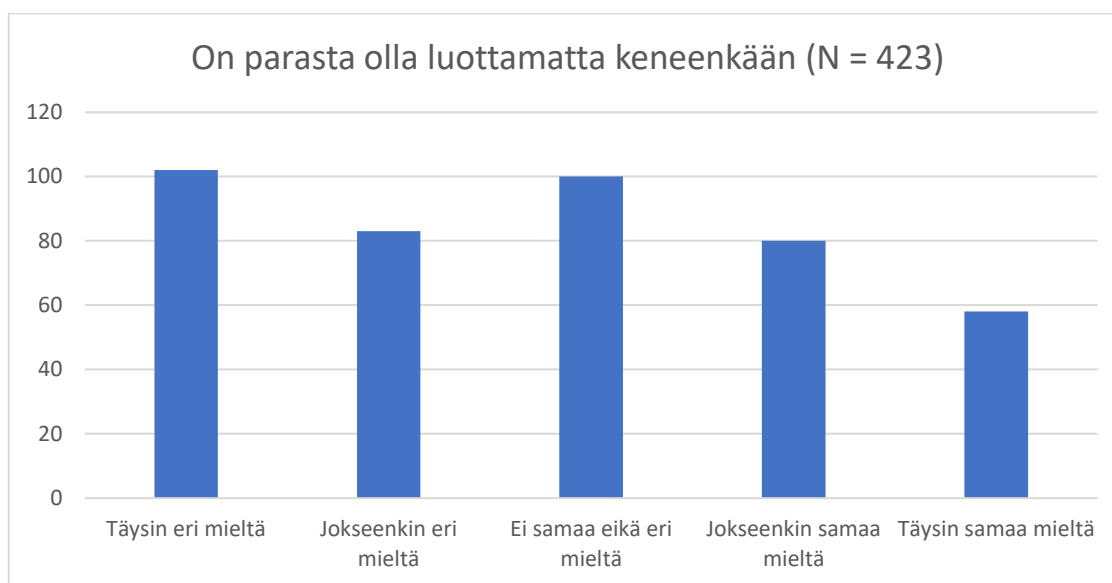
Vastausvaihtoehdot ovat 1 – 5, jossa 1 = Täysin samaa mieltä ja 5 = Täysin eri mieltä.

Ajattelin aluksi tehdä summamuuttujan epäluottamuksesta, johon olisi tullut mukaan muuttuja:

Yhteiskunnassamme ihmiset voivat luottaa toisiinsa

Epäluottamus ja luottamus eivät kuitenkaan luonut hyvää summamuuttujaa, sillä sen Cronbachin alfa oli heikko ($\alpha = 0.55$). Tulos viittaa siihen, että nämä kaksi muuttujaa mittasivat eri asiaa, joten käytin epäluottamukseen vain ensimmäiseksi mainittua epäluottamuksen muuttujaa. Joissain tutkimuksissa on huomattu, että tietyt ihmiset voivat vastata vain myöntävästi jokaiseen kohtaan, joka saattaa tässä tapauksessa vaikuttaa alla olevaan kuvioon.

KUVIO 6. Epäluottamus toisiin ihmisiin



Kuviosta 6 näkyy, että työttömät ovat hieman useammin luottavaisia kuin epäluottavaisia. 44 % vastaajista ovat täysin tai jokseenkin eri mieltä (n = 185), 24 % on ei samaa eikä eri mieltä (n = 100) ja 38 % (n = 138) on jokseenkin tai täysin samaa mieltä.

Yhteisöihin osallistuminen:

Sosiaalisen pääoman strukturaalista ulottuvuutta mitataan kysymyksellä (Liite 1, kysymys 24:

Osallistutko jonkin kerhon, järjestön, yhdistyksen, harrastusryhmän tai yhteisön toimintaan (esim. urheiluseura, asukastoiminta, puolue, kuoro tai seurakunta?)

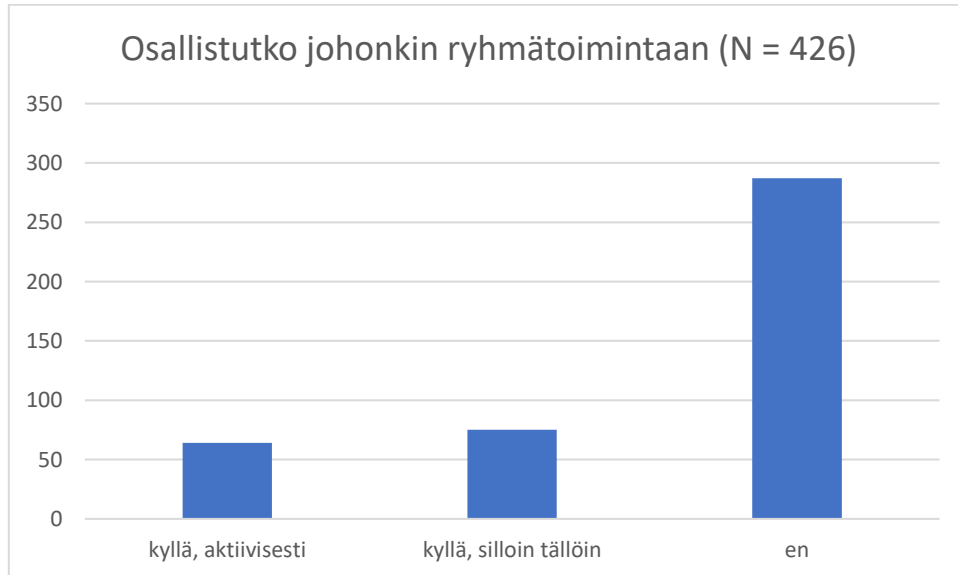
Vastausvaihtoehdot ovat:

1 = Kyllä, aktiivisesti

2 = Kyllä, silloin tällöin

3 = En

KUVIO 7. Ryhmätoimintaan osallistumisen aktiivisuus



Selvä enemmistö työttömistä ei ole osallisena ryhmätoiminnoissa (Kuvio 7). Vastaajista vain 33 % (n = 139) osallistuu aktiivisesti tai silloin tällöin johonkin ryhmätoimintaan ja 67 % (n = 287) ei ole osallisena missään ryhmätoiminnassa. Analyysissä olen kiinnostunut vain, että

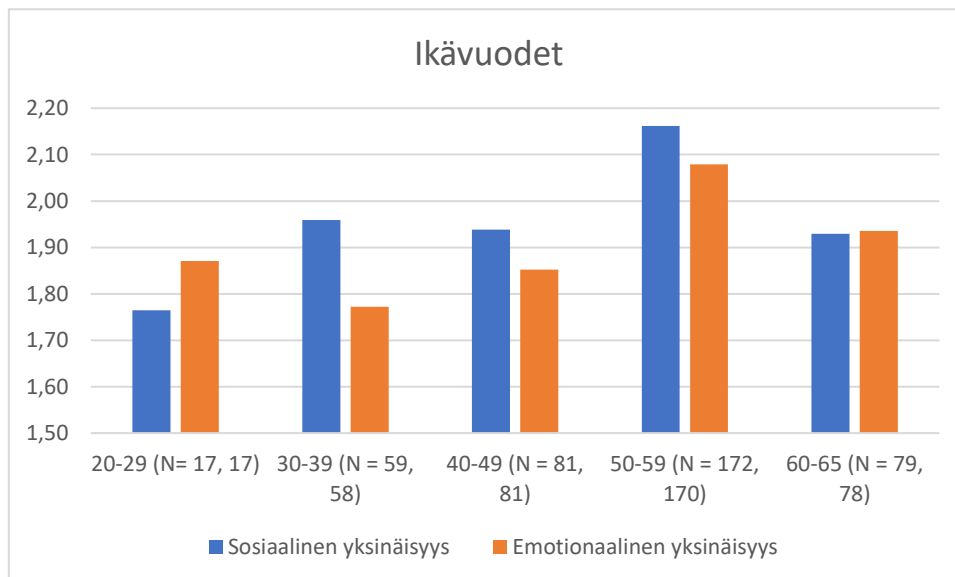
onko vastaaja osallisena ryhmätoiminnassa vai ei, joten myöhempää analyysiä varten lisäksi *kyllä, aktiivisesti* ja *kyllä, silloin tällöin* arvot yhteen.

3.3.3. Demografiset muuttujat

Tutkimuksen demografiset taustamuuttujat esiteltiin jo aiemmin, joten niiden deskriptiivinen esittely ei enää tässä kappaleessa ole tarpeellista. Päätin siis tutkia tässä osiossa jo alustavasti taustamuuttujien ja yksinäisyyden suhdetta, samalla käyden läpi muuttujaan tehdyt muutokset.

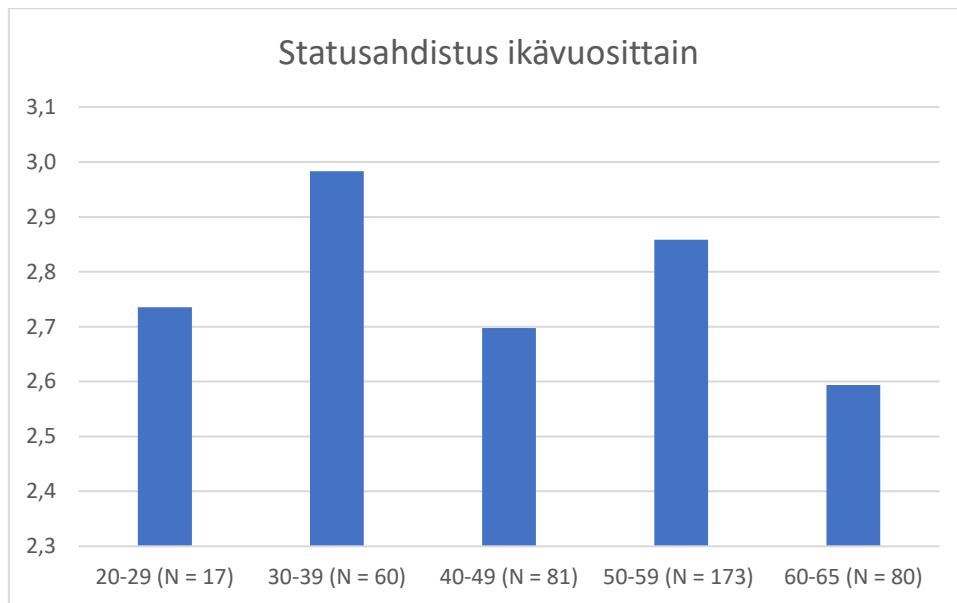
Ikä vaikuttaa yksinäisyyden kokemiseen tilastollisesti melkein merkitsevästi ($p < 0,05$) (Kuvio 8). Aineiston perusteella pitkäaikaistyöttömien yksinäisyys kohoaa iän mukana 60-vuotiaaksi asti, jonka jälkeen yksinäisyyden kokemus taas vähenee. Ainoa ero tässä trendissä on 20–29-vuotiaiden emotionaalien yksinäisyys, joka on selkeästi korkeampi kuin voisi olettaa. Ero voi kertoa jostain todellisesta, tai vaihtoehtoisesti johtuu 20-29-vuotiaiden vähäisestä edustuksesta aineistossa ($n = 17$), joten tämän ryhmän tulos voi selittyä vain pienen otoksen satunnaisvaihtelulla. 60-vuotiaana tapahtuva yksinäisyyden väheneminen saattaa selittyä eläkkeelle pääsystä tai muuten vain yhteiskunnan odotusten vähenemisenä työssä olemiselle. Jos tämä on totta, niin iän pitäisi vaikuttaa myös statusahdistukseen samalla tavoin.

KUVIO 8. Sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys ikävuosien mukaan tarkasteltuna



Tarkastelemalla statusahdistusta saadaan äskeiselle selitykselle osittaista tukea. Kuvio 9 näyttää, että 60-vuotiailla työttömällä on alhaisempi statusahdistus kuin kaikilla muilla ikäryhmillä. Oletan, että 60-vuotiaat kokevat, että heidän työttömyyttään ei enää arvostella samalla tavalla kuin aiempina ikävuosina, joka vähentää heidän paineitaan muiden arvostuksen saannista, siten vähentäen heidän kokemaansa yksinäisyyttä.

