



Sonja Rajanen

Opiskelijoiden yksinäisyys yliopiston sosiaalisessa tilassa

Pro gradu
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Taide- ja taitopainotteinen luokanopettaja
2018

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta

Opiskelijoiden yksinäisyys yliopiston sosiaalisessa tilassa (Sonja Rajanen)

Pro gradu, 60 sivua, 3 liitesivua

Joulukuu 2018

Avainsanat: yksinäisyys, yliopisto, sosiaalinen tila

Tämä pro gradu -tutkielma käsittelee opiskelijoiden yksinäisyyskokemuksia Oulun yliopiston sosiaalisessa tilassa. Tarkastelen laadullisella otteella yliopistolle rakentunutta ja tuotettua sosiaalista tilaa ja sitä, miten yksinäisyyttä kokevat opiskelijat tämän sosiaalisen tilan näkevät ja kokevat. Opiskelijoiden kokemuksia selvitin puolistrukturoitujen yksilöhaastattelujen avulla. Yksinäisyys on vakava yhteiskunnallinen ja kansanterveydellinen ongelma (Saari, 2016) jota ei ole kuitenkaan tutkittu Suomessa vielä kovin paljon. Myös opiskelijoiden yksinäisyys on yleistä: Suomessa 4-10 % opiskelijoista on yksinäisiä ja jopa 40 % tuntee ajoittaista yksinäisyyttä. (Kuttu ja muut, 2016). Näiden lukujen perusteella opiskelijoiden yksinäisyyttä on syytä tutkia erillisenä ilmiönä ja selvittää, miten se linkittyy yliopistomaailmaan ja sen rakenteisiin ja tiloihin.

Suurin osa yksinäisyystutkimuksesta keskittyy yksilötason kokemusten ympärille, mutta sosiaalisen tilan käsitteen kautta tuon tutkielmassa näkyville, että yksinäisyys on yhtä lailla olemassa myös yhteiskunnallisissa ja sosiaalisissa rakenteissa. Yksinäisyyden ja sosiaalisen tilan käsitteitä ei ole aikaisemmin tuotu tällä tavoin yhteen tutkimuksessa. Kaikki sosiaalinen vuorovaikutus ja sen (tai sen puutteen) kokeminen tapahtuu sosiaalisessa tilassa, ja samalla ihmiset muokkaavat ja tuottavat sosiaalista tilaa tämän vuorovaikutuksen ja sosiaalisen elämän kautta. Siksi sosiaalinen tila on mielenkiintoinen lähtökohta yksinäisyystutkimukselle.

Tutkielmasta käy ilmi, että yliopiston sosiaalinen tila edustaa opiskelijoille yhtä aikaa sekä yhteisöllisyyden että yksinäisyyden tiloja. Eri tilanteet ja tilat ovat erilaisia eri ihmisille – toiselle yksi paikka voi olla yksinäisyyden tila, kun toiselle se on yhteisöllisyyden tila. Kaikkien ihmisten kokemukset yksinäisyydestä ja sosiaalisesta elämästä ovat ainutlaatuisia. Yhteistä haastateltaville oli kuitenkin se, että yliopistomaailma koetaan yksin pärjäämisen maailmana, jossa opiskelijan omalla vastuulla on, pääseekö hän mukaan kaveriporukoihin ja pärjääkö hän opinnoissaan. Tutkielmasta kävi ilmi, että yliopistomaailmassa olisi tilaa uudenlaiselle välittämisen kulttuurille, jossa opiskelijat eivät jäisi yksin.

University of Oulu

Faculty of Education

Loneliness of students in university's social space (Sonja Rajanen)

Pro gradu, 60 pages, 2 appendices

December 2018

Keywords: loneliness, social space, university

This thesis is about the loneliness student's experience in the social space of the university they are studying in (University of Oulu). I'm finding out through qualitative methods about the structures and production of social space in the university and about how the students experience it. The experiences of the students are examined through qualitative interviews. Loneliness is a serious public health and societal problem (Saari 2016) that hasn't, however, yet been studied much in Finland. Also the loneliness of university students is very common problem: 4-10% of the Finnish students are lonely, and as much as 40 % experience loneliness from time to time. (Kuttu et. al., 2016). Judging from these numbers, it is important to study the loneliness of the students as an independent phenomenon and find out how it is linked with the university's structures and spaces.

Majority of the loneliness research is focused on loneliness as an individual phenomenon. In this thesis I'm bringing up the concept of social space as a way to show that loneliness is, as much as an individual issue, a societal issue that hides in the structures of the society and social life. These two concepts – loneliness and social space – haven't been brought together like this before. All social interaction and the experience of it (or the lack of it) happens in space, and at the same time people produce and modify social space through social interaction and social life. That is why social space is an interesting starting point to loneliness study.

In the thesis I found out that the social space of the university and student life represents to the students both the space of loneliness and the space of community. For different people, different spaces and situations mean different things – the same space might be a space of loneliness for one person and a space of friendship for another person. All the experiences of loneliness and social life are unique. What was shared in all the interviews was the experience of university as a lonely world of coping and getting along by oneself. The students felt that they were alone in charge of whether they make it to the social circles and are able to make friends and do well in their studies. This shows that a new culture of caring for each other would be welcome in the social space of university.

Sisältö

1	Johdanto	7
2	Yksinäisyys	9
2.1	Mitä yksinäisyys on?	9
2.2	Yksinäisyystutkimus	10
2.3	Yksinäisyyden ulottuvuudet: emotionaalinen ja sosiaalinen	11
2.3.1	<i>Sosiaalinen yksinäisyys</i>	12
2.3.2	<i>Emotionaalinen yksinäisyys</i>	13
2.4	Yksinäisyyden syyt ja seuraukset	14
2.4.1	<i>Yhteiskunnallisella tasolla</i>	14
2.4.2	<i>Yksilötasolla</i>	15
2.5	Opiskelijoiden yksinäisyys	16
3	Sosiaalinen tila	19
3.1	Tilan käsite	19
3.2	Kolme tilaa David Harveyn mukaan	20
3.3	Tilan sosiaalinen rakentuminen ja tuottaminen Henri Lefebvren mukaan	21
3.3.1	<i>Sosiaalisen todellisuuden kolmijako</i>	23
3.4	Yliopisto sosiaalisena tilana	24
3.4.1	<i>Yliopiston sosiaalisen tilan rakentuminen ja tuottaminen</i>	24
3.4.2	<i>Yliopiston sosiaalisen tilan ulottuvuudet</i>	25
4	Tutkimusmenetelmät	28
4.1	Tutkimuksen ontologiset ja epistemologiset lähtökohdat	28
4.2	Tutkimuksen eettisyys	29
4.3	Haastattelu laadullisena tutkimusmenetelmänä	30
4.3.1	<i>Puolistrukturoitu haastattelu</i>	31
4.3.2	<i>Haastattelujen toteutus ja analyysimenetelmä</i>	32
5	Yksinäisyyden kokeminen	34
5.1	Näkemykset siitä, mitä yksinäisyys on	34
5.2	Yksinäisyydelle annetut selitykset	36
5.2.1	<i>Itsestä johtuvat syyt</i>	36
5.2.2	<i>Ulkoiset syyt</i>	39
5.3	Yksinäisyyden seuraukset	41
5.4	Yksinäisyyttä helpottavat asiat	43
6	Yksinäisyyden suhde yliopiston sosiaaliseen tilaan	47

6.1	Yksinäisyyden konkretisoituminen tilassa ja tilanteissa	47
6.2	Tunne yhteisöön kuulumisesta	51
7	Yhteenveto.....	55
8	Pohdinta	57
Lähteet		60

1 Johdanto

Yksinäisyys on modernissa yhteiskunnassa hyvin yleinen ja vakava ongelma. Yksinäisyystutkija Juho Saaren (2016, s. 5) mukaan se heikentää suomalaisten hyvinvointia ja terveyttä enemmän kuin mikään muu tunnettu yksittäinen tekijä ja on keskeinen yhteiskunnallisen eriarvoisuuden selittäjä ja aiheuttaja. Yksinäisyyttä esiintyy kaikissa ikäluokissa ja väestöryhmissä, mutta tässä tutkielmassa keskityn yliopisto-opiskelijoiden kokemaan yksinäisyyteen ja tarkastelen sitä suhteessa yliopiston sosiaaliseen tilaan.

Yliopisto-opiskelijoiden yksinäisyys ja yliopistoympäristön avoimuus on ollut toistuvasti julkisen keskustelun kohteena viime vuosina. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS:n terveystutkimuksen mukaan useampi kuin joka viides opiskelija kokee, ettei kuulu mihinkään opiskeluun liittyvään yhteisöön tai ryhmään. Eri tavoin mitattuna 4-10 % opiskelijoista kokee olevansa yksinäisiä ja yli 40 % kokee ajoittaista yksinäisyyttä. (Kuttu ja muut, 2017). Nämä tulokset osoittavat, että yksinäisyys on yliopistomaailmassa huomattava ongelma, mutta ajankohtaisuudestaan ja merkityksestään huolimatta sen näkyvyys tutkimuksessa on ollut heikkoa. Myöskään nuorten ja nuorten aikuisten yksinäisyyttä ikäryhmänä ei ole tutkittu kovin paljon, vaikka yksinäisyys on erityisen yleistä näillä ikävuosilla. (Rönkä, 2016, s. 19). Tässä tutkielmassa keskityn yliopisto-opiskelijoiden yksinäisyyteen, mutta en rajaa tutkimusta ainoastaan nuoriin opiskelijoihin, vaan olen kiinnostunut kaiken ikäisten opiskelijoiden yksinäisyydestä.

Tutkielmaani varten haastattelin viittä opiskelijaa heidän yksinäisyyskokemuksistaan Oulun yliopistossa ja tein aineistosta laadullisen sisällönanalyysin. Tyypillisesti tietoa yksinäisyydestä on kerätty kyselyillä, joiden tuloksista on kvantitatiivisesti pyritty mittaamaan yksinäisyyden esiintyvyyttä. Nämä tulokset ovat tärkeitä yksinäisyyden ymmärtämisessä ja yleisyyden kartoittamisessa, mutta tärkeää on myös syvempi laadullinen ymmärrys yksinäisyyden kokemuksesta – miltä yksinäisyys tuntuu ja mitä se merkitsee sen kanssa eläville. Tämä tutkimussuunta on yksinäisyystutkimuksessa huomattavasti nuorempi ja sen tarpeeseen haluan tällä tutkielmalla vastata.

Yksinäisyyden lisäksi toinen tutkielmani peruskäsite on sosiaalinen tila. Sosiaalisen elämän kaikki ulottuvuudet ja siten myös yksinäisyys kiinnittyvät aina tilaan, jossa elämme.