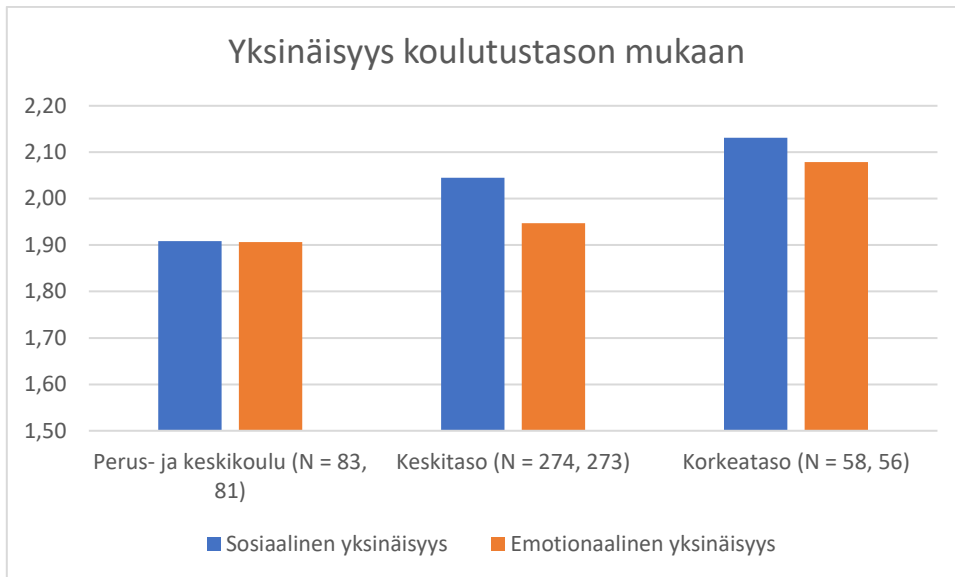
KUVIO 9. Statusahdistus ikävuosittain tarkasteltuna



Koulutus

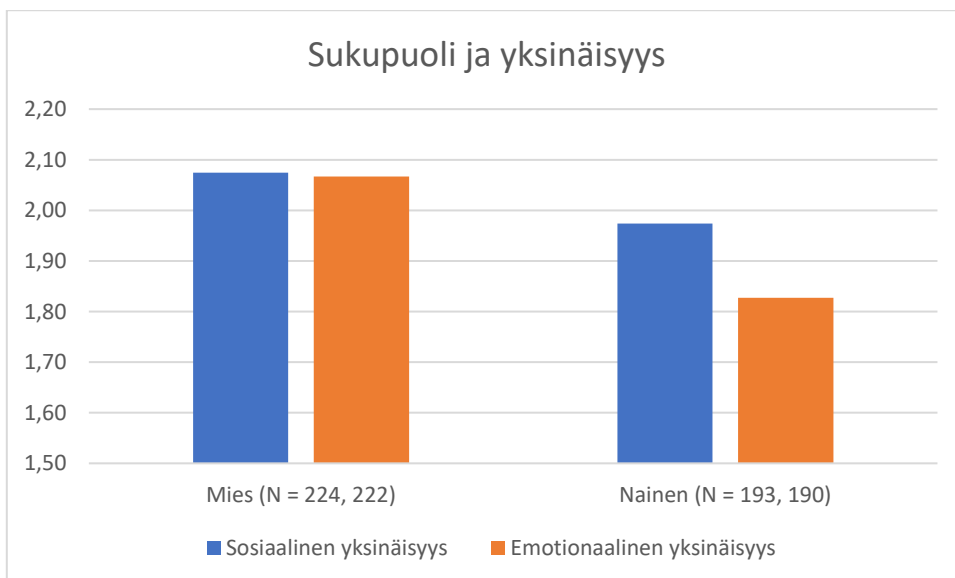
Koulutuksessa vastaukset on muokattu kolmiasteiseksi. Perustasoon on yhdistetty vastausvaihtoehdot *kansakoulu tai peruskoulu ja keskikoulu*. Keskitaso koostuu vastausvaihtoehdoista *ammattikoulu tai vastaava, lukio ja opistotutkinto*. Korkeatasoon on yhdistetty vastaukset *alempi korkeakoulututkinto ja ylempi korkeakoulututkinto*. Vastausvaihtoehto *ei koulutusta tai koulutus kesken* on jätetty kategorisoinnista kokonaan pois vähäisten havaintojen ($n = 4$) ja analyysin tulkittavuuden takia.

Yksinäisyydessä on näennäisesti eroja koulutuksen suhteen. Kun koulutustaso kohoaa, työttömät näyttävät olevan yksinäisempiä (Kuvio 10). Erot eivät kuitenkaan ole tilastollisesti merkitseviä ($p > 0,05$) eli koulutuksen vaikutus yksinäisyyteen pysyy tässä tarkastelussa näennäisenä.

KUVIO 10. Yksinäisyys koulutustason mukaan tarkasteltuna

Sukupuoli

Sukupuolesta vastausvaihtoehto *en halua kertoa* on poistettu analyysistä (n = 2) vastausten vähäisyyden takia. Vastausvaihtoehdossa *muu* ei ollut yhtään havaintoa, joten se ei myöskään ole mukana analyysissä.

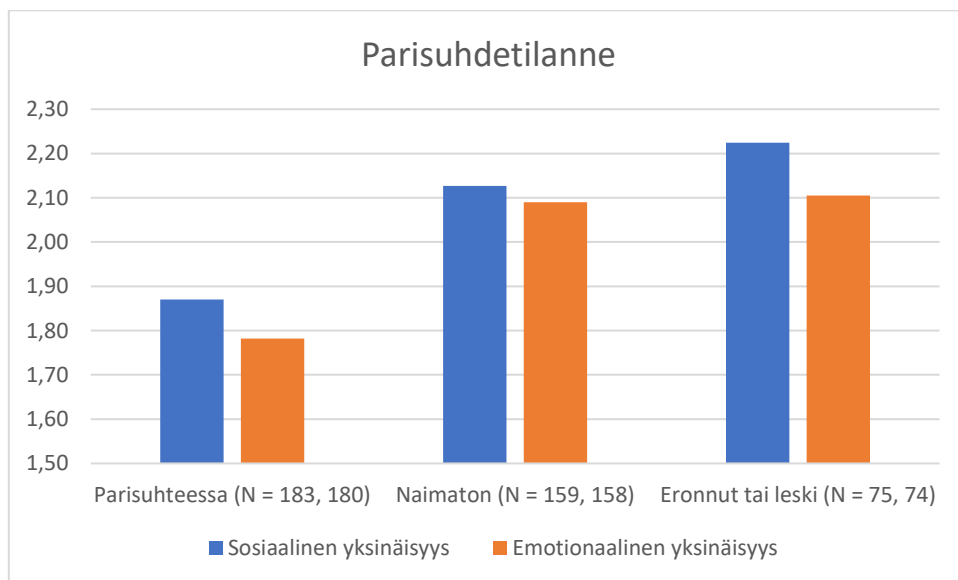
KUVIO 11. Yksinäisyys sukupuolittain tarkasteltuna

Miesten emotionaalinen yksinäisyys on korkeampi (2,07) kuin naisten (1,80) ja ero on tilastollisesti erittäin merkitsevä ($p < 0,001$) (Kuvio 11). Toisaalta sosiaalisessa yksinäisyydessä ei ole tilastollisesti merkitseviä eroja sukupuolten välillä ($p > 0,05$).

Parisuhde

Otin parisuhdetilannetta mittaukseen vastaukset siviilisäädyn kysymyksestä (Liite 1, kysymys 3). Arvoon ”parisuhteessa” yhdistin siviilisäädyn arvot *naimisissa*, *avoliitossa*, *rekisteröity parisuhde* ja *vakituinen parisuhde, mutta asumme erillään*. *Naimaton* on sama kuin kyselyssä esiintyvä vastausvaihtoehto. Yhdistin muuttujan kolmanneksi arvoksi vastausvaihtoehdot *eronnut* ja *leski*, koska ajattelen niiden olevan tässä kontekstissa sisällöllisesti samanlaisia eli tässä ryhmässä on henkilöt, jotka ovat aiemmin olleet parisuhteessa. Halusin tällä muutoksella vakioida parisuhteen loppumisen tuloksena esiintyvän yksinäisyyden (kts. Ben-Zur & Michael 2016).

KUVIO 12. Yksinäisyys parisuhdetilanteen mukaan tarkasteltuna



Erot sosiaalisessa ja emotionaalisisessa yksinäisyydessä ovat erittäin merkitseviä parisuhteen mukaan ($p < 0,001$) (Kuvio 12). Parisuhteessa olevat osoittavat selkeästi alhaisempaa yksinäisyyttä kuin naimattomat, eronneet tai lesket. Eronneiden ja leskien yksinäisyys on samalla tasolla kuin naimattomilla.

4. USEAN MUUTTUJAN ANALYYSI

4.1. Yksinäisyyden ja eriarvoisuuden korrelaatiokertoimet sekä multikollineaarisuus

Esittelen tässä eriarvoisuus ja yksinäisyys-muuttujien korrelaatiokertoimet.

Korrelaatiokertoimet auttavat havainnoimaan muuttujien välisiä yhteyksiä. Korrelaatiokerroin saa arvon -1 – 1 välillä, jossa 0 viittaa, että muuttujien välillä ei ole mitään korrelaatiota ja 1 tarkoittaa täyttä korrelaatiota. Koska lineaarisessa regressiossa tulee välttää multikollineaarisuutta. Multikollineaarisuus viittaa selittävien muuttujien väliseen korrelaatioon, joka vaikuttaa regressiomallin tulkintaan (Metsämuuronen 2008, 21).

TAULUKKO 2. Yksinäisyyden ja eriarvoisuuden korrelaatiokertoimet

Korrelaatiokertoimet	Emotionaalinen yksinäisyys	Sosiaalinen yksinäisyys	Statusahdistus	Epäluottamus	Menojen kattaminen	Ei harrastuksia
Emotionaalinen yksinäisyys	1	,747**	,517**	,327**	,249**	0,039
Sosiaalinen yksinäisyys	,747**	1	,591**	,305**	,268**	0,085
Statusahdistus	,517**	,591**	1	,354**	,364**	0,067
Epäluottamus	,327**	,305**	,354**	1	,253**	,129**
Menojen kattaminen	,249**	,268**	,364**	,253**	1	0,090
Ei harrastuksia	0,039	0,085	0,067	,129**	0,090	1

(** = $p < 0,01$)

Taulukosta 2 voi lukea, että yksinäisyyden muodot ovat yhteydessä toisiinsa (0,747) sekä statusahdistukseen, epäluottamukseen ja menojen kattamiseen. Statusahdistuksella on kaikista suurin korrelaatio (emotionaalinen yksinäisyys 0,517, sosiaalinen yksinäisyys 0,591), joka on lähes kaksi kertaa suurempi kuin epäluottamuksen (0,327, 0,305) ja menojen kattamisen (0,249, 0,268) yksinäisyyksien korrelaatio. Yksinäisyyksillä ei kuitenkaan ole lähes mitään yhteyttä harrastustoiminnan puutteeseen. Vastaajan harrastamattomuus ei ole itse asiassa tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä myöskään mihinkään eriarvoisuuden muuttujaan paitsi lievästi sosiaaliseen epäluottamukseen (0,129, $p < 0,01$). Statusahdistuksella, epäluottamuksella ja menojen kattamisella on kaikilla keskinäistä korrelaatiota. Näiden muuttujien välinen korrelaatio ei ole kuitenkaan niin suurta, että regressiomallin luominen olisi näillä muuttujilla

arveluttavaa. Ohjenuorana korrelaatiokerroin 0,70 on raja, jolloin selittävien muuttujien korrelaatio on ongelmallista (Taanila 2010, 20), mutta yksikään eriarvoisuuden muuttuja ei saa tässä lähellekään raja-arvon mukaisia korrelaatiokertoimia.

Tilan takia en saanut laitettua korrelaatiokerrointen taulukkoon sosiodemografisia muuttujia, joten varmistaakseni myös niiden multikollineaarisuudettomuuden ja saadakseni muutenkin lisää varmistusta, että muuttujia regressioanalyysiä voi tulkita ongelmattomasti, tarkastin myös selittävien muuttujien Tolerance- ja VIF-arvot. Tolerance voi saada arvon nollan ja yhden välillä, jossa pienempi arvo tarkoittaa korkeampaa multikollineaarisuutta. VIF (*variation inflation factor*) puolestaan kasvaa nolasta kohti ääretöntä sitä mukaa, kun muuttujissa on löydettävissä yhteisvaihtelua. Tolerance lähellä 0,2 ja VIF yli 4 ovat viestejä multikollineaarisesta muuttujasta. (Jokivuori & Hietala 2007, 50–51.) Kuten taulukosta 3 on nähtävissä, yksikään tulevan regressiomallin selittävistä muuttujista ei ole lähellekään näitä raja-arvoja. Taulukon 2 korrelaatiokerrointen ja taulukon 3 Tolerance ja VIF-arvojen pohjalta voidaan tulkita, että regressiomallin selittävät muuttujat eivät korreloi keskenään tavalla, joka tuottaisi häiriöitä regressiomallin tulkinassa.