Sosiaalisuutta tai sen puutetta ei voi olla olemassa ilman tilaa, jossa sosiaalinen kanssakäyminen ja siihen liittyvät kokemukset tapahtuvat. (Lefebvre, 1974, s. 68). Myös yksinäisyyden kokemukset tapahtuvat siinä tilassa, jossa niitä tuntevat opiskelijat elävät ja toimivat. Tavoitteeni on selvittää, millainen on tämä yliopiston ja opiskelijaelämän ympärille rakentunut sosiaalinen tila ja miten yksinäisyydestä kärsivät opiskelijat sen kokevat. Yksinäisyys ei tapahdu vain yksilötasolla sitä kokevan ihmisen pään sisällä, vaan se on yhteiskunnallisiin rakenteisiin punoutunut ongelma, joka ilmenee sosiaalisessa tilassa ja siinä, miten sosiaalinen tila rakentuu. Siksi sitä voidaan sosiaalista tilaa ja sen rakenteita selvittämällä purkaa.

Haastattelujen lisäksi käsittelen teoreettisella tasolla sitä, miten sosiaalinen tila yliopistolla ja opiskelijaelämässä rakentuu. Yksinäisyyttä ei ole aiemmin tutkittu suhteessa sosiaaliseen tilaan, joten tällä tutkielmalla tuon nämä kaksi käsitettä yhteen ja avaan uuden tavan tutkia yksinäisyyttä. Tutkimuskysymykseni ovat seuraavat:

1. Miten yksinäisyyttä kokevat opiskelijat kokevat yliopiston sosiaalisen tilan?
2. Miten nämä opiskelijat kokevat yksinäisyyden tunteen?
3. Miten nämä opiskelijat kokevat yliopistoon kiinnittyviin yhteisöihin kuulumisen?

Tutkielmani etenee siten, että toisessa luvussa tarkastelen yksinäisyyttä käsitteenä, yksinäisyystutkimusta sekä yksinäisyyden ulottuvuuksia, syitä ja seurauksia. Kolmas luku käsittelee sosiaalisen tilan ulottuvuuksia ja sen rakentumista ja tuottamista ensisijaisesti Henri Lefebvren mukaan sekä yliopistoa sosiaalisena tilana. Neljännessä luvussa käyn läpi tutkimusmenetelmät sekä ontologiset ja epistemologiset lähtökohdat. Seuraavissa kolmessa luvussa esittelen tutkielmani tulokset, jotka olen jakanut opiskelijoiden yksinäisyyskokemuksiin, yksinäisyyden ja yliopiston sosiaalisen tilan väliseen suhteeseen sekä opiskelijoiden kokemukseen yhteisöön kuulumisesta. Viimeiset luvut on varattu tutkimuksen yhteenvedolle ja pohdinnalle.

2 Yksinäisyys

Tässä luvussa käsittelen yksinäisyyttä, yksinäisyystutkimusta sekä yksinäisyyden ulottuvuuksia, syitä ja seurauksia. Nojaan tässä tutkielmassa eniten suomalaiseen yksinäisyystutkimukseen siitä syystä, että tutkin juuri suomalaisten yliopisto-opiskelijoiden yksinäisyyttä. Yksinäisyys on ilmiö, jonka ymmärtäminen ja käsittäminen on pitkälti kulttuurisidonnaista. Siksi on perusteltua käyttää erityisesti suomalaista tutkimuskirjallisuutta tutkielman lähteenä.

2.1 Mitä yksinäisyys on?

Yksinäisyys on Junttilan (2016, s. 52) mukaan “negatiivinen psyykinen olotila, jossa ihminen kokee ahdistusta määrällisesti tai laadullisesti puutteellisista ihmissuhteista”. Yksinäisyys voi johtua myös irrallisuuden ja erilaisuuden tunteista ja siitä, ettei henkilö koe kuuluvansa mihinkään ryhmään. (Junttila, 2016, s. 68). Se on lamauttava tunne siitä, ettei ole ketään, kenen kanssa puhua tai ketään, joka ymmärtää, tai tunne siitä, että on täysin ulkopuolinen eikä kuulu muiden joukkoon. Yksinäisyys on ristiriita ihmisen toivomien ja hänen todellisten ihmissuhteidensa välillä – toiveet ja odotukset omasta sosiaalisesta elämästä eivät täyty. (Junttila, 2015).

Yksinäisyyttä voidaan lähestyä useasta eri näkökulmasta, mutta useimmiten sitä käsitellään tutkimuksessa ihmisen tarpeiden ja niiden täyttymisen kannalta. Koska ihminen on sosiaalinen olento, meillä on tarve sosiaaliselle kanssakäymiselle sekä läheisille ihmissuhteille ja kiintymyssuhteille ja jos tämä tarve ei täyty määrällisesti tai laadullisesti, se aiheuttaa yksinäisyyden kokemuksen. (Weiss, 1973, s. 18-19 Rönkä, 2017, s. 20 mukaan). Toisin sanoen, jos meillä ei ole tarpeeksi ihmissuhteita ja sosiaalista kanssakäymistä tai jos ihmissuhteistamme puuttuu läheisyyttä, koemme itsemme yksinäisiksi. Yksinäisyyttä on tarkasteltu myös evoluution kannalta samankaltaisena tunteena kuin nälkä, jano tai kylmyys – sen tarkoitus on suunnata ihmisen huomio puutteeseen, jota hän sillä hetkellä kokee, ja saada hänet pyrkimään takaisin muiden seuraan. Ihminen toimii yksinäisenä siis samoin kuin nälkäisenä tai janoisena ja kiinnittää huomionsa ennen kaikkea sosiaalisiin suhteisiin. (Junttila, 2015, s. 6-7).

Yksinäisyys on luonteeltaan hyvin moniulotteinen ilmiö. (Rönkä, 2017, s. 19-20). Se on aina tahdon vastainen, negatiivinen olotila. (Hawley ja muut, 2008) eikä vapaaehtoista yksinäisyyttä voida ajatella olevan olemassa, vaan se osoittautuu paradoksiksi samoin kuin esimerkiksi ”onnellinen masennus”. Yksin oleminen voi olla vapaaehtoista, mutta kuten myöhemmin tässä tutkielmassa osoitetaan, yksin oleminen ja yksinäisyys ovat eri asioita eivätkä välttämättä liity toisiinsa. (Saari, 2016). Yksinäisyys on hyvin yleistä: suurin osa ihmisistä kokee yksinäisyyttä jossain vaiheessa elämäänsä. Jos olotila kuitenkin pitkittyy, se saattaa muuttua vakavaksi henkilön terveyttä uhkaavaksi ongelmaksi, jonka monia kielteisiä seurauksia käsitellään myöhemmin tässä luvussa. (Hawley & Cacioppo, 2010).

2.2 Yksinäisyystutkimus

Yksinäisyyttä tutkitaan monilla eri tieteenaloilla ja metodeilla. Se ei kuulu ominaisesti mihinkään tiettyyn tieteenalaan, vaan on monille eri tieteenaloille yhteinen tutkimuskohde. Eniten sitä on perinteisesti tutkittu psykiatrian ja psykologian aloilla suhteessa mielenterveyden ongelmiin. Psykologian, psykiatrian, filosofian ja sosiologian lisäksi sillä on ollut paikkansa myös kasvatustieteissä ja terveystieteissä. (Saari, 2016, s. 12-14; Rönkä, 2017, s. 23-24). Enemmistö kaikesta aiheen tutkimuksesta on tehty länsimaisessa kontekstissa (Rönkä, 2016, s. 24) ja suurin osa siitä on keskittynyt yksinäisyyden esiintyvyyden mittaamiseen tai sen syiden ja seurausten selvittämiseen. (Saari, 2016, s. 12). Tyypillisesti aineistoa on kerätty kyselyillä, joiden tuloksista on kvantitatiivisesti pyritty mittaamaan yksinäisyyden esiintyvyyttä ja yhteyttä sosiaalisiin tekijöihin. (Rönkä, 2017, s. 20). Seuraavaksi käyn läpi yksinäisyystutkimuksen kehitystä ja tärkeimpiä tutkijoita eri vuosikymmeninä.

Yksinäisyyttä on käsitelty filosofisena ja sosiologisena kysymyksenä jo vuosisatoja. (Arendt, 2013/1951). 1950-luvulta lähtien aiheesta on tehty erityisesti psykologian alalla empiiristä tutkimusta, mutta vasta 1970-luvulla se alkoi saada merkittävää huomiota osakseen. Tämä vuosikymmen olikin merkittävä yksinäisyystutkimuksen kehitykselle. 1970-luvun vaikuttajista voidaan nostaa esille etenkin Robert Weiss ja hänen nykyäänkin paljon käytetty teoksensa *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. (Rönkä, 2017, s. 23-24). 1980-luvulla yksinäisyystutkimuksen kehitys jatkui muun muassa yksinäisyyden mittaamismetodien kehittämällä ja hypoteesien testaamisella, ja tuolloin tutkimuksen keskiössä oli aikuisten ja ikääntyneiden yksinäisyys. (Hymel ja muut, 1999). 1990-luvulle

tultaessa myös lasten ja nuorten yksinäisyyteen alettiin kiinnittää enemmän huomiota. Vasta tällöin yksinäisyyttä alettiin tutkia laadullisesti ja tutkijat kiinnostuivat siitä, mitä yksinäisyys ilmiönä pohjimmiltaan on. (Rönkä, 2017, s. 25).

Vuosituhanen vaihteessa yksinäisyyden kytkökset yhteiskunnallisiin ja sosiologisiin kysymyksiin nousivat esille ja huomio kääntyi yksilön sisäisestä kokemuksesta yhteiskunnan epäkohtiin. Tällöin kiinnostuttiin muun muassa siitä, miten kaupungistuminen vaikuttaa yksinäisyyden kokemuksiin. 2000-lukua kuvaa myös lääketieteellinen näkökulma yksinäisyyteen ja kiinnostus yksinäisyyden ja terveyden keskinäisiin kytköksiin. 2010-luvun puolella yksinäisyyttä on alettu tutkia longitudinaalisena eli elämän läpi jatkuvana kokemuksena. (Rönkä, 2017, s. 25).

Kaiken kaikkiaan vuosituhanen vaihteesta saakka yksinäisyystutkimus on laajentunut huomattavasti. Vaikka itsenäistä ja yhtenäistä yksinäisyystutkimuksen kenttää ei vielä voida sanoa olevan olemassa, näyttää sellainen olevan muodostumassa. Omana tutkimuskenttäänään yksinäisyys muodostuu monitieteisestä tutkimuksesta, jota ei voida enää palauttaa osaksi mitään tiettyä tieteenalaa. Yksinäisyystutkimuksen nykypäivän kansainvälisistä uranuurtajista on syytä mainita erityisesti John Cacioppo ja Ami Rokach, jotka ovat luoneet laajoja yksinäisyyttä koskevia tutkimusohjelmia. (Saari, 2016, s. 13).