TAULUKKO 3. Selittävien muuttujien Tolerance ja VIF

Selittävien muuttujien Tolerance ja VIF	Sosiaalinen yksinäisyys		Emotionaalinen yksinäisyys	
	Tolerance	VIF	Tolerance	VIF
Muuttujat				
Ikä	0,92	1,09	0,92	1,09
Mies (nainen)	0,93	1,07	0,93	1,08
Keskitaso (peruskoulu)	0,67	1,50	0,67	1,50
Korkeataso (peruskoulu)	0,66	1,52	0,66	1,52
Naimaton (parisuhteessa)	0,78	1,27	0,78	1,28
Eronnut tai leski (parisuhteessa)	0,76	1,32	0,76	1,31
Rahaongelmat	0,78	1,29	0,78	1,29
Epäluottamus	0,82	1,22	0,82	1,22
Statusahdistus	0,79	1,27	0,78	1,28

4.2. Regressiomalli

Olen jättänyt regressiomallista pois harrastuksiin osallistumista mittaavan muuttujan. Harrastuksiin tai järjestötoimintaan osallistuminen eivät vastoin odotuksia korreloineet yksinäisyyden kanssa itsenäisesti kuten taulukon 2 korrelaatiokertoimista tuli ilmi, tai myöskään lisättynä taulukon 4 regressiomalleihin ($p > 0,05$). Harrastusmuuttujan lisääminen ei myöskään merkittävästi muuttanut muiden selittävien muuttujien arvoja käyttämissäni regressiomalleissa. Päätin siksi jättää harrastusmuuttujan pois lopullisista regressiomalleista yksinkertaisuuden nojaten, koska tällöin mallin tulkinta helpottuu ja siitä tulee lukijaystävällisempi. Yleinen ohje on, että malliin lisätyt muuttujat tulisi minimoida, kunhan malli ei huonone (Bursac, Gauss, Williams & Hosmer 2008, 1–2; Metsämuuronen 2005, 661).

TAULUKKO 4. Usean muuttujan lineaarinen regressioanalyysi

Regressiomalli (N = 394, 390)	Malli 1		Malli 2		Malli 3		Malli 4	
	Sos. Yks.	Emot. Yks.	Sos. Yks.	Emot. Yks.	Sos. Yks.	Emot. Yks.	Sos. Yks.	Emot. Yks.
Selittävä muuttuja (verrokkiryhmä)								
Ikä	0,07	0,12*	0,09	0,14**	0,06	0,11*	0,11**	0,16***
Mies (nainen)	0,04	0,13*	0,01	0,11*	0,006	0,09*	-0,002	0,09*
Keskitaso (peruskoulu)	0,12*	0,05	0,13*	0,06	0,15*	0,08	0,10*	0,04
Korkeataso (peruskoulu)	0,12*	0,10	0,14*	0,12*	0,17**	0,16*	0,13*	0,12*
Naimaton (parisuhteessa)	0,18**	0,20***	0,15*	0,18**	0,14*	0,16**	0,13**	0,16**
Eronnut tai leski (parisuhteessa)	0,19***	0,16**	0,12*	0,09	0,12*	0,08	0,08	0,06
Rahaongelmat			0,23***	0,20***	0,17**	0,15**	0,03	0,03
Epäluottamus					0,26***	0,27***	0,10*	0,14**
Statusahdistus							0,53***	0,44***
Selitysaste (adjusted r squared)	0,05	0,07	0,08	0,11	0,16	0,18	0,38	0,33

(* = $p < 0,05$, ** = $p < 0,01$, *** = $p < 0,001$). Kertoimet ovat standardoituja Beta-kertoimia. Selittävän muuttujan sulkeissa on verrokkiryhmä, johon dummy-muuttujan arvoa verrataan.

Malli 1 (Taulukko 4) sisältää vain taustamuuttujat iästä, sukupuolesta, koulutustasosta ja parisuhdetilanteesta. Näistä muuttujista selkeimmin yksinäisyyteen vaikuttaa siviilisäät.

Naimattomilla ja eronneilla on tilastollisesti merkittävästi enemmän sosiaalista ja emotionaalista yksinäisyyttä kuin parisuhteessa olevilla. Miehillä vaikuttaisi olevan myös tilastollisesti melkein merkitsevästi ($p < 0,05$) enemmän emotionaalista yksinäisyyttä kuin naisilla. Malli 1 selittää yksinäisyyttä kuitenkin hyvin vähän, keskimäärin vain kuuden prosentin (sosiaalinen yksinäisyys 5 %, emotionaalinen yksinäisyys 7 %) verran.

Kun malliin lisätään rahaongelmat (malli 2), selitysvoima on hieman parempi kuin aiemmin, koska yksinäisyyden vaihtelusta selittyy noin kymmenes (sosiaalinen yksinäisyys 8 %, emotionaalinen yksinäisyys 11 %). Rahaongelmat ovat tässä mallissa kaikista merkittävien selittäjä ($p < 0,001$) molemmille yksinäisyyden muodoille, kertoimilla 0,23 sosiaalisessa ja 0,20 emotionaalisessa yksinäisyydessä.

Epäluottamuksen lisääminen regressiomalliin (malli 3) lisää selitysvoimaa 16 %:iin sosiaalisessa yksinäisyydessä ja 18 %:iin emotionaalisessa yksinäisyydessä. Epäluottamus muodostuu malleissa tilastollisesti erittäin merkitseväksi ($p < 0,001$) kertoimella 0,23 sosiaalisessa ja 0,20 emotionaalisessa yksinäisyydessä, samalla tiputtaen rahaongelmien vaikutusta yksinäisyyteen edelliseen malliin nähden, erittäin merkitsevää ($p < 0,001$) merkitseväksi ($p < 0,01$). Sosiodemografisten muuttujien p-arvoista epäluottamuksen vakioiminen vaikuttaa vain sosiaalisen yksinäisyyden selittäjänä koulutustasoihin, nostaen korkeatason koulutuksen melkein merkitsevää ($p < 0,05$) merkitseväksi ($p < 0,01$), mutta kerroin nousee 0,14:sta vain kertoimeksi 0,17, joten p-arvon muutoksesta huolimatta kyseessä ei ole suuri muutos.

Viimeisessä mallissa selittäväksi muuttujaksi lisättiin statusahdistus (malli 4), joka on erittäin voimakkaasti yhteydessä molempiin yksinäisyyden muotoihin. Sosiaalisessa yksinäisyydessä statusahdistuksen kerroin on 0,53 ($p < 0,001$) ja emotionaalisessa yksinäisyydessä 0,44 ($p < 0,001$). Statusahdistus nostaa regressiomallin selitysvoiman sosiaalisessa yksinäisyydessä 38 prosenttiin ja emotionaalisessa yksinäisyydessä 33 prosenttiin, jolloin mallia voidaan alkaa pitää hyvänä selityksenä yksinäisyydelle (Jokivuori & Hietala 2007, 46; Metsämuuronen 2008, 91-93). Sosiaalinen yksinäisyys selittyy myös ensimmäistä kertaa emotionaalista yksinäisyyttä paremmin näissä malleissa. Statusahdistuksen vakioiminen tiputtaa rahaongelmien selitysvoiman tilastollisesti ei-merkitseväksi ($p > 0,05$) ja sen kerroin on vain 0,03 molemmille

yksinäisyyden muodoille, verrattuna sen aiemman mallin kertoimiin 0,17 ja 0,15. Statusahdistuksen vakiointi vähentää myös epäluottamuksen kertoimia yli puolella. Voidaan päätellä, että statusahdistus on eriarvoisuuden indikaattoreista kaikista vahvin selittäjä pitkäaikaistyöttömien yksinäisyydelle. Huomattavaa on kuitenkin, että epäluottamus selittää yhä itsenäisesti yksinäisyyttä esimerkiksi lähes yhtä paljon kuin naimattomana oleminen suhteessa parisuhteessa oleviin. Rahaongelmilla ei kuitenkaan tässä tarkastelussa löydy enää mitään itsenäistä vaikutusta yksinäisyyden kokemukseen eli epäluottamuksen ja statusahdistuksen vakiointi on hävittänyt sen kokonaan merkitsevistä muuttujista.

Sosiodemografisissa muuttujissa statusahdistuksen vakiointi nostaa iän selitysvoimaa, erityisesti emotionaalisen yksinäisyyden osalta erittäin paljon ($p < 0,001$). Tämä muutos selittynee huomiolla, joka tehtiin jo ikää ja statusahdistusta tarkasteltaessa: statusahdistuksen vakiointi luultavasti tasoittaa ikäryhmien eroja yksinäisyydessä. Tällöin lineaarisen regression oletus riippuvuuden lineaarisuudesta ikämuuttujan yläpäässä täyttyy paremmin, tehden iästä malliin sopivamman muuttujan. Statusahdistuksen vakiointi vaikuttaa myös koulutustasoon, sillä sen selitysvoima alenee samalle tasolle kuin ennen epäluottamuksen vakiointia ($p < 0,05$).

Mallissa 4 on mielenkiintoista, että naimattomien yksinäisyys on tilastollisesti merkitsevästi korkeampaa kuin parisuhteessa olevilla ($p < 0,01$), mutta eronneet ja lesket eivät eroa parisuhteessa olevista ($p > 0,05$). Ennen eriarvoisuuden vakiointia (malli 1) eronneena tai leskenä olemisen erot parisuhteessa oleviin oli samalla tasolla kuin naimattomilla. On mahdollista, että eronneet ja lesket kokevat vähemmän eriarvoisuutta ja etenkin statusahdistusta kuin naimattomat, mutta tätä tulisi tutkia tarkemmin.

5. LOPPUTULOKSET JA POHDINTA

Tämä tutkimus lisää tietoa yksinäisyydestä tutkimalla pitkäaikaistyöttömien yksinäisyyttä eriarvoisuuden näkökulmasta. Tutkimus antaa lisää tukea Juho Saaren (2016b, 34) väitteelle, että status on yksinäisyyden taustalla oleva mekanismi. Statusahdistus oli tässä tutkimuksessa oletukseni mukaisesti erittäin hyvä selittäjä pitkäaikaistyöttömien yksinäisyyden vaihtelulle.

Aiempien tutkimusten mukaan toisiin ihmisiin luottamattomuus ja statusahdistus ovat suurimmat selittäjät eriarvoisuuden negatiivisille hyvinvoinnin ja elämäntyytyväisyyden vaikutuksille (Delhey & Dragolov 2014). Tämä tutkimus antaa samankaltaisen tuloksen, sillä epäluottamus ja statusahdistus selittävät itsenäisesti yksinäisyyden vaihtelua. Tulee kuitenkin huomata, että epäluottamuksen kohdalla kaikki aiemmat tutkimukset eivät ole löytäneet sen yhteyttä terveyteen Suomessa ja muissa tasa-arvoisemmissa maissa (Kim, Subramanian & Kawachi 2008, 168), joten tämä tutkimus antaa lisää tukea sille, että epäluottamus voi vaikuttaa hyvinvointiin myös täällä. On mahdollista, että epäluottamuksen yhteyden yksinäisyyteen voi tässä yhteydessä käsittää Cacioppon sanoittamaksi pessimistiseksi sosiaalisesti odotusarvoksi (Cacioppo & Patrick 2009, 34). Tällöin voidaan tulkita, että yksinäisyyden lisääntyessä toisiin ihmisiin aletaan luottaa vähemmän, koska sosiaaliset tilanteet koetaan uhkaaviksi. Työttömyyden on myös aiemmin havaittu altistavan epäluottamuksen kokemukselle (Kortteinen & Tuomikoski 1998, 61), mutta tämä tutkimus lisää ymmärrystä, että työttömien epäluottamus on lisäksi yhteydessä heidän yksinäisyyteensä. Epäluottamuksen vaikutuksen suuruus oli statusahdistuksen vakioimisen jälkeen rinnastettavissa parisuhdestatuksen vaikutukseen.