Suomessa yksinäisyys on verrattain uusi tutkimuskohde (Rönkä, 2017, s. 34), mutta myös täällä sitä on 2000-luvun vaihteen jälkeen alettu tutkia aiempaa enemmän ja järjestelmällisemmin. Juho Saari on tutkinut yksinäisyyttä kansanterveydellisellä ja yhteiskunnallisella tasolla ja Niina Junttila on keskittynyt erityisesti lasten ja nuorten yksinäisyyteen. (Saari, 2016, s. 14, 24).

2.3 Yksinäisyyden ulottuvuudet: emotionaalinen ja sosiaalinen

Yksinäisyyttä voidaan tutkimuksessa luokitella ja käsitteistää monin tavoin, ja suurimmassa osassa yksinäisyystutkimusta yksinäisyys jaetaan sosiaaliseen yksinäisyyteen (social isolation) ja emotionaaliseen yksinäisyyteen (loneliness). Ensimmäisenä eron näiden kahden yksinäisyystyyppin välillä on osoittanut Robert Weiss 1970-luvulla. (Junttila, 2016, s. 55-56). Sosiaalinen yksinäisyys tarkoittaa seuran ja ihmissuhteiden puutetta, emotionaalien yksinäisyys taas koettua yksinäisyyden ja eristyneisyyden tunnetta. Näistä kahdesta

yksinäisyyden tyypistä voidaan käyttää myös käsitteitä sosiaalinen eristyneisyys ja koettu yksinäisyys (Saari, 2016, s. 14). Merkitys on molemmissa vaihtoehdoissa sama, ja tässä tutkielmassa käytetään selvyyden vuoksi tästä eteenpäin käsitteitä sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys.

Tässä tutkielmassa keskityn käsittelemään opiskelijoiden yksinäisyyden kokemuksia suhteessa sosiaaliseen tilaan, joten on tarpeellista tehdä selväksi, mitä koetulla eli emotionaalisella yksinäisyydellä tarkoitetaan ja miten se tutkimuksessa määritellään ja erotellaan.

2.3.1 Sosiaalinen yksinäisyys

Sosiaalinen yksinäisyys on lisääntynyt yhteiskunnan modernisoitumisen myötä ja sitä voidaan selittää pitkälti sosioekonomisilla tekijöillä. Kaupungistumisen vuoksi asumismuodot ovat muuttuneet niin, että kotitalouksien koko on pienentynyt ja yksin asuminen lisääntynyt, joten kodin sisäisiä ihmissuhteita on ihmisillä keskimäärin vähemmän kuin ennen. Muuttaminen voi lisätä sosiaalista yksinäisyyttä, jos tärkeät ihmissuhteet jäävät taakse ja uudella asuinpaikalla ei muodostu korvaavia ihmissuhteita. Vaurastuminen taas vähentää tarvetta yhteisöllisyydelle, sillä ihmiset eivät enää ole riippuvaisia toistensa avusta, vaan jokainen voi yleensä hankkia kaiken välitöntä toimeentuloaan varten tarvittavan ilman naapureiden ja sukulaisten apua. (Saari, 2016, s. 16-17).

Sosiaalinen yksinäisyys on yksiselitteisemmin todettavissa ja mitattavissa kuin emotionaalinen yksinäisyys, sillä siinä on kyse sosiaalisen vuorovaikutuksen määrästä. Sitä voidaan selvittää esimerkiksi haastatteluin sellaisilla kysymyksillä kuin ”Kuinka usein tapaat ystäviäsi?”, ”Kuinka usein osallistut yhteisöllisiin tilanteisiin?” tai ”Onko sinulla henkilöä, kelle kertoa yksityisiä asioitasi?”. Näiden kysymysten perusteella henkilö voi kuitenkin määrittäytyä yksinäiseksi, vaikka ei itse kokisi sitä olevansa. Tutkimuksessa tällaisia kysymyksiä on kuitenkin helpompi arvioida kuin kysymystä siitä, kuinka yksinäiseksi henkilö tuntee itsensä. (Saari, 2016, s. 14-16).

2.3.2 Emotionaalinen yksinäisyys

Emotionaalinen yksinäisyys määrittyy ihmisen oman kokemuksen kautta, joten se on sosiaalista yksinäisyyttä subjektiivisempi käsite ja vaikeammin mitattava ilmiö. (Saari, 2016, s. 17-19). Pohjimmiltaan yksinäisyys on aina subjektiivinen kokemus, jonka jokainen tuntee eri tavalla. Samassa yhteisössä ja tilanteessa yksi voi kokea yksinäisyyttä, kun taas toinen ei sitä koe. Ulkopuolelta on vaikeaa nähdä, onko ihminen yksinäinen (Victor ja muut, 2009) ja jokainen voi ainoastaan itse määritellä oman yksinäisyytensä tason. (Junttila, 2016, s. 54).

Emotionaalista yksinäisyyttä ei sosiaalisesta yksinäisyydestä poiketen voi määritellä ihmissuhteiden tai sosiaalisen vuorovaikutuksen määrällä, vaan siinä on huomioitava, että yksin oleminen ja yksinäisyys ovat kaksi eri asiaa. Yksinolo voi liittyä yksinäisyyteen, mutta yksin voi olla myös vapaaehtoisesti ja silloin se voi olla virkistävä ja kaivattu kokemus, sillä ehdolla, että henkilö voi heti halutessaan palata muiden seuraan. Vastaavasti muiden seurassakaan oleminen ei sulje pois yksinäisyyden mahdollisuutta. Myös sosiaalisissa tilanteissa voi olla yksinäinen, sillä niihin ei välttämättä liity merkityksellisiä, henkilökohtaisia ihmissuhteita eikä aitoa yhteyttä muihin ihmisiin. (Junttila, 2016, s. 54-55).

On myös täysin mahdollista, että ihminen kokee muiden seurassa yksinäisyyttä esimerkiksi ulkopuolisuuden tai erilaisuuden tunteen vuoksi, mutta yksin ollessaan ei sitä koe. Vaikka yksin oleminen ei automaattisesti tarkoita yksinäisyyttä, voi se siihen kuitenkin johtaa, samoin kuin yksinäisyys yksin olemiseen. (Junttila, 2016, s. 68).

Kun yksinäisyyttä tarkastellaan koettuna, emotionaalisena yksinäisyytenä, korostuvat ihmisten tulkinnat sosiaalisista tilanteista ja omasta statuksestaan niissä. Ihminen reflektoi jatkuvasti sosiaalisia tilanteita. Se, miten henkilö sijoittaa niissä itsensä suhteessa muihin, vaikuttaa siihen, miten hän ne kokee ja liittyykö niihin yksinäisyyden tunteita. Jos oman statuksen kokee alhaiseksi ja tuntee olevansa eriarvoisessa asemassa muihin nähden, kokemus yksinäisyydestä on todennäköisempi ja luultavasti ahdistavampi. (Saari, 2016, s. 17-19).

Tulkintoihin vaikuttavat aina aiemmat kokemukset sosiaalisissa tilanteissa. Yksinäisen ihmisen tapa tulkita sosiaalisia tilanteita saattaa jo itsessään vaikeuttaa sosiaalisten suhteiden muodostamista ja ylläpitämistä. Koska yksinäisellä ihmisellä usein on aiempia kielteisiä kokemuksia sosiaalisesta kanssakäymisestä, hän tulkitsee sosiaalisia tilanteita muita

useammin epäonnistumisen pelon läpi. (Junttila, 2016, s. 53). Yksinäisyys on siis kokemus, joka muokkaa identiteettiä ja minäkuva. (Saari, 2016, s. 17-19). Samalla koska yksinäisyys on samanlainen puutostila kuin nälkä tai jano, ihminen kiinnittää luontaisesti yksinäisenä huomionsa ensisijaisesti sosiaalisiin suhteisiin. Tämä saa meidät yksinäisinä näkemään selvemmin kuin muulloin sosiaalisen elämän mahdollisuudet, mutta toisaalta myös uhat. (Junttila, 2015, s. 6-7).

Emotionaalinen yksinäisyys on yleensä sosiaalista yksinäisyyttä haitallisempaa ja se liittyy useammin erilaisiin mielenterveysongelmiin. On helposti ymmärrettävää, että ihmissuhteiden määrää tärkeämpää on niiden laatu ja se, miten ihminen ne – tai niiden puutteen – itse kokee. Molempiin yksinäisyyden muotoihin voi kuitenkin liittyä ongelmia, joita käsittelemme tarkemmin seuraavassa luvussa.

2.4 Yksinäisyyden syyt ja seuraukset

2.4.1 Yhteiskunnallisella tasolla

Yksinäisyys ei ole ihmisen ominaisuus, vaan se kytkeytyy yhteiskuntaan, jossa elämme ja on yksilön ja yhteiskunnan suhdetta määrittävä tekijä. Se on osa yhteiskunnallista epätasa-arvoa ja ilmentää ihmisten eriarvoisuutta hyvinvoinnin ja terveyden saralla. Yksinäisyyden ja eriarvoisuuden suhde on kaksisuuntainen: yhteiskunnallinen eriarvoisuus aiheuttaa yksinäisyyttä, joka puolestaan aiheuttaa terveysongelmia ja hyvinvoinnin laskua, jotka taas aiheuttavat yksinäisyyttä ja eriarvoisuutta. Tässä kierteessä yksinäisyys siis aiheuttaa monia hyvinvointi- ja terveysongelmia, ja toisaalta nämä ongelmat eristävät ihmisiä sosiaalisesta elämästä ja yhteiskunnasta ja näin vuorostaan aiheuttavat yksinäisyyttä. (Saari, 2016, s. 10-11).

Eriarvoisuutta ylläpitävät rakenteet eivät kuitenkaan ole muuttumattomia, vaan niihin on mahdollista esimerkiksi poliittisin päätöksin vaikuttaa, jos niin halutaan. Yksinäisyys on yhteiskunnallisella tasolla merkittävä taloudellinen ja kansanterveydellinen ongelma, joka on kytköksissä esimerkiksi syrjäytymiseen, työttömyyteen ja alkoholismiin, mutta sille on mahdollista tehdä jotain. Yksinäisyyteen puuttuminen on valtavan tärkeää yksilötasolla, mutta se on myös valtion tilaa parantava keino. Yksinäisyyden politiikkaa ei kuitenkaan ole juuri tutkittu. (Saari, 2016, s. 11-12). Kuten Saari (2016, s. 11-12) toteaa, olennaista on ymmärtää,

että ihmisen todellinen perusturva ovat toiset ihmiset. Juntila (2016, s. 69) taas puhuu välittämisen kulttuurista, jossa kaikkien vastuulla on tarjota tukea yksinäisille ja auttaa heitä pääsemään ulos yksinäisyyden kierteestä.