Epäluottamuksen lisäksi tässä tutkimuksessa tarkasteltiin myös sosiaalisiin ryhmiin osallistumista, joita yhdessä käsiteltiin sosiaalisena pääomana. Harrastus- tai yhteisötoiminta ei kuitenkaan osoittanut minkäänlaista yhteyttä yksinäisyyteen, joka tuli minulle yllätyksenä. Yhteisöihin osallistumisen ja terveyden suhteen havainnot ovat olleet tutkimuksissa ristiriitaisia (Fujiwara & Kawachi 2008, 143). Oletin kuitenkin, että ainakin yksinäisyys olisi hyvinvoinnin taustatekijä, johon yhteisötoiminta vaikuttaisi selkeästi, mutta tulokset eivät tukeneet tätä oletusta. Kirjallisuudesta voidaan esittää yhteyden puutteelle selitys, että työttömät eivät nauti vapaa-ajastaan ja harrastuksistaan yhtä paljon kuin työssäkäyvät (Parker 1985, 65–68).

Saari (2009, 208) on huomannut yhteyden yksinäisyyden ja tulojen riittämättömyyden välillä. Tämä tutkimus antaa jonkin verran todisteita kyseistä havaintoa vastaan. Aiemmissä tutkimuksissa on todettu, että kun epäluottamusta, statusahdistusta ja taloudellista tilannetta eriarvoisuuden mittareina verrataan hyvinvointiin, taloudellisen tilanteen vaikutus on hyvin pieni verrattuna muihin (Delhey & Dragolov 2014). Tämä tutkimus tukee näitä havaintoja, koska taloudellinen tilanne ei ollut ollenkaan tilastollisesti merkitsevä selittäjä, kun muut eriarvoisuuden muuttujat vakioitiin. Tämä tulos antaa viitteitä, että taloudellisen tilanteen vaikutus yksinäisyyteen saattaa olla näennäinen ja taloudellinen tilanne vaikuttaa yksinäisyyteen vain, koska sen taustalla on muiden antama statusarviointi.

Yksinäisyyden on aiemmissä tutkimuksissa nähty olevan yleensä lievästi sukupuolittunutta (Weiss 1973, 24–25; Pinguart & Sörensen 2001). Suomessa yleisesti naiset kokevat vähemmän emotionaalista yksinäisyyttä kuin miehet (Junttila ym. 2016, 164–165). Myös tässä tutkimuksessa pitkäaikaistyöttömät miehet kokevat enemmän emotionaalista yksinäisyyttä kuin naiset. Tulos piti paikkaansa myös regressioanalyysissä, joten sukupuolella näyttää olevan pieni mutta itsenäinen vaikutus emotionaaliseen yksinäisyyteen. Sukupuolella ei kuitenkaan ollut mitään yhteyttä sosiaaliseen yksinäisyyteen tässä tarkastelussa.

Miesten korkeampi riski emotionaalisen yksinäisyyden kokemiseen on sosiaalityön kannalta huomionarvoista, koska sosiaalityössä yksinäisyyttä on huomioitu interventioilla kuten ryhmätoiminnoilla ja yhteisöihin osallistamisella, mutta sosiaalityö ei ole yhtä aktiivisesti edistänyt läheisten ihmissuhteiden luomista ja ylläpitoa (Shiovitz-Ezra & Leitsch 2010). Sosiaalityön tulisi huomioida erityisesti pitkäaikaistyöttömien miesten yleisempi läheisten ihmissuhteiden puute, jotta heille voitaisiin tarvittaessa kohdentaa interventioita intiimien sosiaalisten suhteiden paikkaamiseen. Työttömien kanssa työskentelyssä tulee ottaa huomioon myös yksinäisyyden taustalla oleva statusahdistus, ja mahdollisesti kehittää tapoja, joilla statusahdistusta voidaan ehkäistä tai lievittää työttömyyden pitkittyessä.

Parisuhteessa olevat osoittivat oletusten mukaisesti vähemmän yksinäisyyttä kuin naimattomat. Parisuhteessa olemattomat kokevat aiemmissä tutkimuksissa johdonmukaisesti keskimäärin enemmän yksinäisyyttä (esim. Hughes, Waite, Hawkley & Cacioppo 2004; Saari 2009, 124) ja yksinäisyydestä johtuvaa stressiä (Ta, Gesselman, Perry, Fisher & Garcia 2017) kuin parisuhteessa olevat. Aiemmissä tutkimuksissa lesket ovat osoittautuneet onnellisemmiksi

kuin aina naimattomana olleet (Tilburg & Suanet 2018; Pinguart 2003), mutta tässä tarkastelussa nämä ryhmät näyttäytyivät samanlaisina yksinäisyyden suhteen, paitsi kun regressioanalyysissä vakioitiin eriarvoisuuden muuttujia, jolloin leskien ja eronneiden yksinäisyys aleni lähemmäksi parisuhteessa olevien arvoja. On mahdollista, että eriarvoisuus ja erityisesti statusahdistus vaikuttaa vahvimmin naimattomiin, koska yhteiskunta olettaa parisuhteessa olemista, jolloin statusahdistuksen merkitys yksinäisyydelle näkyy vain naimattomissa. Toisin sanoen naimattomat saattavat hävetä naimattomuuttaan, mikä johtaa lisääntyneeseen yksinäisyyteen. Tämän oletuksen varmentaminen vaatisi kuitenkin lisää tutkimusta.

Delhey ja Dragolov kirjoittavat (2014), että statusahdistuksen vaikutus hyvinvointiin on voimakkaampaa köyhissä maissa ja epäluottamus on tärkeämpi tekijä rikkaissa maissa. Tämän tutkimuksen puitteissa heidän lopputulokseensa tulee lisätä, että statusahdistus saattaa olla epäluottamusta vakavampi tekijä myös rikkaiden maiden hierarkian heikommassa yhteiskuntaryhmissä.

Tutkimuksen kriittinen arviointi ja jatkotutkimukset

On mahdollista, että analyysi olisi kannattanut tehdä vain postikyselyyn vastanneiden otoksella, sillä koeryhmä valikoitui joukosta, jotka kävivät työvoimapalveluissa ja halusivat osallistua tutkimukseen. Tämä vaikuttaa otoksen edustavuuteen, koska se ei ole yhtä satunnaistettu kuin postikyselyyn vastanneiden joukko. Täytyy kuitenkin ottaa huomioon, että postikyselystä hankittu aineisto ei ollut myöskään täysin satunnaistettu, koska vastaajat saivat myös valita osallistuuko tutkimukseen vai ei, joka synnyttää valikoitumista. Koeryhmä edustaa noin neljännestä koko analyysiin käytetystä aineistosta, joten en kuitenkaan ajattele tuloksien olevan merkittävästi erilaisia koeryhmän poistamiseen verrattuna. Tilastollisen analyysin voima olisi myös heikentynyt pienemmällä otoksella.

Analyysimenetelmänä olisi pystytty käyttämään myös logistista regressioanalyysia lineaariseen sijaan, jonka etuna olisi ollut helpompi tulkittavuus ja lievemmat tilastolliset vaatimukset. Logistinen regressio vaatii, että selitettävä muuttuja on vain kaksiluokkainen, joten yksinäisyyden kohdalla se olisi vaatinut tiettyjä mittarin raja-arvoja, joilla vastaaja voitaisiin luokitella yksinäiseksi ja ei-yksinäiseksi. (Jokivuori & Hietala 2007, 58–59.)

Tällaisia vakiintuneita raja-arvoja ei ole tehty, mutta raja-arvot olisi voitu ottaa esimerkiksi Junttilan (2018, 205) ehdottamista raja-arvoista, jotka perustuvat suomalaisten keskiarvoihin ja keskihajontaan. Mikäli minulla olisi enemmän aikaa ja voisin tehdä analyysin uudelleen, tekisin sen luultavasti logistisella regressioanalyysillä. Tässä tutkimuksessa käytetyssä lineaarisessa regressiossa saatetaan rikkoa liikaa sen oletuksia ainakin muuttujien normaalijakautumisesta, joista luultavasti huomattavin on emotionaalisen yksinäisyyden jakauma, joka on melko paljon kallellaan arvojen alapäähän. En huomannut tehdä sen jakaumaan korjauksia ennen kuin analyysi oli liian pitkällä sitä muuttaakseni. Tutkimuksen keskeiset tulokset ovat tästä huolimatta loogisia aiempien tutkimusten ja teorian perusteella, joten analyysi toimi luultavasti oikein pienestä tilastollisesta rikkeestä huolimatta.

Jatkotutkimuksia ajatellen eriarvoisuutta ja työttömyyttä yksinäisyyden mekanismeina tutkittaessa olisi ilmeistä tarvetta pitkittäistutkimuksille, joissa vakioitaisiin yksinäisyyden ja eriarvoisuuden muuttujat työssä ollessa ja työttömäksi joutuessa, jolloin niiden kehitystä voitaisiin seurata. Vaikka tällainen tutkimusasetelma olisi tulosten kannalta erittäin mielenkiintoinen, sen luominen voi olla hankalaa ja tuottaa eettisiä ongelmia.

Hankalan pitkittäistutkimuksen sijaan jatkotutkimusten suhteen voisi olla mielenkiintoista tutkia eriarvoisuuden vaikutuksia yksinäisyyteen valtaväestön osalta. Erityisesti statusahdistuksen oletetaan olevan voimakkaampaa ryhmissä, jotka ovat statukseltaan heikkoja (Paskov, Gërkhani & van de Werfhorst 2013, 7), joten jatkotutkimuksissa voisi selvittää, onko statusahdistuksella yhtä suuri vaikutus yksinäisyyteen ihmisryhmissä, jotka eivät lähtökohtaisesti ole statushierarkiassa heikossa asemassa kuten pitkäaikaistyöttömät ovat.

6. LÄHTEET

- Ahonen, Tiina (2016). Mekanismit hyvinvoinnin ja eriarvoisuuden välissä: Tarkastelussa statusstressi ja epäluottamus Suomessa. Pro gradu –tutkielma, Itä-Suomen yliopisto, Yhteiskuntatieteiden laitos.
- Álvarez, Elena Carrillo & Romaní, Jordi Riera (2017). Measuring social capital: Further insights. *Gaceta Sanitaria* 31(1), 56–61. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2016.09.002>
- Alatalo, Johanna (2018). Kuinka kauan huima työllisyyden kasvu voi jatkua? Työpoliittinen aikakauskirja 3/2018, 42–49. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-327-370-2>
- Aineistonhallinnan Käsikirja (2018). Tutkittavien informointi. Verkkojulkaisu. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Haettu 5.11.2018 osoitteesta <http://www.fsd.uta.fi/aineistonhallinta/fi/tutkittavien-informointi.html>
- Anderson, Cameron, Hildreth, John A.D., & Howland, Laura (2015). Is the desire for status a fundamental human motive? A review of the empirical literature. *Psychological Bulletin* 141(3), 574–601. <http://dx.doi.org/10.1037/a0038781>
- Ben-Zur, Hasida, & Michael, Keren (2016). Loneliness, coping and wellbeing following marital loss and separation: An empirical study. Teoksessa Rokach, Ami (toim.): *Correlates of Loneliness*. Bentham Science Publishers, Sharjah, 184–214
- Bursac, Zoran, Gauss, Heath C., Williams, David K., & Hosmer, David W. (2008). Purposeful selection of variables in logistic regression. *Source Code for Biology and Medicine*. 3(17). <https://doi.org/10.1186/1751-0473-3-17>
- Cacioppo, John T., & Patrick, William (2009) *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. W. W. Norton & Company: New York
- Cole, Matthew (2007) Re-thinking unemployment: A challenge to the legacy of jahoda et al. *Sociology* 41(6), 1133–1149. <https://doi.org/10.1177/0038038507082319>
- Cramer, Kenneth M., & Barry, Joanne E. (1999). Conceptualizations and measures of loneliness: A comparison of subscales. *Personality and Individual Differences*, 27(3), 491–502. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00257-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00257-8)

- Dahlberg, Lena & McKee, Kevin (2014). Correlates of social and emotional loneliness in older people: Evidence from an english community study. *Aging & Mental Health* 30(2), 504–514. <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.856863>
- de Botton, Alain (2004). *Status anxiety*. Uusintapainos, Penguin Books: London, 2005.
- de Jong Gierveld, Jenny, van Tilburg, Theo & Dykstra, Pearl A. (2016). New ways of theorizing and conducting research in the field of loneliness and social isolation. Teoksessa Vangelisti, Anita, Daniel, Perlman (toim.): *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (2. painos), Cambridge University Press, 485–501.
- de Jong Gierveld, Jenny, & Van Tilburg, Theo (2006). A 6-item scale for overall, emotional and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on Aging* 28(5), 582–598. <https://doi.org/10.1177/0164027506289723>
- Delhey, Jan, & Dragolov, Georgi (2014). Why inequality makes europeans less happy: The role of distrust, status anxiety, and perceived conflict. *European Sociological Review* 30(2), 151–165. <https://doi.org/10.1093/esr/jct033>
- Delhey, Jan, Schneickert, Christian, & Steckermeier, Leonie C. (2017). Sociocultural inequalities and status anxiety: Redirecting the spirit level theory. *International Journal of Comparative Sociology* 58(3), 215–240. <https://doi.org/10.1177/0020715217713799>
- Dieckhoff, Martina & Gash, Vanessa (2015). Unemployed or alone? Unemployment and social participation in Europe. *International Journal of Sociology and Social Policy* 35(1), 67–90. <https://doi.org/10.1108/IJSSP-01-2014-0002>
- Durlauf, Steven N. (2001). Bowling alone: A review essay. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 47(3), 259–273. [https://doi.org/10.1016/S0167-2681\(01\)00210-4](https://doi.org/10.1016/S0167-2681(01)00210-4)
- Ervasti, Heikki (2003). Työttömyys elämäntilanteena. Teoksessa Kangas, Olli (toim.): *Laman varjo ja nousun huuma*. Helsinki: KELA, Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 72, 119–152.
- Ezzy, Douglas (1993). Unemployment and mental health: A critical review. *Social Science & Medicine* 37(1), 41–52. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(93\)90316-V](https://doi.org/10.1016/0277-9536(93)90316-V)

- Fujiwara, Takeo & Kawachi, Ichiro (2008). Social capital and health: A study of adult twins in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine* 35(2).
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2008.04.015>
- George, Darren & Mallery, Paul (2003). *Spss for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update (4. painos). Allyn & Bacon, Boston.
- Gonçalves, Diogo (2012). Philosopher alain de botton on status anxiety. *Psychology Today*.
Haettu 2.8.2018 osoitteesta <https://www.psychologytoday.com/us/blog/there-are-free-lunches/201205/philosopher-alain-de-botton-status-anxiety>
- Gov.uk (2018). PM commits to government-wide drive to tackle loneliness. Verkköjulkaisu. Gov.uk. Haettu 3.8.2018 osoitteesta <https://www.gov.uk/government/news/pm-commits-to-government-wide-drive-to-tackle-loneliness>
- Granovetter, Mark (1995). *Getting a job: A study of contacts and careers*. (2. painos) University of Chicago Press, Chicago
- Hawkey, Louise C. & Cacioppo, John T. (2010) Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Herbig, Britta, Dragano, Nico & Angerer, Peter (2013). Health in the long-term unemployed. *Deutsches Ärzteblatt International*, 110(23-24), 413–419.
<https://doi.org/10.3238/arztebl.2013.0413>
- Hoare, Nancey P., & Machin, Anthony M. (2006). Maintaining wellbeing during unemployment. *Australian Journal of Career Development* 15(1), 19–27.
<https://doi.org/10.1177/103841620601500105>
- Holt-Lunstad, Julianne, Smith, Timothy B., Baker, Mark, Harris, Mark & Stephenson, David (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227–237. <https://doi.org/10.1177/1745691614568352>
- Hughes, Mary, E., Waite, Linda, J., Hawkey, Louise, C. & Cacioppo, John, T. (2004). A short scale for measuring loneliness in large surveys: Results from two population-based

- studies. *Research on Aging* 26(6), 655–672. <https://doi.org/10.1177/0164027504268574>
- Hult, Marja, Saaranen, Terhi & Pietilä, Anna-Maija (2016). Työttömien kokemuksia terveydestä ja hyvinvoinnista: Haastattelututkimus. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakausilehti* 53(1) 108–118
- ILO (2010). *World of work report 2010: From one crisis to the next?*. International Labour Organization. Haettu 2.8.2018 osoitteesta: http://www.ilo.org/global/publications/ilo-bookstore/order-online/books/WCMS_145259/lang--en/index.htm
- Itä-Suomen yliopisto. Tiina Ahonen sai Westermarck-seuran gradupalkinnon. Verkkojulkaisu. UEF. Haettu 31.7.2018 osoitteesta: <https://www.uef.fi/-/tiina-ahonen-sai-westermarck-seuran-gradupalkinnon>
- Jahoda, Marie (1981). Work, employment, and unemployment: Values, theories, and approaches in social research. *American Psychologist*, 36(2), 184–191. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.36.2.184>
- Jokivuori, Pertti & Hietala, Risto (2007). Määrällisiä tarinoita: Monimuuttujamenetelmien käyttö ja tulkinta. WSOY Oppimateriaalit OY, Helsinki
- Junttila, Niina, Ahlqvist-Björkorth, Sari, Aromaa, Minna, Rautava, Päivi, Piha, Jorma, Vauras, Marja, Lagström, Hanna, & Rähä, Hannele (2013). Mothers' and fathers' loneliness during pregnancy, infancy and toddlerhood. *Psychology and Education: An Interdisciplinary Journal* 50(3), 98–104.
- Junttila, Niina, Kainulainen, Sakari, & Saari, Juho (2015). Mapping the lonely landscape: Assessing loneliness and its consequences. *The Open Psychology Journal*, 8(1), 89–96. <https://doi.org/10.2174/1874350101508010089>
- Junttila, Niina, Topalli, Pamela Z., Kainulainen, Sakari, & Saari, Juho (2016). The portrayal of lonely finnish people. Teoksessa Rokach, Ami (toim.): *Correlates of Loneliness*. Bentham Science Publishers, Sharjah, 156–183.
- Junttila, Niina (2016). Yksinäisyyden ulottuvuudet. Teoksessa Saari, Juho (toim.): *Yksinäisten Suomi*. Gaudeamus, Helsinki, 52–72.

- Junttila, Niina (2018). *Kaiken keskellä yksin: Aikuisten yksinäisyydestä*. Tammi, Helsinki.
- Kauhanen, Jussi (2016). *Yksinäisten terveys*. Teoksessa Saari, Juho (toim.): *Yksinäisten Suomi*. Gaudeamus, Helsinki, 96–113.
- Kangasniemi, Jukka (2008). *Yksinäisyyden kokemisen avainkomponentit Yleisradion tekstitelevisiion Nuorten palstan kirjoituksissa*. Jyväskylä Studies in Humanities, Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.
- Kawachi, Ichiro, Subramanian, S.V. & Kim, Daniel (2008). *Social capital and health: A decade of progress and beyond*. Teoksessa Kawachi, Ichiro, S., Subramanian & Daniel, Kim, (toim.): *Social Capital and Health*. Springer, New York, 1–26.
- Kawachi, Ichiro, Kennedy, Bruce P., Lochner, Kimberly & Prothrow-Stith (1997). *Social capital, income inequality, and mortality*. *American Journal of Public Health* 87(9).
- Kim, Daniel, S. V., Subramanian & Kawachi, Ichiro (2008). *Social capital and physical health*. Teoksessa Kawachi, Ichiro, S. Subramanian, & Daniel, Kim (toim.): *Social Capital and Health*. Springer, New York, 139–190. https://doi.org/10.1007/978-0-387-71311-3_8
- Kinnunen, Anu & Kontula, Osmo (2018). *Miesten parisuhteettomuuden yhteys hyvinvointiin*. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 55(1), 22–34. <https://doi.org/10.23990/sa.69222>
- Knabe, Andreas & Schöb, Ronnie (2015). *Partnership, gender, and the well-being cost of unemployment*. *Social Indicators Research* 129(3), 1255–1275. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-1167-3>
- Korkala, Henna (2018). *Euroopan neuvoston komitealta taas moitteita Suomelle perusturvan tasosta: ”Suomi sivuuttanut ne vähin äänin”*. Verkkojulkaisu. Iltalehti. Haettu 13.8.2018 osoitteesta https://www.iltalehti.fi/kotimaa/201806152201015807_u0.shtml
- Kortteinen, Martti, & Tuomikoski, Hannu (1998). *Tutkimus pitkäaikaistyöttömien selviytymisestä*. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki
- Kuusela, Kaisa-Mari (2018). *Työllisyyskatsaus, syyskuu 2018*. Verkkojulkaisu. Työ- ja elinkeinoministeriö. Haettu 5.11.2018 osoitteesta <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201801252252>

- Kunze, Lars & Suppa, Nicolai (2017). Bowling alone or bowling at all? The effect of unemployment on social participation. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 133(1), 213–235. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2016.11.012>
- Layte, Richard (2012). The association between income inequality and mental health: Testing status anxiety, social capital, and neo-materialist explanations. *European Sociological Review* 28(4), 498–511. <https://doi.org/10.1093/esr/jcr012>
- Lubben, James, Girona, Melanie, Sabbath, Erika, Kong, Jooyoung & Johnson, Carrie (2015). Social isolation presents a grand challenge for social work. Grand Challenges For Social Work Initiative Working Paper No. 7. American Academy of Social Work and Social Welfare, Cleveland.
- Marmot, Michael (2004). Status syndrome. *Significance*, 1(4), 150–154. <https://doi.org/10.1111/j.1740-9713.2004.00058.x>
- Marmot, Michael & Wilkinson, Richard (2006). *Social determinants of health*. (2. painos) Oxford University Press, Oxford.
- Marmot, Michael (2015). *The health gap: The challenge of an unequal world*. Bloomsbury, New York.
- Metsämuuronen, Jari (2005). Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. (3. painos) International Methelp KY, Jyväskylä.
- Metsämuuronen, Jari (2008). Monimuuttujamenetelmien perusteet: Metodologia-sarja 7. (2. painos) International Methelp KY, Jyväskylä.
- Moisio, Pasi & Rämö, Tuomas (2007). Koettu yksinäisyys demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan Suomessa vuosina 1994 ja 2006. *Yhteiskuntapolitiikka* 72(4). <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201209117376>
- OECD (2011). *Perspective on global development 2012: Social cohesion in a shifting world*. Verkkojulkaisu. OECD. Haettu 6.9.2018 osoitteesta http://dx.doi.org/10.1787/persp_glob_dev-2012-en
- Parker, Stanley (1985). *Leisure and work*. *Leisure and Recreation Studies* 2. Allen & Unwin,

London.

- Paskov, Marii, Gërkhani, Klarita, & van de Werfhorst, Herman G. (2013) Income inequality and status anxiety. GINI discussion paper 90. AIAS, Amsterdam.
- Paul, Karsten I., & Moser, Klaus (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *Journal of Vocational Behavior* 74(3), 264–282. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.001>
- Penning, Margaret J., Liu, Guiping, & Chou, Pak H., B. (2014). Measuring loneliness among middle-aged and older adults: The ucla and de jong gierveld loneliness scales. *Social Indicators Research* 118(3), 1147–1166. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-013-0461-1>
- Perlman, Daniel, & Peplau, Letitia A. (1982). Theoretical approaches to loneliness. Teoksessa Peplau, Letitia A., & Daniel, Perlman (toim.): *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. New York: John Wiley & Sons, 123-134
- Perttilä, Raija (2011). Social capital, coping and information behaviour of long-term unemployed people in Finland. Åbo: Åbo Akademi University Press
- Pinquart, Martin (2003). Loneliness in married, widowed, divorced, and never-married older adults. *Journal of Social and Personal Relationships* 20(1), 31–53. <https://doi.org/10.1177/02654075030201002>
- Pinquart, Martin, & Sörensen, Silvia (2001). Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A meta-analysis. *The Journals of Gerontology: Series B* 56(4), 195–213. <https://doi.org/10.1093/geronb/56.4.P195>
- Putnam, Robert D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster, New York
- Rokach, Ami, Orzeck, Tricia, Cripps, Janice, Grgin-Lackovic, Katica & Penezic, Zvezdan (2001). The effects of culture on the meaning of loneliness. *Social Indicators Research*, 53(1) 17–31. <https://www.jstor.org/stable/27526905>
- Russell, Dan, Peplau, Letitia, A. & Ferguson, Mary, L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290–294. http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11