Yksinäisyyden tunnetta pahentaa yhteiskunnallisella tasolla myös se, että nykykulttuurissa ihmiset ja erityisesti nuoret ovat tottuneet modernin median luomaan illuusion, jossa kaikilla on valtava määrä ystäviä tai vähintään satoja ihmisiä, jotka seuraavat sosiaalisen median välityksellä heidän elämäänsä päivittäin. Yksinäisyyttä tai yksin olemista näytetään harvoin viihdeohjelmissa eikä se käy ilmi julkisuuden henkilöiden haastatteluista. Facebookissa ja Instagramissa ihmiset hehkuttavat ystävyysuhteitaan ja kymmenet ihmiset tykkäävät näistä julkaisuista. Vaikka omassa elämässä olisi muutamakin läheinen ihminen, tulee silti herkästi tunne, että oma sosiaalinen elämä ei ole normaali tai ei itse ihmisenä ole riittävä. Kuitenkin tyypillisesti suomalaisten läheiset ihmissuhteet rajoittuvat viidestä seitsemän ihmisen ympärille. (Juntila, 2015, s. 4-5).

2.4.2 Yksilötasolla

Yksinäisyys voi periytyä samoin kuin sosioekonominen asema ja yksinäisten vanhempien lapset ovat muita useammin myös yksinäisiä. Periytymistä voidaan selittää geneettisillä tekijöillä, kuten taipumuksella ujouteen, tai opitulla käytöksellä. Jos vanhemmilla ei juuri ole sosiaalista verkostoa, jäävät myös lapsen perheen ulkopuoliset sosiaaliset suhteet helposti vähäisiksi eikä hän pääse harjoittelemaan vuorovaikutustaitoja kodin ulkopuolella. (Juntila, 2016, s. 63, 68).

Yksinäisyys on liitetty moniin vakaviin fyysisiin ja psyykkisiin terveysongelmiin. Yksinäisyys voi aiheuttaa erityisesti pitkittyessään useita mielenterveyden ongelmia kuten masennusta, ahdistusta, sosiaalisia pelkoja ja jopa psykoottisia oireita ja itsetuhoisuutta. Yhtä lailla yksinäisyys saattaa laskea fyysistä terveyttä ja lisätä sairastuvuutta. Se lisää usein myös syrjäytymisriskiä ja syrjäytymisen kokemusta, johon liittyy itseluottamuksen menettämistä sekä tarkoituksettomuuden ja alemmuuden tunteita. Yksinäisyyteen liittyy usein työttömyyttä, aloitekyvyttömyyttä, tulevaisuuden pelkoa, velkaantumista, päihteiden väärinkäyttöä ja kotiin eristäytymistä. (Juntila, 2016, s. 55-56).

Yksinäisyys myös pitkittyy ja uusiutuu helposti. Koska se laskee ihmisen henkistä ja fyysistä hyvinvointia ja on voimakkaasti passivoivaa, siitä muodostuu helposti itseään toteuttava kierre, jota on erittäin vaikeaa murtaa. Mitä vakavammasta yksinäisyydestä henkilö kärsii, sitä pahemmat ovat luonnollisesti yksinäisyyden seuraukset, ja sitä heikkommat ja passiivisemmat keinot hänellä myös tyypillisesti on yksinäisyyden sietämiseen tai torjumiseen. Nämä keinot voivat olla esimerkiksi alkoholin ja lääkkeiden käyttöä, television katselua tai internetin käyttöä. Ne henkilöt, jotka eivät kärsi jatkuvasta yksinäisyydestä, kykenevät yleensä turvautumaan aktiivisempiin yksinäisyyden torjunnan keinoihin, kuten liikuntaan, muihin harrastuksiin, vapaaehtoistoimintaan ja sukulaisten tapaamiseen. (Junttila, 2016, s. 62-67).

Kuten edellisessä luvussa totesin, yksinäinen kokee sosiaaliset tilanteet muita herkemmin uhkaavina (Junttila, 2016, s. 53) ja yksinäisyys muokkaa ihmisen identiteettiä ja minäkuvaa. (Saari, 2016, s. 17-19). Tämä vahvistaa yksinäisyyden kierrettä. Pitkittyneenä yksinäisyys vaikuttaa voimakkaasti ihmisen tapaan tulkita sosiaalisia tilanteita esimerkiksi niin, että yksinäinen ajattelee sosiaalisten onnistumisten johtuvan ulkoisista tekijöistä, kun taas epäonnistumisten olevan hänen omaa syytään. Esimerkiksi kutsu illanviettoon voi yksinäisen mielestä olla sattumaa, mutta kutsumatta jättäminen hänen mielestään johtuu siitä, että hän on huonoa seuraa eikä häntä kaivata paikalle. Ne, jotka eivät kärsi yksinäisyydestä, tulkitsevat päinvastoin onnistumiset omaksi ansiokseen ja merkeiksi omista hyvistä puolistaan, kun taas epäonnistumisten he näkevät johtuvan sattumasta ja huonosta tuurista. Kun yksinäisyys jatkuu tarpeeksi pitkään, tällaiset epäterveet kielteiset tulkintamallit vahvistuvat ja kyky tehdä terveitä tulkintoja heikkenee. (Junttila, 2016, s. 63-68).

2.5 Opiskelijoiden yksinäisyys

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS on toteuttanut vuodesta 2000 yhteensä viisi valtakunnallista Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimusta (KOTT), jossa selvitetään yliopisto- ja ammattikorkeakouluopiskelijoiden kokonaisvaltaista terveydentilaa ja hyvinvointia. Viimeisin tutkimus, jota myös tässä tarkastellaan, on vuodelta 2016. Tutkimuksissa selvitetään muun muassa opiskelijoiden ihmissuhteiden määrää, laatua ja niiden kokemista. (Kuttu ja muut, 2017).

Ammattikorkeakouluopiskelijoista ja yliopisto-opiskelijoista saadut KOTT-aineistot eivät suurimmaksi osaksi merkittävästi poikkea toisistaan eikä näitä aineistoja eroteta toisistaan

tutkimuksen tuloksissa. Siksi myös tässä alaluvussa viitataan kaikkiin korkeakouluopiskelijoihin, vaikka tutkielma keskittyykin ensisijaisesti yliopisto-opiskelijoihin.

Yksinäisyyttä mitattiin tutkimuksessa neljällä eri kysymyksellä: ”Kuinka usein olet yhdessä ystäväsi tai ystäväiesi kanssa vapaa-aikanasi?”, ”Koetko kuuluvasi johonkin, mihin tahansa, opiskeluun liittyvään ryhmään?”, ”Voitko halutessasi keskustella jonkun läheisesi kanssa avoimesti asioistasi ja ongelmistasi?” ja ”Koetko olevasi yksinäinen?”.

Opiskelijoista ystäviään tapasi vähemmän kuin kerran kuukaudessa 7,7 %. Mihin tahansa opiskeluun liittyvään ryhmään koki kuuluvansa 70 % opiskelijoista, kun 22 % ei tuntenut kuuluvansa mihinkään tällaiseen ryhmään. Ryhmään kuulumisen kokemus oli kuitenkin noussut vuodesta 2000, jolloin 48 % koki kuuluvansa johonkin ryhmään ja 37 % tunsu itsensä kaikkien ryhmien ulkopuoliseksi. 4,4 % opiskelijoista ilmoitti, että heillä on saatavilla keskustelutukea läheisiltä hyvin harvoin ja 1,5 % sitä ei ollut saatavilla lainkaan, kun taas aina tai useimmiten keskustelutukea sai 52 %. Yksinäiseksi itsensä koki ajoittain 42 % ja usein 6,7 % vastaajista. (Kuttu ja muut, 2017, s. 354-357).

Miehet olivat tutkimuksen mukaan yleensä naisia yksinäisempiä. Miesten ja naisten ero sekä ryhmään kuulumisen että kuulumattomuuden tunteessa oli noin kymmenen prosenttiyksikköä ja miehille oli myös hiukan tyypillisempää tavata ystäviään vähemmän kuin kerran kuukaudessa ja tuntea itsensä usein yksinäiseksi. Naisilla taas ajoittaista yksinäisyyttä esiintyi enemmän kuin miehillä. Miehet jäivät myös huomattavasti useammin kokonaan ilman läheisten tarjoamaa keskustelutukea tai saivat sitä vain harvoin. Myös iällä oli merkitystä. Yleisintä ryhmään kuulumisen kokemus oli alle 25-vuotiailla. (Kuttu ja muut, 2017, s. 354-357).

Kutun ja muiden (2017) mukaan kysymyksestä riippuen 4-10 % opiskelijoista koki olevansa yksinäisiä. Vaikka nämä kysymykset sellaisinaan eivät yksin riitä luotettavasti mittaamaan yksittäisen opiskelijan yksinäisyyttä, osoittavat ne kuitenkin, että yksinäisyys on todennäköisesti yleinen ongelma opiskelijoilla ja siksi merkityksellinen tutkimusaihe. Vaikka 4-10 % saattaa kuulostaa pieneltä luvulta, se on huomattava joukko esimerkiksi Oulun yliopiston noin 14 800 opiskelijasta. (Tilastokeskus, 2015). Yksinäisiä on tämän tiedon valossa Oulun yliopistossa noin 600-1500 opiskelijaa. Jos huomioidaan vielä ajoittaista

yksinäisyyttä kokevat opiskelijat (42 %), yksinäisyys on vielä merkittävästi yleisempi ongelma.

3 Sosiaalinen tila

Tarkastelen yksinäisyyttä tässä tutkielmassa sosiaalisen tilan kautta. Tässä luvussa avaan sosiaalisen tilan käsitettä ja sitä, miten se linkittyy yksinäisyyteen. Yksinäisyyttä ei ole ennen tutkittu sosiaalisen tilan näkökulmasta, ja siksi se avaa uusia ovia yksinäisyystutkimukselle. Yksinäisyys ei ole vain yksilöiden ongelma, vaan se ilmenee sosiaalisissa rakenteissa, joita sosiaalinen tila taas ilmentää. Tarkoitukseni on rakentaa teoreettista siltaa yksinäisyyden ja sosiaalisen tilan käsitteiden välille.

3.1 Tilan käsite

Tila (*space*) on monen tieteenalan yhteinen käsite, mutta erityisesti se kuuluu maantieteen peruskäsitteistöön. Sosiaalista tilaa, jota tässä tutkielmassa keskityn tarkastelemaan, ovat tutkineet paljon esimerkiksi filosofi ja sosiologi Henri Lefebvre sekä maantieteilijät David Harvey ja Mike Crang. Tilan käsite esiintyy tiuhaan myös esimerkiksi antropologian ja sosiologian aloilla. Yritin löytää tätä tutkielmaa varten jonkin kokoavan, yksinkertaisen määritelmän tilan peruskäsitteelle, mutta se osoittautui mahdottomaksi tehtäväksi. Kuten Crang ja Thrift (2000) toteavat, tilaa ei voida määritellä lyhyesti tai yksiselitteisesti, sillä se on käsitteenä niin moniulotteinen. Uskon, että karkeasti yksinkertaistetun määritelmän sijaan tilan luonne selviää lukijalle paremmin pala palalta tämän luvun edetessä.

Myöskään Harveyn (2004) mukaan tilan määrittely ei ole yksinkertaista, sillä se on hyvin moninainen käsite, jonka merkitys on riippuvainen siitä kontekstista, johon se liitetään. Muun muassa liminaalitila, henkilökohtainen tila, fyysinen tila, pelon tila, talouden tila, metaforinen tila ja sosiaalinen tila ovat eri alojen tutkimuksessa käytettyjä tilan käsitteitä, joissa kaikissa tilan peruskäsitettä lähestytään eri tavoin. Tilalle voidaan antaa lähes loputtomasti eri merkityksiä sen mukaan, mitä tutkitaan, ja melkein mitä tahansa ilmiötä voidaan tutkia suhteessa tilaan.

Lefebvren (1974) mukaan tila on perinteisesti hahmotettu lähinnä absoluuttisena, matemaattisena tilana ja vielä 1900-luvun puolivälissä olisi kuulostanut oudolta puhua sosiaalisesta tilasta. Lefebvreä pidetäänkin sosiaalisen tilan käsitteen kehittäjänä. Kuten Crang ja Thrift (2000) toteavat, enää juuri kukaan ei tieteen piirissä katso tilaa erilliseksi

sosiaalisesta todellisuudesta. Tilan sosiaalinen rakentuminen, joka selitetään pian tarkemmin, on myös yleisesti hyväksytty teoria. Tila on läsnä kaikkialla ja se huomioidaan yhä useammin eri tieteenaloilla.

Tilaan liittyy aina myös temporaalinen eli ajallinen ulottuvuus: tilat eivät ole staattisia tai pysyviä, vaan ne ovat jatkuvassa muutoksessa ajan myötä. Sekä tilat itsessään että suhteessa toisiinsa muuttuvat kaiken aikaa. (Schmid, 2008, s. 40; Shields, 1999, s. 147). Tila ja paikka ovat erottamattomat paitsi toisistaan, myös kaikesta mitä maailmassa tapahtuu: mikään asia ei voi tapahtua ajasta ja paikasta irrallaan. Tapahtumat ilmenevät aina jossain tilassa ja jonain hetkenä tai ajanjaksona historiassa. (Crang ja Thrift, 2000).

3.2 Kolme tilaa David Harveyn mukaan

David Harvey on avannut tilan moniulotteista käsitettä kolmijakoisen mallin avulla. Kolmijakoon kuuluvat absoluuttinen tila (*absolut space*), relatiivinen tila (*relative space*) ja relationaalinen tila (*relational space*), jotka kaikki ilmentävät erilaisia tapoja tulkita, hahmottaa ja tutkia tilaa. Yhtä ja samaa tilaa, esimerkiksi yliopistoa, kuten tässä tutkielmassa, voidaan tulkita kaikista näistä näkökulmista. Kun tilaa tarkastellaan absoluuttisena tilana, sen voidaan katsoa olevan olemassa jo itsessään riippumatta mistään ulkoisista merkityksistä tai ehdoista. Absoluuttinen tila on olemukseltaan pysyvä. Se tarjoaa näyttämön kaikelle toiminnallemme, mutta toimintamme ei kuitenkaan muuta sen olemusta. (Harvey, 2004).

Toisaalta tilan voidaan nähdä tulevan todelliseksi vasta asioiden ja ilmiöiden välisten suhteiden kautta. Tällöin puhutaan relatiivisesta tilasta, jossa tila on olemassa aina suhteessa johonkin. Esimerkiksi kahden paikan etäisyyttä voidaan absoluuttisessa tilassa mitata yksinkertaisesti piirtämällä karttaan suora viiva, mutta relatiivisessa tilassa otetaan huomioon suhteelliset etäisyydet. Todennäköisesti viivasuoraa tietä näiden paikkojen välillä ei ole, joten käytännössä etäisyyteen vaikuttavat muun muassa valittu reitti ja kulkuväline, jolloin tila hahmotetaan suhteessa liikenneverkkoon ja matkustusaikaan. Tilan käsite onkin relatiivisen käsityksen mukaan aina suhteessa ajan käsitteeseen. Tila on suhteessa myös sen kokijaan, ja kokemukseen vaikuttavat esimerkiksi henkilön sijainti tilassa ja se millainen suhde hänellä kyseiseen tilaan on. Tutkimuksen näkökulmasta tilan tarkastelu taas muuttuu täysin sen mukaan, ollaanko kiinnostuneita talouden suhteesta tilaan, ilmastonmuutoksen suhteesta

tilaan vai, kuten tässä tutkielmassa, ihmisten sosiaalisten suhteiden ja yksinäisyyden suhteesta tilaan. Myös tämä ilmentää relatiivista tilaa. (Harvey, 2004).

Kolmanneksi tila voidaan hahmottaa relationaalisena tilana, joka menee suhteellisessa tulkinnassa hiukan relatiivista tilaa pidemmälle. Tämän näkemyksen mukaan tila on olemassa ainoastaan sitä määrittelevien prosessien kautta ja tilan käsite sisältyy näihin prosesseihin. Tila on olemassa niissä suhteissa, joita nämä prosessit muodostavat tilaan, aikaan ja toisiinsa. Käytännössä tämä ilmenee niin, että mitään tiettyyn rajattuun paikkaan sijoittuvaa tapahtumaa tai asiaa ei voida tarkastella vain tämän kyseisen paikan kautta. Sen sijaan on ymmärrettävä, että asiat ja tapahtumat tietyssä tilan pisteessä ovat riippuvaisia kaikesta tämän paikan ympärillä tapahtuvasta ja olevasta tai aiemmin tapahtuneesta ja olleesta (tai jopa siitä, mitä tulee tapahtumaan ja olemaan). Tässä ilmenee jälleen ajan ja tilan erottamaton suhde – kaikki tilassa nykyisyydessä, menneisyydessä tai tulevaisuudessa tapahtuva ja oleva määrittää sen, millainen tilan jokin tietty piste on tällä hetkellä. Relationaalinen tila ei ole samalla tavalla mitattavissa kuin absoluuttinen tila ja jossain määrin vielä relatiivinen tila, mutta kuten Harvey toteaa, tilan olemassaolon tavat eivät ole riippuvaisia siitä, voiko niitä mitata. (Harvey, 2004).

3.3 Tilan sosiaalinen rakentuminen ja tuottaminen Henri Lefebvren mukaan

Sosiaalisen tilan käsitettä on kehittänyt erityisesti 1900-luvulla vaikuttanut ranskalainen filosofi ja sosiologi Henri Lefebvre, jonka tunnetuin teos *Production of Space* (1974) koskee tilan sosiaalista tuottamista ja rakentumista. Lefebvre tunnetaan yleisesti vasemmistolaisena ja radikaalinakin tutkijana, joka vastusti teksteissään kapitalismia ja kirjoitti sen nimissä tietoisesti tuotetuista eriarvoisuuden tiloista. Tässä tutkielmassa en kuitenkaan keskity tällaisiin poliittisiin puoliin Lefebvren ajattelussa, vaan pureudun hänen teoriaansa sosiaalisen tilan tuottamisesta ja rakentamisesta yleisemmällä tasolla.

Lefebvre oli kiinnostunut sosiaalisesta tilasta sen laajassa, yhteiskunnallisessa merkityksessä ja hän kirjoitti esimerkiksi siitä, miten sosiaalinen tila rakentuu maaseudun ja kaupungin välillä ja eri yhteiskuntaluokkien näkökulmista. Häntä kiinnosti esimerkiksi, miten slummien tila ilmentää eriarvoisuutta; miten koti naisten ja työ miesten tilana rakentaa sukupuolten valtasuhteita; miten kaupunkitila, kuten tiet, metrot ja rakennukset hyödyttävät osaa väestöstä toisten jäädessä niistä paitsi. (Shields, 1999, s. 141-142). Tämän tutkielman kohdalla voidaan

ajatella, että tutkimuskysymyksissä kyse on osaltaan yksinäisyyden ilmentämästä eriarvoisuudesta sosiaalisessa tilassa, joten Lefebvren ajatukset ovat sen kannalta erityisen mielenkiintoisia.

Lefebvren mukaan tilat rakentuvat tiettyjen sosiaalisten tarpeiden ympärille: esimerkiksi hautausmaa on kuoleman tila, museot ja muistomerkit muistamisen ja muistelun tiloja, puistot rentoutumisen ja vapaa-ajan tiloja. Nämä kaikki tilat voidaan määritellä sen toiminnan kautta, jota ihmiset niissä päivittäin harjoittavat. Ilman ihmisten toimintaa ja ihmisen tilalle antamia merkityksiä puisto ei olisi rentoutumisen ja vapaa-ajan vieton paikka, vaan satunnainen pala maata. Tilojen merkitykset ja fyysiset ominaisuudet rakentuvat käsi kädessä: puistoon hankitaan penkkejä, istutuksia ja suihkulähteitä, jotta valitulle maapalalle saadaan puiston tarkoitus ja merkitys. Nämä fyysiset rakennelmat samaan aikaan sekä ilmentävät tilan sosiaalisia ulottuvuuksia että rakentuvat niistä. Ihmisen sosiaalisuuteen kuuluu kyky luoda sosiaalisia tiloja. Ihmisen sosiaalisuus vaikuttaa siis tilaan ja ihmisellä on kyky tuottaa sosiaalisia tiloja, ja toisaalta tila vaikuttaa sosiaalisuuden ilmenemiseen. (Shields, 1999, s. 156, 162).

Tilan sosiaalisen rakentumisen ja tuottamisen voi ulottaa aina globaalille tasolle asti ja tarkastella vaikkapa massaturismin tai maailmanlaajuisen tietoliikenteen tuottamia tiloja. (Shields, 1999, s. 142). Yhtä lailla tila rakentuu sosiaalisesti pienemmässä mittakaavassa, niinkin pienen kuin henkilökohtaisen tilan tasolla. Useimmiten ihmiset käsittävät oman itsensä, minuutensa, sijoittuvan oman fyysisen kehonsa sisälle, joka on sinällään jo oma tilansa. Fyysinen keho samoin kuin mieli ja minuus taas kaikkine osineen on osa ihmistä ympäröivää tilaa, ja tämä tila on osa ihmisen sosiaalisuutta. Tähän liittyy myös suhtautuminen ympäröivään tilaan, esimerkiksi arviot siitä, mitkä alueet ovat turvallisia ja mitkä eivät, millaiset tilat meitä miellyttävät ja niin edelleen. (Shields, 1999, s. 146-147).