- Russell, Daniel W. & Peplau, Letitia A. & Cutrona, Carolyn, E. (1980). The revised ucla loneliness scale: concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Russell, Daniel W. (1996). UCLA loneliness scale (version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Russell, Helen (1999). Friends in low places: Gender, unemployment and sociability. *Work, Employment and Society*, 13(2), 205–224. <https://doi.org/10.1177/09500179922117917>
- Saari, Juho (2010). *Yksinäisten yhteiskunta*. WSOYpro, Helsinki
- Saari, Juho (2016a). Aluksi: Matkalla yksinäisyyteen. Teoksessa Saari, Juho (toim.): *Yksinäisten Suomi*. Gaudeamus, Helsinki, 9-32.
- Saari, Juho (2016b). Suomalaisten yksinäisyys. Teoksessa Saari, Juho (toim.): *Yksinäisten Suomi*. Gaudeamus, Helsinki, 33–51.
- Salazar, Martín S. (2015). The dilemma of combining positive and negative items in scales. *Psicotherma* 27(2), 192–199. <https://doi.org/10.7334/psicothema2014.266>
- Sauro, Jeff, & Lewis, James R. (2011). When designing usability questionnaires, does it hurt to be positive? *Konferenssista Proceedings of CHI 2011*, 2215–2223. <https://doi.org/10.1145/1978942.1979266>
- Segrin, Chris, Burke, Tricia J. & Badger, Terry (2016). Loneliness, relationships and health. Teoksessa Rokach, Ami (toim.): *Correlates of Loneliness*. Bentham Science Publishers Ltd, Sharjah, 128–155
- Sen, Amartya (1997). Inequality, unemployment and contemporary europe. *International Labour Review* 137(2), 155–172.
- Simmons, Joseph, P., Nelson, Leif D. & Simonsohn, Uri (2011). False-Positive Psychology. *Psychological Science*, 22(11), 1359–1366. <https://doi.org/10.1177/0956797611417632>
- Stein, Jacob Y. & Tuval-Mashiach, Rivka (2015). The social construction of loneliness: An integrative conceptualization. *Journal of Constructivist Psychology*, 28(3), 210–227.

<https://doi.org/10.1080/10720537.2014.911129>

Stern, Julian (2012). *Loneliness and solitude in education: How to value individuality and create an enstatic school*. Peter Lang, Oxford.

Stm.fi (2015). Suomi on nyt eu:n toiseksi tasa-arvoisin maa: Tavoitteeseen vielä matkaa. Verkkojulkaisu. Haettu 30.10.2018 osoitteesta: https://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/suomi-on-nyt-eu-n-toiseksi-tasa-arvoisin-maa-tavoitteeseen-viela-matkaa

Taanila, Aki (2010). Lineaariset regressiomallit. Verkkojulkaisu. Haettu 5.11.2018 osoitteesta <http://my.haaga-helia.fi/~taaak/m/regressio.pdf>

Ta, Vivian, Gesselman, Amanda, Perry, Brea, Fisher, Helen & Garcia, Justin (2017). Stress of singlehood: Marital status, domain-specific stress and anxiety in a national U.S. sample. *Journal of Social and Clinical Psychology* 36(6), 461–485. <https://doi.org/10.1521/jscp.2017.36.6.461>

Theodossiou, Ioannis & Zangelidis, Alexandros (2009). The social gradient in health: The effect of absolute income and subjective social status assessment on the individual's health in Europe. *Economics and Human Biology*, 7(2), 229-237). <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2009.05.001>

Tiilikainen, Elisa (2016). Polkuja yksinäisyyteen. Teoksessa Juho, Saari, *Yksinäisten Suomi. Gaudeamus*, Helsinki, 129–148.

Töttö, Pertti (2004). *Syvällistä ja pinnallista. Teoria, empiria ja kausaalisuus sosiaalitutkimuksessa*. Vastapaino, Tampere

Töttö, Pertti (2012). *Paljonko on paljon? Luvuilla argumentoinnista empiirisessä tutkimuksessa*. Vastapaino, Tampere

van Tilburg, Theo G., & Suanet, Bianca (2018). Unmarried older people: Are they socially better off today? *Journals of Gerontology: Series B*. <https://doi.org/10.1093/geronb/gby120>

Victor, Christina R. & Bowling, Ann (2012). A longitudinal analysis of loneliness among

older people in Great Britain. *The Journal of Psychology*, *146*(3), 313–331.
<https://doi.org/10.1080/00223980.2011.609572>

Villalonga-Olives, Ester & Kawachi, Ichiro (2015). The measurement of social capital: La medición del capital social. *Gaceta Sanitaria* *29*(1), 62–64.
<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2014.09.006>

Weiss, Robert S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT press, Cambridge.

Wilkinson, Richard G. (1996). *Unhealthy societies: The afflictions of inequality*. Routledge, London.

Wilkinson, Richard & Pickett, Kate (2011) *Tasa-arvo ja hyvinvointi: Miksi pienet uloerot koituvat kaikkien hyväksi*. (Suomennos Markus Myllyoja). Bookwell, Juva. Alkuteos: *The spirit level: Why equality is better for everyone*. Allen Lane, 2009.

Wood, Alex, Boyce, Christopher, Moore, Simon & Brown, Gordon (2012). An evolutionary based social rank explanation of why low income predicts mental distress: A 17 year cohort study of 30,000 people. *Journal of Affective Disorders* *136*(3), 882–888.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.09.014>

Wood, Janice (2017). *Loneliness Epidemic Growing into Biggest Threat to Public Health*. Verkkojulkaisu. Psych Central. Haettu 3.8. 2018 osoitteesta
<https://psychcentral.com/news/2017/08/06/loneliness-epidemic-growing-into-biggest-threat-to-public-health/124226.html>

Liite 1: PROMEQ WP4 Kyselylomake

Kyselylomake



OHJEET VASTAAJALLE

Ole hyvä ja vastaa kysymyksiin ympäröimällä sopiva vaihtoehto. Lue kysymykset huolellisesti ennen vastaamista.

Muistathan vastata kaikkiin kysymyksiin. Joissakin kysymyksissä on tiettyjen vaihtoehtojen jälkeen merkintä: "siirtykää kysymykseen ...", jolloin voit siirtyä suoraan tähän kysymykseen ja jättää väliin jäävät kysymykset vastaamatta.

ESIMERKKI 1

Asutko tällä hetkellä:

- 1) Vuokra-asunnossa
- 2) Asumisoikeusasunnossa
- 3) Palvelutalossa, kuntoutuskodissa tai vanhainkodissa
- 4) Vastaanottokeskuksessa
- 5) Hostellissa tai leirimajoituksessa
- 6) Itse omistamassanne asunnossa
- 7) Perheenjäsenen omistamassa asunnossa

8) Jokin muu, mikä: Kaverin luona

ESIMERKKI 2

Mitä mieltä olet seuraavista väittämistä? Ympyröi jokaisen väittämän kohdalla sen vaihtoehdon numero, joka parhaiten vastaa omaa mielipidettäsi.

	Ei iinkaan	Vähän	Kohtuullisesti	Lähes riittävästi	Täysin riittävästi
Saatko tarpeeksi tietoa jokapäiväisen elämäsi kannalta tärkeistä asioista?	1	2	3	4	5
Missä määrin sinulla on mahdollisuuksia vapaa-ajan toimintaan?	1	2	3	4	5

1 TAUSTATIEDOT

1. Sukupuolesi

- 1) Mies
- 2) Nainen
- 3) Muu
- 4) En halua kertoa

2. Syntymävuotesi

3. Siviilisäätyysi

- 1) Naimisissa
- 2) Avoliitossa
- 3) Rekisteröity parisuhde
- 4) Naimaton
- 5) Asumuserossa tai eronnut
- 6) Leski
- 7) Vakituinen parisuhde, mutta asomme erillään

4. Mikä on korkein suoritettu koulutuksesi?

- 1) Kansakoulu tai peruskoulu
- 2) Keskikoulu
- 3) Ammattikoulu tai vastaava
- 4) Lukio
- 5) Opistotutkinto
- 6) Alempi korkeakoulututkinto (ammattikorkeakoulu tai vastaava)
- 7) Ylempi korkeakoulututkinto (maisteri tai vastaava)
- 8) Ei koulutusta tai koulutuskesken

5. **Kuinka monta vuotta olet ollut kaiken kaikkiaan palkkatöissä?** Laske yhteen kaikki palkkatyösuhteet. Työharjoittelut tai muut työllistämistoimenpiteet eivät ole palkkatyötä.

- 1) En lainkaan
- 2) Alle vuoden
- 3) 1 – 5 vuotta
- 4) 6 – 10 vuotta
- 5) 11 – 20 vuotta
- 6) Yli 20 vuotta

6. **Kuinka kauan työttömyytesi on kestänyt yhtäjaksoisesti?** Ohje: laske kuinka kauan on viimeisimmän koulutuksen, palkkatyön, sairaus- tai kuntoutuspäivärahan päättymisestä nykyiseen hetkeen. TE-toimiston järjestämät kurssit tai muut työllistämistä edistävät toimenpiteet eivät katkaise työttömyyttä.

- 1) Alle 3 kk
- 2) 3 – 6 kk
- 3) 7 – 11 kk
- 4) 1 – 2 vuotta
- 5) 3 – 4 vuotta
- 6) Enemmän kuin 4 vuotta, kuinka monta: _____

7. **Oletko osallistunut aiemmin työllistymistä edistäviin toimenpiteisiin, kuten kuntouttavaan työtoimintaan, työkokeiluun, palkkatukityöhön, työharjoitteluun?**

- 1) En ole
- 2) Kyllä, kuinka monta kertaa: _____

8. **Milloin viimeisin toimenpide päättyi?** _____

2 ASUMINEN, ELINOLOT JA TYÖ

9. Asutko tällä hetkellä:

- 1) Vuokra-asunnossa
- 2) Asumisoikeusasunnossa
- 3) Palvelutalossa, kuntoutuskodissa tai vanhainkodissa
- 4) Vastaanottokeskuksessa
- 5) Hostellissa tai leirimajoituksessa
- 6) Itse omistamassa asunnossa
- 7) Perheenjäsenen omistamassa asunnossa
- 8) Jokin muu, mikä: _____

10. Millaisella alueella asut?

- 1) Kaupungin keskustassa
- 2) Esikaupunki tai lähiö
- 3) Kirkonkylä tai muu pieni taajama
- 4) Maaseutu, haja-asutus

11. Kuinka monta lasta ja aikuista kuuluu kotitalouteesi?

_____ lasta
_____ aikuista

12. Mikä on perhemuotosi? Asutko:

- 1) Avio- tai avoliitossa, ilmanlapsia
- 2) Avio- tai avoliitossa, lapsien kanssa
- 3) Yksinhuoltajana
- 4) Yksin
- 5) Kimpakämpässä ystävien tai sisarusten kanssa
- 6) Vanhempien tai muun huoltajan luona
- 7) Muussa perhemuodossa
- 8) En osaa sanoa

13. Oletko tällä hetkellä pääasiassa:

- 1) Opiskelija
- 2) Työtön tai lomautettu
- 3) Työvalmennuksessa, kuntouttavassa työtoiminnassa tai muussa työllistämistoimessa
- 4) Sairauspäivärahalla tai työkyvyttömyyseläkkeellä
- 5) Kokopäivätyössä
- 6) Osa-aikatyössä
- 7) Osa-aikaeläkkeellä
- 8) Perhevapaalla, kotiäiti tai -isä
- 9) Teen jotain muuta, mitä: _____

14. Kuinka suuret olivat taloutesi (ruokakuntasi) kokonaistulot viime vuonna veroja vähentämättä? Ruokakunnalla tarkoitetaan samaan ruokatalouteen kuuluvia henkilöitä.