Sekä Lefebvre että Harvey ajattelevat, että kaikki muutos maailmassa tapahtuu tilan kautta – elämän tai maailman muuttaminen on tilan muuttamista. Ihmiset tuottavat aktiivisesti tiloja, ja niitä voidaan pyrkiä tuottamaan aina entistä paremmiksi. Tilat eivät vain yksinkertaisesti ja riippumattomasti ole olemassa, vaan ihmiset rakentavat niitä enemmän tai vähemmän tietoisesti ja voivat siten myös tietoisesti muuttaa niitä. (Merrifield 2000).

3.3.1 Sosiaalisen todellisuuden kolmijako

Lefebvre teki hahmotelmia ja malleja sosiaalisen tilan ja sen rakentumisen luonteesta pitkälti ranskalaisen fenomenologian pohjalta. Hän jakoi tilan sosiaalisen rakentumisen kolmeen ulottuvuuteen: havaittuun tilaan (*perceived space*), käsitettyyn tilaan (*conceived space*) ja elettyyn tilaan (*lived space*). Joissain lähteissä näistä tiloista käytetään eri nimityksiä, kuten Merrifieldin (2000, 170-171) mukaan fyysinen tila (*physical space*), mentaalinen tila (*mental space*) ja sosiaalinen tila (*social space*). Tämän kolmijaon kaikki osat ulottuvat joka tapauksessa sekä sosiaaliselle että yksilölliselle tasolle. Se merkitsee sekä sitä, miten ihminen itse rakentaa itseään ja omaa tilaansa, että sitä, miten ihmiset yhdessä rakentavat yhteiskuntaa ja sen tilaa. Kaikki nämä ulottuvuudet ovat läsnä jokaisessa sosiaalisessa tilanteessa ja tilassa. (Schmid, 2008, s. 39-40).

Havaittu tila tarkoittaa, että tilalla on aistein havaittava ulottuvuus, joka ilmenee jokaisessa sosiaalisessa kanssakäymisessä. Tila on yhtä aikaa sekä abstrakti että fyysinen, ja sen fyysistä, materiaalista puolta voidaan aistein havaita näkemällä, kuulemalla, haistamalla, maistamalla ja koskemalla. Esimerkiksi toisen ihmisen kosketus, maan tuntu jalkojen alla, pakokaasun haju ja kaupungin äänet rakentavat havaittua tilaa. (Schmid, 2008, s. 39).

Käsitetty tila liittyy kognitiivisiin prosesseihin, joiden tuloksena meillä on tietoa, mielikuvia ja käsityksiä erilaisista tiloista. Emme voisi havainnoida ympäröivää tilaa samoin kuin nyt, ellei meillä olisi siitä jo valmiiksi jonkinlaista käsitystä tai mielikuvaa. Tila ei ole pelkästään aistein havaittavaa materiaa, vaan sitä rakennetaan myös ajatusten ja tiedon kautta. Esimerkiksi kaupunkia ei voisi käsittää samalla tavalla, jos sen tila rakentuisi vain aistien avulla, ilman mitään ennakkotietoja, ilman aistihavaintojen prosessoimista ajatusten tasolla. (Schmid, 2008, s. 39-41). Käsitettyyn tilaan liittyvät myös ne kaavat ja tavat, joita noudatamme sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa, samoin kuin reitit joita kuljemme ja tavat, joilla jaamme tilat esimerkiksi työn tilaan ja vapaa-ajan tilaan. Käsitetty tila jäsentää fyysistä tilaa, ja tämä jäsentäminen ohjaa niin tilan tuottamista kuin uusintamista, niin sen käsittämistä kuin siinä toimimistakin. (Merrifield 2000).

Eletty tila rakentuu ihmisten jokapäiväisen elämän kokemuksista, yksinkertaisesti eletystä elämästä. Lefebvre oli sitä mieltä, että tämä tilan ulottuvuus ei kaipaa turhaa teoreettista analyysia, vaan siinä maailma rakentuu puhtaasti ja ainoastaan ihmisten käytännön

kokemusten kautta. Tila rakentuu siis aistein havaittavan, fyysisen ulottuvuuden ja kognitiivisesti käsitettävän ulottuvuuden lisäksi kokemuksesta ja *tunteesta*, kuten Lefebvre asian ilmaisee. (Schmid, 2008, s. 40-41). Eletyssä tilassa tunteella onkin Lefebvren mukaan suurempi rooli kuin ajatuksilla tai järjellä – tila on yksinkertaisesti ja nimensä mukaisesti jokaisessa hetkessä elettyä. (Merrifield 2000).

Merrifieldin (2000) mukaan länsimaisessa yhteiskunnassa painotetaan havaittua tilaa ja sitä pidetään todellisempänä ja tärkeämpänä kuin muita tilan ulottuvuuksia. Lefebvre kuitenkin painottaa, että kaikki ulottuvuudet ovat yhtä olennaisia – materiaalista tilaa ei voisi käsittää ilman aisteja, eikä havainnoilla olisi mitään merkitystä ilman ajatuksen tasoa. Merkitys näiltä ajatuksilta taas puuttuisi, ellei niistä rakentuisi minkäänlaista kokemusta tai tunnetta. Kokemus ja tunne ei puolestaan voi muodostua ilman materiaalista todellisuutta, johon se kytkeytyy. Mitään näistä ulottuvuuksista ei siis voi jättää huomiotta, sillä ilman niitä kaikkia ei voida rakentaa sosiaalista tilaa. Sosiaalinen tila nimenomaan rakentuu, tulee todelliseksi ja olevaliseksi, näiden ulottuvuuksien ja niiden vuorovaikutuksen kautta. Ennen tätä vuorovaikutusta sosiaalista tilaa ei ole olemassa. (Schmid, 2008, s. 41). Järkeä ja tunne sekä teoria ja käytäntö tulisi Lefebvren mukaan nähdä samalla viivalla – ne ovat tilan hahmottamisen ja jäsentämisen kannalta yhtä tärkeitä. (Merrifield 2000).

3.4 Yliopisto sosiaalisena tilana

3.4.1 Yliopiston sosiaalisen tilan rakentuminen ja tuottaminen

Käsittelen tässä luvussa teoreettiselta pohjalta sitä, millainen yliopisto on sosiaalisena tilana. Kolmannessa luvussa käsitelin sosiaalista tilaa ja sen rakentumista lähinnä Lefebvren ajatusten pohjalta. Kuten siinä todettiin, Lefebvren mukaan ihmiset tuottavat tiloja tiettyjen tarpeiden ja sosiaalisen toiminnan ympärille. Ihmiset antavat tiloille näin merkityksen, ja toisaalta tilat tarjoavat näyttämön ihmisen toiminnalle. (Shields, 1999, s. 156, 162). Yliopistoa voidaan näin ollen pitää ensisijaisesti oppimisen, sivistyksen, kasvatuksen ja tutkimisen tilana – näitä tarkoituksia varten se on perustettu ja rakennettu ja nämä tehtävät sille on laissa säädetty. Yliopistolain mukaan ”Yliopistojen tehtävänä on edistää vapaata tutkimusta sekä tieteellistä ja taiteellista sivistystä, antaa tutkimukseen perustuvaa ylintä opetusta sekä kasvattaa opiskelijoita palvelemaan isänmaata ja ihmiskuntaa.” (FINLEX, 2009).

Yliopisto täyttää lakisääteisen tehtävänsä toimimalla oppimisen, kasvatuksen, sivistyksen ja tutkimisen tilana. Se on rakennettu tilaksi, jossa toteutetaan näitä toimintoja, ja samalla se fyysisenä tilana asettaa ehtoja ja mahdollisuuksia niiden toteuttamiselle. Kaikki tämä toiminta on samalla myös sosiaalista toimintaa ja yliopiston tila, kuten kaikki ihmisen tuottamat tilat, on myös sosiaalinen tila.

Tutkimusaineistoni ja aiemmin käsitellyn YTHS:n toteuttaman Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen perusteella voidaan sanoa, että yliopisto on myös eriarvoisuuden tila. On valitettavan yleistä, että opiskelijat eivät koe olevansa osa yliopistoyhteisöä tai sen sisältämiä pienempiä yhteisöjä, kuten ainejärjestöjä. Kaikki eivät pääse yhdenvertaisesti osallisiksi yliopiston sosiaalisesta tilasta, vaan kokevat itsensä ulkopuolisiksi ja yksinäisiksi. (Kuttu ja muut, 2017).

Monet haastateltavat toivat tutkielmassani esiin, että he eivät koe kuuluvansa täysivaltaisina jäseninä yliopiston yhteisöihin. Eräs haastateltava totesi ainejärjestöön kuulumisesta näin:

”Tuntuu että on aina ollu jollain tavalla irrallaan siitä ydinporukasta. Just puoleksi vähän niin kun toinen jalka jossain muualla ja toinen jalka siinä mukana -- on ollu niitä tapahtumia nii oonhan mä niissä aina käyny, on vaan ollu sellanen tunne, että en mä oikeesti kuulu tähän porukkaan ollenkaan.” Mies, 27 v.

Yliopiston sosiaalinen tila ilmentää siis myös eriarvoisuutta, ulkopuolisuutta ja yksinäisyyttä.

Sosiaalinen tila ei kuitenkaan koskaan ole muuttumaton tai riippumaton. Koska tila on sosiaalisesti tuotettua, sitä voidaan myös tietoisesti muuttaa. Merrifieldin (2000) mukaan Lefebvre ja Harvey ovat molemmat sitä mieltä, että maailmaa muutetaan muuttamalla tilaa ja tiloja voidaan tuottaa aina entistä paremmiksi. Niinpä myös yliopiston sosiaalista tilaa tuotetaan ja rakennetaan jatkuvasti, ja näin myös eriarvoisuuteen ja yksinäisyyteen tässä tilassa voidaan puuttua ja sitä voidaan pyrkiä vähentämään.

3.4.2 Yliopiston sosiaalisen tilan ulottuvuudet

Luvussa kolme kävin läpi sosiaalisen tilan ulottuvuuksia ja nyt käsittelen näitä ulottuvuuksia yliopiston kontekstissa. Kuten kolmannessa luvussa kerroin, Lefebvre on erottanut toisistaan

kolme eri tilan ulottuvuutta: havaitun tilan, käsitetyn tilan ja eletyn tilan. (Schmid, 2008, s. 39-41). Havaittuna tilana yliopisto on ensisijaisesti fyysinen tila – se on yliopistorakennus, käytäviä, luokkahuoneita, ruokaloita ja luentosaleja.

Yliopiston havaittuun tilaan voidaan opiskelijoiden näkökulmasta liittää myös opiskelijoiden keskeisiä ajanviettopaikkoja yliopistorakennuksen ulkopuolellakin: esimerkiksi baareja ja muita juhlatiloja, joissa opiskelijatapahtumia pidetään, tai busseja, joilla yliopistolle kuljetaan. Havaittu fyysinen tila rakentuu yliopistolla aistien kautta: yliopistoympäristön voi nähdä, kuulla, tuntea, haistaa ja maistaa. Se rakentuu niin ruokalan tuoksusta ja seinien väreistä kuin luentosalin hälinästäkin. Ilman tätä fyysistä tilaa ja sen havaitsemista ei voisi rakentua myöskään yliopiston sosiaalista tilaa, jossa sosiaalinen vuorovaikutus tapahtuu ja ilmenee.

Yliopisto on yhtä lailla myös käsitettyä tilaa ja rakentuu kognitiivisten prosessien kautta. Yliopisto fyysisenä tilana ja rakennuksena välittyy sen käyttäjille aistien kautta, mutta aistien pariin tarvitaan ajatuksen taso, jolla tila hahmotetaan sosiaalisesti. (Schmid, 2008, s. 39-41). Opiskelijat rakentavat yliopiston sosiaalista tilaa niiden käsitysten, mielikuvien ja ennakkoodotusten perusteella, joita heillä on yliopistosta. Ennen opintojen aloittamista kaikilla on jonkinlainen ennako-oletus siitä, millaista yliopisto ja sen sosiaalinen elämä on, ja opintojen alettua käsitykset yliopiston sosiaalisesta tilasta muokkautuvat kokemusten myötä. Samalla opiskelijat luovat itse yliopiston sosiaalista tilaa osana näitä kognitiivisia prosesseja.

Yliopistolla, kuten kaikissa tiloissa, on tietynlainen toimintakulttuuri, johon kuuluu erilaisia vuorovaikutusta määrittäviä tapoja ja kaavoja. Yliopiston sosiaalinen tila rakentuu opiskelijoille myös erilaisista reiteistä, joita päivittäin kuljetaan. Lisäksi yliopisto ja muut opiskelijaelämään kiinteästi liittyvät tilat voidaan jakaa erilaisten tarkoitusten perusteella – kirjasto voi olla oppimisen tila, ruokala sosiaalisuuden tila, kiltahuone yhteisöllisyyden tila. Kaikille opiskelijoille näillä eri tiloilla ja reiteillä on omanlaisensa merkitykset riippuen niistä kokemuksista, tavoista ja tunteista, joita he kyseisiin tiloihin liittävät. (Merrifield, 2000).

Eletty tila on juuri tunteiden ja kokemusten määrittämä ja rakentuu puhtaasti elettyinä elämänä. (Schmid, 2000, s. 40-41). Yksinäisyys on yksi niistä tunteista, joiden kautta yliopiston tila rakentuu ja hahmottuu opiskelijoille. Yksinäisyys näyttäytyykin tässä yhteydessä sosiaalisen tilan rakentajana – yksinäisyyttä kokevan opiskelijan kokemana sosiaalinen tila on vahvasti yksinäisyyden määrittämä ja yliopistosta tulee hänelle

yksinäisyyden tila. Yksinäisyyden tiloja voivat olla myös vain tietyt yliopiston tai opiskelijaelämän paikat. Opiskelija voi tuntea yksinäisyyden erityisen voimakkaana vaikkapa kiltahuoneella, jos ei tunnu kuuluvansa joukkoon; ruokalassa, jos joutuu haluamattaan syömään joka päivä yksin; luentosalissa, jos ei ole ketään kenen viereen istua. Jotkut toiset paikat ja tilat saattavat samalle henkilölle olla yksinäisyyden sijaan yhteisöllisyyden värittämiä.

4 Tutkimusmenetelmät

4.1 Tutkimuksen ontologiset ja epistemologiset lähtökohdat

Kun käsittelen tässä tutkielmassa yksinäisyyttä ja sosiaalisuutta tilassa, tutkin väistämättä samalla ihmisenä olemista ja ihmisten kokemuksia omasta olemisestaan ja ympäröivästä maailmasta. Siksi on tarpeen selvittää tutkielman ja siinä käyttämieni menetelmien ontologisia ja epistemologisia lähtökohtia osana ihmistutkimuksen traditiota. Nämä lähtökohdat ohjaavat aineiston hankinnan menetelmiä ja hankitun aineiston tulkinnan tapoja.

Hirsijärvi ja Hurme (2001, s. 16-19) avaavat ihmistutkimuksen tiedon luonnetta ja sen käsitystä ihmisestä ja hänen suhteestaan todellisuuteen useasta eri näkökulmasta. Heidän mukaansa ihmisiä luonnehtii se, että todellisuutemme on sosiaalisesti konstruoitu. Toisin sanoen jokaisen ihmisen käsitys maailmasta on rakentunut tiettyyn aikaan ja tilaan sidotussa sosiaalisessa ympäristössä ja muotoutunut sen vaikutuksesta omanlaisekseen. Siten mitään yhteistä, kaikille täsmälleen samanlaista todellisuutta ei ole olemassa.

Tämän vuoksi minunkin on tutkijana oltava varovainen tehdessäni tulkintoja tutkimuskohteinani olevista ihmisistä ja heidän kokemuksistaan ja käsityksistään. Tällaisessa tutkimuksessa minun tulee pyrkiä tiedostamaan, millaisia merkityksiä annan asioille – erityisesti haastateltavan kertomille asioille. Ihmistutkimuksessa on hyväksyttävä, että ehdotonta totuutta ei voida koskaan saavuttaa samoin kuin esimerkiksi matematiikassa, eikä sen tule olla ihmistutkimuksen tavoitteenakaan. Se ei etsi yleispäteviä lainalaisuuksia tai ehdotonta totuutta, vaan on aina kontekstisidonnaista ja riippuvaista esimerkiksi historiasta ja kulttuurista. (Hirsijärvi & Hurme, 2001, s. 17-19).

Jotta ihmisten tutkiminen olisi ylipäätään mielekäästä, on tutkijan kuitenkin voitava olettaa, että hän pystyy ymmärtämään asiat samoin kuin tutkimansa ihmiset. Hirsijärvi ja Hurme (2001, s. 18 **ALKUP Rommetveit 1978**) kutsuvat tätä intersubjektiiviseksi oletukseksi. Jokaisella on oma käsityksensä todellisuudesta, mutta ihmisillä on tämän oletuksen mukaan myös yhteinen, jaettu käsitys siitä.

Lopuksi on tärkeää, että tutkijana ymmärrän oman roolini tutkimuksessani. Tutkija on ihmisenä osa tutkimaansa sosiaalista todellisuutta ja vaikuttaa siihen samoin kuin kaikki muutkin ihmiset. Valitsemani käsitteet ja menetelmät sekä käsitykseni asioista vaikuttavat myös itse tutkimusprosessiin ja sen lopputulokseen. (Hirsijärvi & Hurme 2001, s. 18).

4.2 Tutkimuksen eettisyys

Kuten kaikissa tutkimuksissa, myös tässä tutkielmassa joudutaan erilaisten eettisten ratkaisujen eteen. Hirsijärven ja Hurmeen (2001, s. 19-20) mukaan tutkimuksen eettisyyttä on erityisen tärkeää pohtia silloin, kun siihen kuuluu haastatteluja, kuten tässä tutkielmassa. Eettiset kysymykset lähtevät jo tutkielman tarkoituksesta – onko sillä jotain myönteistä vaikutusta haastateltavien elämään? Tutkijana minun tulee huomioida myös tutkimuksen mahdolliset tahattomat seuraukset tutkittaville ja pyrkiä varmistamaan, ettei kielteisiä vaikutuksia synny. Esimerkiksi tutkimusraportin julkaisulla saattaa olla haastateltujen elämään vaikutuksia, jotka minun tutkijana tulee tiedostaa.

Haastateltavilta on saatava selkeä informointiin perustuva suostumus haastatteluun, eli haastatteluun on pystyttävä suostumaan tai siitä on pystyttävä kieltäytymään totuudenmukaisen tutkimuksen luonnetta ja tarkoitusta koskevan tiedon valossa. (Hirsijärvi & Hurme, 2001, s. 20, [ALKUP Homan 1991, s. 69](#)). Haastattelukutsussa, jonka lähetin Oulun yliopiston opiskelijoiden sähköpostilistalle, oli kerrottu tutkimuksen tarkoitus ja luonne mahdollisimman selkeästi. (Liite 1).

Itse haastattelutilanne saattaa olla haastateltavalle stressaava ja jopa muuttaa hänen minäkuvaansa (Hirsijärvi & Hurme, 2001, s. 20) ja tässä tutkielmassa haastattelin lisäksi ihmisiä aiheesta, josta heillä oli kipeitä kokemuksia ja johon liittyi vaikeita tunteita. Siksi kiinnitin erityistä huomiota siihen, että haastattelutilanteet olivat mahdollisimman rauhallisia ja stressittömiä haastateltaville. Koska aihe saattaa olla arkaluontoinen haastateltaville, toteutin haastattelut yksilöhaastatteluina ryhmähaastattelujen sijaan. Brinkmannin (2013, s. 27) mukaan yksilöhaastattelut ovat ryhmähaastatteluja parempi valinta tilanteessa, jossa haastattelussa keskustellaan yksityisistä, arkaluontoisista asioista, joihin saattaa liittyä stigmoja ja tabuja.

Haastattelut ovat luottamuksellisia siinä mielessä, että niissä kerrottuja asioita ei käytetä mihinkään muuhun kuin tämän tutkielman aineistoksi eikä niitä anneta missään muodossa kolmansille osapuolille. Haastateltavien tiedoista mainitaan sukupuoli ja ikä, jotta haastateltavat voidaan erottaa raportissa toisistaan. Muut tiedot, kuten opiskeluala ja järjestöt, joihin haastateltava kuuluu, on raportissa piilotettu.

Haastateltavien sanomisten analysoinnissa minun oli oltava tarkkana ja pohdittava, millä perustein tein niistä päätelmiä niin, että haastateltavan tarkoittama viesti välittyisi. Tutkijalla on aina velvollisuus varmistua, että hänen esittämänsä tieto on mahdollisimman varmaa ja todennettua. (Hirsijärvi & Hurme, 2001, s. 20).

4.3 Haastattelu laadullisena tutkimusmenetelmänä

Haastattelu voidaan yksinkertaisimmillaan määritellä ”kasvokkain tapahtuvaksi sanalliseksi vuorovaikutukseksi, jossa yksi henkilö, haastattelija, pyrkii saamaan selville informaatiota, mielipiteitä tai uskomuksia toiselta henkilöltä”. (Brinkmann, 2013, s. 1-2).

Koska tutkin opiskelijoiden kokemuksia yksinäisyydestä, on haastattelu luonteva valinta tutkimusmenetelmäksi. Kuten Brinkmann (2013, s. 3-4) toteaa, ihmisten perusluonteeseen kuuluu vuoropuhelu ja keskustelu toistensa kanssa. Haastattelu tutkimusmenetelmänä perustuu lopulta tähän – ihmisten välinen keskustelu on rikas ja korvaamaton tiedonlähde, jonka avulla voidaan parhaiten selvittää kokemusten laadullisia piirteitä. Haastattelussa voidaan kysyä suoraan henkilöltä itseltään, miten hän tietyt asiat kokee – jokainen ihminen on omien kokemustensa paras asiantuntija.

Ei pidä kuitenkaan kuvitella, että haastattelu olisi helppo ja yksinkertainen tutkimusmenetelmä, joka jo itsessään takaisi tutkimukselle laadukkaan aineiston. Vaikka vuoropuhelu on ihmisille luontevaa ja ominaista, on haastattelussakin omat haasteensa. Haastattelulla saadaan kyllä yleensä paljon mielenkiintoista aineistoa, mutta tämän aineiston analysointi tutkimusta hyödyttäväksi dataksi on usein itse haastattelua paljon monimutkaisempaa. Usein tutkijat myös sortuvat siihen, etteivät valmistaudu haastatteluihin tarpeeksi huolellisesti tai reflektoi omaa toimintaansa riittävästi prosessin aikana. (Brinkmann, 2013, s. 4). Näihin asioihin minun oli haastatteluja toteuttaessani kiinnitettävä huomiota.

Haastattelulla on mahdollista suunnata ja ohjata tiedonhankintaa reaaliajassa. Tutkija voi suunnitella, missä järjestyksessä kysyy tiettyjä kysymyksiä, kysyä haastateltavalta tarkentavia kysymyksiä ja selvittää motiiveja hänen vastaustensa taustalla. Lisäksi haastattelussa mukana on myös sanaton, kehollinen viestintä. (Hirsijärvi & Hurme, 2001, s. 34). Tästä syystä valitsin tämän tutkielman aineistonkeruumenetelmäksi haastattelun kasvokkain haastateltavan kanssa esimerkiksi puhelinhaastatteluiden sijaan. Brinkmannin (2013, s. 29) mukaan on tärkeää, että haastattelijä kiinnittää huomiota myös haastateltavan eleisiin, ilmeisiin ja äänensävyihin, eikä perusta analyysia pelkästään litteroituun kirjalliseen aineistoon. Tähän pyrin haastatteluissa.

Tutkimuskysymys on niin moniulotteinen, ettei siitä todennäköisesti voisi muilla menetelmillä kuin haastattelulla saada riittävän luotettavaa tietoa. Tutkielmani aiheesta olisi erittäin vaikeaa muotoilla esimerkiksi kyselytutkimukseen sellaisia kysymyksiä, jotka olisivat helposti ymmärrettäviä ja joihin pystyisi kohtuullisesti vastaamaan. Juuri tiedonhankinnan reaaliaikaisen ohjaamisen mahdollisuus oli tutkielmani kannalta välttämätöntä.

4.3.1 Puolistrukturoitu haastattelu

Puolistrukturoitu haastattelu on kirjallisuudessa yleisimmin käsitelty laadullisen haastattelun muoto. (Brinkmann, 2013, s. 21). Se voidaan määritellä ”haastatteluksi, jonka tarkoitus on saavuttaa sellaisia kuvauksia haastateltavan elämästä ja maailmasta, joilla voidaan selittää tutkittavaa ilmiötä”. (Brinkmann ja Kvale, 2005). Puolistrukturoitu tarkoittaa sitä, että kaikkia haastattelun osa-alueita ja näkökulmia ei lyödä ennalta lukkoon, mutta haastattelulla on kuitenkin tietty ennalta laadittu runko, joka määrittää joitain osia siitä. Tutkijalla voi olla esimerkiksi valmiiksi laaditut kysymykset, joita hän kuitenkin muokkaa tilanteen mukaan haastattelun edetessä. (Hirsijärvi ja Hurme, 2001, s. 47).

Strukturoidussa haastattelussa sitä vastoin saatettaisiin käyttää valmista kyselylomaketta, jossa kysymyksiin vastataan tietyssä suunnitellussa järjestyksessä, ja strukturoimattomassa haastattelussa mitään valmista kysymyspohjaa ei välttämättä olisi laadittu. (Hirsijärvi ja Hurme, 2001, s. 47). Puolistrukturoitu haastattelu onkin siinä mielessä strukturoitua parempi menetelmä, että se etenee enemmän haastateltavan ehdoilla – hän saa itse vaikuttaa enemmän siihen, mitä tuo esille ja mihin haastattelussa keskitytään. Loppujen lopuksi haastateltavan omat ajatukset ja kokemukset ovat niitä, joiden pohjalle haastattelun tulisi rakentua. Toisaalta

strukturoimaton haastattelu ei anna tutkijalle mahdollisuutta ohjata haastattelua niin, että se tarjoaa vastauksia tutkimuskysymykseen. (Brinkmann, 2013, s. 21).

Puolistrukturoitua haastattelua voisi siis luonnehtia ikään kuin kultaisena keskitienä. Brinkmannin (2013, s. 18, 27) mukaan mikään haastattelu ei kuitenkaan ole täysin strukturoitu, sillä haastateltavien puhe harhailee aina ainakin jonkin verran varsinaisen kysymyksen ulkopuolelle. Se on kuitenkin vain hyvä asia, sillä usein juuri nämä keskustelun osat tarjoavat kallisarvoista näkemystä ja sisältöä tutkimusaineistoon. Toisaalta mikään haastattelu ei voi olla myöskään täysin strukturoimaton, sillä haastattelija ohjaa aina haastateltavaa kysymyksillään ja kommenteillaan. Tämäkään ei haittaa, jos haastattelija kiinnittää huomiota siihen, että johdattelee haastateltavaa puhumaan tietyistä teemoista – mielipiteitä tai ajatuksia ja niiden ilmaisuja ei tietenkään tule ohjailla. Samasta syystä kuin valitsin puolistrukturoidun haastattelumenetelmän, valitsin myös yksilöhaastattelut – keskittymällä yhteen henkilöön kerrallaan pystyin parhaiten myös ohjailemaan keskustelun teemoja niin, että sain tutkielmaani mahdollisimman hyvää aineistoa.

4.3.2 Haastattelujen toteutus ja analyysimenetelmä

Keräsin tähän tutkielmaan aineiston laadullisella, puolistrukturoidulla haastattelulla. Haastattelut toteutettiin Oulun yliopistolla erikseen varatussa tilassa yksilöhaastatteluina kasvokkain haastateltavan kanssa toukokuussa 2018. Haastateltavina oli yhteensä viisi eri ikäistä, eri vuosikursseilla ja eri pääaineita opiskelevaa Oulun yliopiston opiskelijaa, joista neljä oli miehiä ja yksi nainen. Haastateltavat löysin lähettämällä haastattelukutsun useille Oulun yliopiston sähköpostilistoille. (Liite 1).

Koska haastateltavien määrä oli melko pieni, ei haastatteluiden perusteella voida tehdä pitkälle vietyjä päätelmiä tai yleistyksiä yliopisto-opiskelijoiden yksinäisyydestä ylipäätään. Yleistyksien tekemisen sijaan haastattelujen anti on se, että auttavat ymmärtämään ja hahmottamaan yksinäisyyden ilmiötä kokonaisvaltaisesti. Tänä päivänä on jo tiedossa, että yksinäisyys on opiskelijoiden keskuudessa yleinen ongelma, ja haastattelemieni viiden opiskelijan kokemusten ja ajatusten avulla tätä ilmiötä voidaan ymmärtää paremmin ja syvemmin. On tärkeää tietää, miten opiskelijat yksinäisyyden kokevat, sillä he itse ovat omien tunteidensa ja kokemustensa asiantuntijoita.

Haastatteluihin olin laatinut tarkkojen kysymysten sijaan rungon, joka rakentui niistä teemoista, joista halusin haastateltavien kanssa keskustella (Liite 2). Tässä rungossa oli viisi kohtaa alakohtineen, ja muotoilin varsinaiset kysymykset niiden pohjalta. Teemat käsittelivät haastateltavan käsitystä siitä, mitä yksinäisyys on, haastateltavan kokemuksia yliopistosta sosiaalisena tilana ja hänen kokemuksiaan yksinäisyydestä opiskeluaikana. Kysymykset itsessään olivat jokaisessa haastattelussa hiukan erilaisia, koska niiden määrä, muoto ja järjestys määräytyivät sen pohjalta, millaisia asioita haastateltava itse otti esille ja miten keskustelu eteni. Lisäksi painotin haastatteluissa, että haastateltavalla on täysi vapaus tuoda esille tärkeäksi kokemiaan asioita myös kysymieni kysymysten ulkopuolelta, ja kaikkien haastattelujen lopuksi annoin haastateltavalle mahdollisuuden ottaa vielä esille asioita, joita ei haastattelun aikana oltu käsitelty.

Nauhoitin haastattelut ja litteroin ne. Litteroidusta tekstistä etsin tutkimuskysymyksen kannalta olennaisia teemoja, joita haastatteluissa nousi esille itse laatimani haastattelurungon pohjalta tai haastateltavien omasta aloitteesta. Koska kävin kaikkien haastateltavien kanssa läpi ainakin ne teemat, joita laatimaani haastattelurunkoon sisältyi, aineistosta muodostui varsin vertailukelpoinen. Teemoja ovat 1. näkemykset siitä, mitä yksinäisyys on, 2. yksinäisyyden kokeminen ja 3. yksinäisyyden suhde yliopiston sosiaaliseen tilaan, ja näiden pääteemojen alle etsin haastatteluista lisää pienempiä teemoja. Näin sain järjesteltyä haastatteluiden sisällöt helposti ymmärrettäväksi ja vertailtavaksi kokonaisuudeksi. Teemat on esitelty ja analysoitu seuraavassa luvussa.

5 Yksinäisyyden kokeminen

5.1 Näkemykset siitä, mitä yksinäisyys on

Kysyin jokaiselta haastateltavalta, mitä yksinäisyyden käsite hänen mielestään tarkoittaa. Kysymyksen tarkoitus oli alun perin toimia lämmittelynä ja jäänrikköjana haastattelun aluksi ennen haastateltavan omiin kokemuksiin paneutumista. Kaikki haastateltavat kuitenkin vastasivat kysymykseen niin