- 1) Alle 5 000 €
- 2) 5 001 – 10 000 €
- 3) 10 001 – 15 000 €
- 4) 15 001 – 25 000 €
- 5) 25 001 – 35 000 €
- 6) 35 001 – 45 000 €
- 7) 45 001 – 50 000 €
- 8) 50 001 – 60 000 €
- 9) 60 001 – 70 000 €
- 10) 70 001 – 80 000 €
- 11) 80 001 – 90 000 €
- 12) yli 90 000 €

15. Onko sinulla lainoja? Voit valita usean seuraavista vaihtoehdoista.

- 1) On pikavippejä
- 2) On asuntolainaa
- 3) On muita lainoja
- 4) Ei ole, siirry kysymykseen 17

16. Jos sinulla on lainoja, onko näiden lainojen ja niiden korkojen maksaminen sinulle:

- 1) Ulosotossa
- 2) Huomattava rasitus
- 3) Jonkin verran rasitus
- 4) Ei lainkaan rasitus

17. Kotitaloudella voi olla erilaisia tulonlähteitä ja useammalla jäsenellä tuloja. Kun kotitaloutesi kaikki tulot otetaan huomioon, onko menojen kattaminen näillä tuloilla:

- 1) Hyvin helppoa
- 2) Helppoa
- 3) Melko helppoa
- 4) Melko hankalaa
- 5) Hankalaa
- 6) Erittäin hankalaa

18. Oletko joskus viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana:

	Kyllä	Ei
Joutunut tilanteeseen, että ruokarahat olisivat loppuneet?	1	2
Hakenut ruoka-apua leipäjonosta tai ruokapankista?	1	2
Hakenut ruoka-apua sukulaiselta tai tuttavalta?	1	2
Jättänyt rahan puutteen vuoksi osallistumatta ystävien tapaamiseen, harrastuksiin tai muuhun vapaa-ajan toimintaan?	1	2
Jättänyt maksamatta asumiskustannuksia?	1	2

3 TERVEYS, ELÄMÄNLAATU, OSALLISUUS JA PYSTYVYYS

Seuraavaksi pyydän arvioimaan elämänlaatua, terveyttä ja muita arkielämän asioita koskien elämäsi viimeisten kahden viikon aikana.

19. Lue jokainen kysymys ja arvioi, miltä sinusta tuntuu. Ympyröi kunkin kysymyksen kohdalla numero, joka vastaa mielestäsi sopivinta vastausta kysymykseen.

	Erittäin huonoksi	Huonoksi	En hyväksi enkä huonoksi	Hyväksi	Erittäin hyväksi
Millaiseksi arvioit elämänlaatusi?	1	2	3	4	5

	Erittäin tyytymätön	Melko tyytymätön	En tyytyväinen enkä tyytymätön	Melko tyytyväinen	Erittäin tyytyväinen
Kuinka tyytyväinen olet terveyteesi?	1	2	3	4	5

20. Seuraavat kysymykset koskevat sitä, missä määrin olet kokenut tiettyjä asioita viimeisten 2 viikon aikana.

	En lainkaan	Vähän	Kohtuullisesti	Paljon	Erittäin paljon
Missä määrin fyysinen kipu estää sinua tekemästä päivittäisen elämäsi kannalta tarpeellisia asioita?	1	2	3	4	5
Kuinka paljon tarvitset lääke- tai muuta hoitoa pystyäksesi toimimaan päivittäisessä elämässäsi?	1	2	3	4	5
Kuinka paljon nautit elämästä?	1	2	3	4	5
Missä määrin tunnet, että elämäsi on merkityksellistä?	1	2	3	4	5

	En lainkaan	Vähän	Kohtuullisesti	Hyvin	Erinomaisesti
Kuinka hyvin pystyt keskittymään asioihin?	1	2	3	4	5
	En lainkaan	Vähän	Kohtuullisen turvalliseksi	Hyvin turvalliseksi	Erittäin turvalliseksi
Kuinka turvalliseksi tunnet olosi päivittäisessä elämässäsi?	1	2	3	4	5
	En lainkaan	Vähän	Kohtuullisen terveellisenä	Hyvin terveellisenä	Erittäin terveellisenä
Kuinka terveellisenä pidät fyysistä ympäristöäsi?	1	2	3	4	5

21. Seuraavat kysymykset koskevat sitä, missä määrin olet viimeisten 2 viikon aikana kokenut tai voinut tehdä tiettyjä asioita.

	Ei lainkaan	Vähän	Kohtuullisesti	Lähes riittävästi	Täysin riittävästi
Onko sinulla riittävästi tarmoa arkipäivän elämääsi varten?	1	2	3	4	5
Oletko tyytyväinen ulkomuotoosi?	1	2	3	4	5
Onko sinulla tarpeeksi rahaa tarpeisiisi nähden?	1	2	3	4	5
Saatko tarpeeksi tietoa jokapäiväisen elämäsi kannalta tärkeistä asioista?	1	2	3	4	5
Missä määrin sinulla on mahdollisuuksia vapaa-ajan toimintaan?	1	2	3	4	5
	Erittäin huono	Huono	Ei hyvä eikä huono	Hyvä	Erittäin hyvä
Millainen on liikuntakykysi?	1	2	3	4	5

22. Seuraavissa kysymyksissä sinulta kysytään, kuinka tyytyväinen olet viimeisten 2 viikon aikana ollut erilaisiin asioihin elämässäsi.

	Erittäin tyytymätön	Melko tyytymätön	En tyytyväinen enkä tyytymätön	Melko tyytyväinen	Erittäin tyytyväinen
Kuinka tyytyväinen olet unesi laatuun?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet kykyysi selviytyä päivittäisistä toimista?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet työkykyysi?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet itseesi?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet ihmissuhteisiisi?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet sukupuolielämääsi?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet ystäviltäsi saamaasi tukeen?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet asuinalueesi olosuhteisiin?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet mahdollisuuksiisi saada terveyspalveluja?	1	2	3	4	5
Kuinka tyytyväinen olet mahdollisuuksiisi käyttää julkisia tai muita liikennevälineitä?	1	2	3	4	5

23. Seuraava kysymys koskee sitä, kuinka usein olet tuntenut tai kokenut tiettyjä asioita viimeisten 2 viikon aikana.

	Ei koskaan	Harvoin	Melko usein	Hyvin usein	Aina
Kuinka usein sinulla on ollut kielteisiä tuntemuksia kuten, alakuloisuus, epätoivo, ahdistus tai masennus?	1	2	3	4	5

24. Osallistutko jonkin kerhon, järjestön, yhdistyksen, harrastusryhmän tai yhteisön toimintaan (esim. urheiluseura, asukastoiminta, puolue, kuoro tai seurakunta)?

- 1) Kyllä, aktiivisesti
- 2) Kyllä, silloin tällöin
- 3) En

25. Tunnetko itsesi yksinäiseksi:

- 1) En koskaan
- 2) Hyvin harvoin
- 3) Joskus
- 4) Melko usein
- 5) Jatkuvasti

26. Oletko kokenut syrjintää seuraavien asioiden takia:

	Paljon	Jossain määrin	En lainkaan
län	1	2	3
Sukupuolen	1	2	3
Etnisen taustan	1	2	3
Taloudellisen tilanteen	1	2	3
Vammaisuuden	1	2	3
Seksuaalisen suuntautumisen	1	2	3
Työttömyyden	1	2	3

27. Me kaikki ihmiset olemme erilaisia. Jotkut meistä viihtyvät enemmän omissa oloissaan ja toiset kaipaavat seuraa ympärilleen. Arvioi, kuinka usein sinusta tuntuu alla olevien väitteiden kaltaiselta. Ympyröi sopivin vaihtoehto.

	Ei koskaan	Harvoin	Joskus	Usein
Tunnen olevani osa ystäväjoukkoa.	1	2	3	4
Minulla on paljon yhteistä ympärilläni olevien ihmisten kanssa.	1	2	3	4
On ihmisiä, jotka ovat minulle hyvin läheisiä.	1	2	3	4

	Ei koskaan	Harvoin	Joskus	Usein
Tunnen jääväni muiden ulkopuolelle.	1	2	3	4
Ihmissuhteeni ovat pinnallisia.	1	2	3	4
Kukaan ei oikeastaan tunne minua hyvin.	1	2	3	4
Tunnen olevani eristyksissä muista ihmisistä.	1	2	3	4
En ole enää läheinen kenenkään kanssa.	1	2	3	4
Löydän seuraa, kun sitä haluan.	1	2	3	4
On ihmisiä, jotka todella ymmärtävät minua.	1	2	3	4
Minusta on ikävää, että olen niin vetäytynyt.	1	2	3	4
On ihmisiä, joiden kanssa voin puhua asioistani.	1	2	3	4

28. Mitä mieltä olet seuraavista luottamukseen ja arvostukseen liittyvistä väittämistä?

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Yhteiskunnassamme ihmiset voivat luottaa toisiinsa.	1	2	3	4	5
Yhteiskuntamme julkiseen valtaan ja hallintoon voi luottaa.	1	2	3	4	5
Julkiseen terveydenhuoltoon voi luottaa.	1	2	3	4	5
Julkiseen sosiaalihuoltoon voi luottaa.	1	2	3	4	5
Oikeuslaitokseen voi luottaa.	1	2	3	4	5
Poliisiin voi luottaa.	1	2	3	4	5
Kunnan päätöksentekoon voi luottaa.	1	2	3	4	5
On parasta olla luottamatta keneenkään.	1	2	3	4	5

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Minusta tuntuu, että muut ihmiset eivät arvosta sitä, mitä teen.	1	2	3	4	5
Jotkut ihmiset katsovat minua halveksuen työtilanteeni tai tulojeni vuoksi.	1	2	3	4	5

29. Seuraavassa kysymme mielipidettäsi seuraavista asioista

Mielestäni kykyeni...	Erittäin huonot		Ei hyvät eikä huonot			Erittäin hyvät	
tavoitella onnellisuutta elämässäni ovat	1	2	3	4	5	6	7
saavuttaa asioita elämässäni ovat	1	2	3	4	5	6	7
elää terveellistä elämää, ikäni huomioon ottaen, ovat	1	2	3	4	5	6	7
älyllisiin virikkeisiin elämässäni ovat	1	2	3	4	5	6	7
tydyttävien sosiaalisten suhteiden solmimiseen elämässäni ovat	1	2	3	4	5	6	7
elää miellyttävässä elinympäristössä (ottaen huomioon koti, työ ja vapaa-aika) elämässäni ovat	1	2	3	4	5	6	7
toimia omatuntoni mukaisesti ovat	1	2	3	4	5	6	7
kaikki edellä mainitut asiat huomioon ottaen, uskon, että kykyeni ovat	1	2	3	4	5	6	7

4 TYÖ, TYÖTTÖMYYS JA TULEVAISUUDEN SUUNNITELMAT

30. Kuinka moneen työpaikkaan olet hakenut viimeisen 6 kuukauden aikana?

_____ työpaikkaan.

31. Kuinka moneen opiskelupaikkaan olet hakenut viimeisen 6 kuukauden aikana?

_____ opiskelupaikkaan.

32. Kuinka halukas tunnet olevasi tällä hetkellä (1 =ei lainkaan - 10 = erittäin paljon)

	Ei lainkaan										Erittäin paljon									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Kokopäivätyön tekemiseen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Osapäivätyön tekemiseen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Lyhytaikaisten "keikkatöiden" tekemiseen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Vapaaehtois- tai muun yleishyödyllisen työn tekemiseen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Oman yrityksen perustamiseen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ammatilliseen koulutukseen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Työharjoitteluun tai työkokeiluun	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Eläkkeelle siirtymiseen (myös varhaiseläke, työkyvyttömyyseläke)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

33. Missä määrin olet samaa mieltä seuraavien työllistymistä koskevien väitteiden kanssa?

	Täysin eri mieltä	Osittain eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Osittain samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Minulle on tärkeää, että minulla olisi töitä	1	2	3	4	5
Vaikka voitaisiin suuren summan rahaa, haluaisin silti tehdä töitä	1	2	3	4	5
Työn tekeminen tarjoaa sisältöä elämäni	1	2	3	4	5

	Täysin eri mieltä	Osittain eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Osittain samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Minua ei haittaa vaikka olisin jatkossakin työttömänä	1	2	3	4	5
Pidän todennäköisenä, että löydän itselleni palkkatyötä	1	2	3	4	5
Minulla on tarpeeksi ammatillista tietoa ja taitoa työllistyäkseni	1	2	3	4	5
Tarvitsen lisää koulutusta työllistyäkseni	1	2	3	4	5

- 34. Oletetaan että työ- ja opiskelukykysi on parhaimmillaan saanut 10 pistettä. Minkä pistemäärän olisit antanut asteikolla 0–10 työ- ja opiskelukyvyllesi tällä hetkellä?** (0 tarkoittaa sitä, ettet pysty lainkaan työhön tai opiskelemaan).

Työkyky	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Opiskelukyky	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

- 35. Tulevaisuuden toiveet ja suunnitelmat** (1 täysin eri mieltä, 10 täysin samaa mieltä):

	Täysin eri mieltä										Täysin samaa mieltä									
Minulla on haaveita ja toiveita tulevaisuudelleni.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Minulla on selkeitä tavoitteita elämässäni.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Haluan muutosta nykyiseen elämäntilanteeseeni.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Uskon, että voin saavuttaa omat tavoitteeni.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Olen valmis näkemään vaivaa tavoitteideni ja haaveitteni toteutumisen eteen.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Koen selviäväni elämässä eteenpäin.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Minun on mahdollista vaikuttaa tulevaisuuteeni.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Uskon, että elämässäni tulee tapahtumaan hyviä asioita.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Minulla on selkeitä työllistymiseen liittyviä suunnitelmia.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

5 SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUIDEN KÄYTTÖ SEKÄ TERVEYDEN EDISTÄMINEN

Pyydän seuraavaksi sinua vastaamaan seuraaviin kysymyksiin koskien sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttöä.

36. Kävitkö viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana:

	Kyllä	Ei	Jos kyllä:	Kuinka monta kertaa?
Lääkäriin vastaanotolla:				
Terveyskeskuksessa	1	2	→	
Sairaalan poliklinikalla	1	2	→	
Yksityisvastaanotolla	1	2	→	
Hammaslääkärillä	1	2	→	
Muilla vastaanotoilla:				
Terveydenhoitaja tai sairaanhoitaja	1	2	→	
Hammasteknikko, hammashoitaja tai suuhygienisti	1	2	→	
Fysioterapeutti tai toimintaterapeutti	1	2	→	
Psykologi tai psykoterapeutti	1	2	→	
Sosiaalityöntekijä	1	2	→	
Kelan palveluneuvoja	1	2	→	

37. Käytitkö viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana seuraavia työvoimapalveluja:

	Kyllä	Ei	Jos kyllä:	Kuinka monta kertaa?
TE-toimiston virkailijan tapaaminen	1	2	→	
TYP (Työllistämistä edistävä monialainen yhteispalvelu) työntekijöiden tapaaminen	1	2	→	
AmmatINVALINTA- ja uraohjaus	1	2	→	
Työttömien terveystarkastus	1	2	→	
Etsinyt ilmoituksia avoimista työpaikoista tai käyttänyt muita TE-toimiston sähköisiä palveluita	1	2	→	

38. Oletko osallistunut viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana seuraaviin toimintoihin?

	Kyllä	Ei	Jos kyllä:	Kuinka monta päivää?
Työttömän omaehtoinen opiskelu	1	2	→	
TE-toimiston kurssit tai työvoimakoulutus	1	2	→	
Ura- ja työhönvalmennus	1	2	→	
Työkokeilu	1	2	→	
Koulutuskokeilu	1	2	→	
Oppisopimuskoulutus	1	2	→	
Kuntouttava työtoiminta	1	2	→	
Palkkatukityö	1	2	→	
Ammatillinen kuntoutus	1	2	→	

39. Oletko ollut viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana?

	Kyllä	Ei	Jos kyllä:	Kuinka monta päivää?
Terveyskeskuksen vuodeosastolla	1	2	→	
Sairaalassa	1	2	→	
Kuntoutuslaitoksessa/ kuntoutuksessa	1	2	→	

40. Oletko ostanut viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana seuraavia:

	Kyllä	Ei	Jos kyllä:	Kuinka monella eurolla?
Ilman reseptiä ostettavia lääkkeitä	1	2	→	
Reseptilääkkeitä	1	2	→	

41. Olitko yhteydessä sosiaali- ja terveydenhuollon tai työvoimapalvelujen työntekijöihin viimeisen 12 kuukauden aikana:

	Kyllä	Ei	Jos kyllä:	Kuinka monta kertaa?
Puhelimitse (myös tekstiviestit)	1	2	→	
Internetin välityksellä	1	2	→	

42. Oletko käyttänyt tai hakenut seuraavia kunnan sosiaalipalveluita viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana?

	En	Kyllä
Lastensuojelu	1	2
Kasvatus- ja perheneuvolat	1	2
Lapsiperheiden kotipalvelut, perhetyö	1	2
Oppilashuolto, opiskelijahuolto (mm. koulukuraattori, koulupsykologi)	1	2
Vammaispalvelut	1	2
Sosiaalityöntekijän vastaanotto	1	2
Sosiaaliamiehen palvelut	1	2
Talous- ja velkaneuvonta	1	2
Päihdepalvelut	1	2

43. Kuinka tyytyväinen olet siihen kuinka paljon olet saanut tietoa seuraavista palveluista?

	Erittäin tyytymätön	Tyytymätön	En ole tyytymätön enkä tyytyväinen	Tyytyväinen	Erittäin tyytyväinen	En käytä/ En tarvitse
Terveyspalveluista	1	2	3	4	5	6
Sosiaalipalveluista	1	2	3	4	5	6
Työvoimapalveluista	1	2	3	4	5	6

44. Oletko saanut mielestäsi riittävästi hoitoa sairauksiin viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana?

- 1) Kyllä
- 2) En
- 3) Ei ole ollut tarvetta
- 4) En osaa sanoa

45. Jos olet viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana hakenut kuntasi sosiaalipalveluja kuten lapsiperheiden kotiapua, vanhusten palveluja, vammaispalveluja, nuorisotyön palveluja tai sosiaalityöntekijän neuvontaa, oletko saanut hakemaasi palvelua mielestäsi riittävästi?

- 1) Kyllä
- 2) En
- 3) En osaa sanoa

46. Oletko hakenut toimeentulotukea viimeisen 12 kuukauden aikana?

- 1) Kyllä
- 2) En, siirry kysymykseen 48

47. Oliko saamasi toimeentulotuki

- 1) Riittävä
- 2) Riittämätön
- 3) Päätöstä ei ole vielä tullut
- 4) En saanut etuutta lainkaan

48. Oletko osallistunut säännöllisesti johonkin ryhmätoimintaan terveytesi ja hyvinvointisi edistämiseksi 12 viime kuukauden aikana ja oliko siitä sinulle hyötyä?

	En	En, mutta haluaisin osallistua	Kyllä, ei ollut hyötyä	Kyllä, oli hyötyä
Laihdutus- tai painonhallintaryhmä tai -kurssi tai muu ruokavalion ja liikunnan muutoksiin tähtäävä ryhmä	1	2	3	4
Niskan tai selän kuntoryhmä	1	2	3	4
Tupakoinnin lopettamiseen tähtäävä ryhmä tai kurssi	1	2	3	4
Alkoholin käytön lopettamiseen tähtäävä ryhmä (esim. AA)	1	2	3	4
Muun päihteenkäytön lopettamiseen liittyvä ryhmä (esim. NA)	1	2	3	4
Peliriippuvuuteen liittyvä ryhmä	1	2	3	4
Sairauden omaryhmä (mm. syöpäpotilaiden, diabetespotilaiden, mielenterveyspotilaiden ryhmä)	1	2	3	4
Suru-, ero- tai muuhun elämäntilanteeseen liittyvä keskusteluryhmä	1	2	3	4
Yksinäisyyttä vähentävät ryhmät (esim. ystävyyspiirit)	1	2	3	4
Muu, mikä: _____	1	2	3	4

49. Oletko mielestäsi saanut riittävästi seuraavia palveluita asuinkunnassasi viimeisen 12 kuukauden aikana?

	En ole tarvinnut	Olin tarvinnut, mutta en saanut	Olen käyttänyt, mutta palvelu ei ollut riittävää	Olen käyttänyt, palvelu oli riittävä
Kirjastopalvelut	1	2	3	4
Sisäliikuntapalvelut (esim. uimahallit, kuntosali)	1	2	3	4
Ulkoliikuntapalvelut (esim. urheilukentät, ulkoilureitit)	1	2	3	4
Kulttuuripalvelut	1	2	3	4
Kansalais- ja työväenopistot	1	2	3	4
Nuorisopalvelut, nuorisotilat	1	2	3	4
Lasten leikkipaikat tai -puistot	1	2	3	4

6 ELINTAVAT

Seuraavaksi kysytään liikkumista vapaa-ajalla. Jos liikut eri tavoin eri vuodenaikoina valitse vaihtoehto joka kuvaa parhaiten keskimääräistä tilannettasi.

50. Kuinka paljon liikut ja rasitat itseäsi ruumiillisesti vapaa-aikana?

- 1) Luen, katselen televisiota ja teen askareita, joissa en paljonkaan liiku ja jotka eivät rasita minua ruumiillisesti
- 2) Kävelen, pyöräilen tai liikun muulla tavalla useita tunteja viikossa (tähän lasketaan mm. kävely, kalastus ja metsästys ja kevyt puutarhatyö).
- 3) Harrastan varsinaista kuntoliikuntaa useita tunteja viikossa (tähän lasketaan mm. juoksu, lenkkeily, hiihto, kuntovoimistelu, uinti, pallopelit ja rasittavat puutarhatyöt).
- 4) Harjoittelen kilpailumielessä säännöllisesti rasittavia urheilumuotoja useita kertoja viikossa (tähän lasketaan mm. juoksu, suunnistus, hiihto, uinti, pallopelit kilpailumielessä).

51. Kuinka monta tuntia istut keskimäärin arkipäivänä? Merkitkää 0, jos et yhtään.

_____ tuntia (arviokin riittää)

52. Kuinka monena päivänä tavallisen viikon aikana harrastat lihaskuntoa ylläpitävää tai kehittävää liikuntaa? Esimerkiksi kuntosaliharjoittelua, kotijumpaa, ryhmäliikuntaa, pallo- ja mailapelejä tai muita fyysisesti rasittavia askareita.

_____ päivänä viikossa

53. Kuinka monena päivänä tavallisen viikon aikana harrastat kestävyyliikuntaa? Esim. kävelyä, hölkkää, juoksua tai pyöräilyä.

_____ päivänä viikossa

54. Jos et nyt harrasta liikuntaa, haluaisitko aloittaa liikuntaharrastuksen?

- 1) Kyllä, minkä: _____
2) En

55. Kuinka usein olet käyttänyt seuraavia ruokia ja juomia 7 viime päivän aikana:

	En kertaakaan	1–2 päivänä	3–5 päivänä	6–7 päivänä
Punaista lihaa	1	2	3	4
Kalaa	1	2	3	4
Kasviksia	1	2	3	4
Hedelmiä tai marjoja	1	2	3	4
Hampurilaisia, pizzeria, suolaisia piiraita	1	2	3	4
Suklaata, makeisia tai makeita levonnaisia	1	2	3	4
Sokeroituja mehuja tai virvoitusjuomia	1	2	3	4
Kahvia tai teetä	1	2	3	4
Energiajuomia tai -patukoita	1	2	3	4
Tummaa leipää (ruis-, näkkileipä ym.)	1	2	3	4
Voita tai voi-kasvisöljyseosta	1	2	3	4
Rasvatonta maitoa tai piimää	1	2	3	4

56. Käytätkö tupakkatuotteita?

- 1) Kyllä, poltan/käytän päivittäin
- _____ kappaletta tehdasvalmisteisia savukkeita
- _____ kappaletta itsekäärittyjä savukkeita
- _____ kappaletta sikareita
- _____ piipullista
- _____ annosta nuuskaa
- _____ annosta sähkötupakkaa
- _____ annosta vesipiippua
- 2) Kyllä, poltan/käytän satunnaisesti
- 3) En

57. Kuinka usein juot olutta, viiniä tai muita alkoholijuomia?

- 1) 4 kertaa tai useammin viikossa
- 2) 2 – 3 kertaa viikossa
- 3) 2 – 4 kertaa kuukaudessa
- 4) Noin kerran kuukaudessa tai harvemmin
- 5) En koskaan

58. Kuinka usein olet juonut kerralla kuusi annosta tai enemmän?

Esim. 4 tuoppia 0,5l keskiolutta tai siideriä = 6 annosta

3 tuoppia 0,5 l A-olutta tai vahvaa siideriä = 6 annosta

0,75 l pullo mietoa (12%) viiniä = 6 annosta

0,5 l pullo väkeviä = 13 annosta

- 1) Päivittäin tai lähes päivittäin
- 2) Kerran viikossa
- 3) Kerran kuukaudessa
- 4) Harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- 5) En koskaan

59. Kuinka paljon painat nykyisin?

_____ kiloa (arviokin riittää)

60. Kuinka pitkä olet?

_____ cm (arviokin riittää)

PROMEQ-tutkimusryhmä kiittää antamistasi tärkeistä ja arvokkaista vastauksista!

Jos haluat vielä kommentoida kysymyksiä tai lisätä jotakin, voit tehdä sen tässä:
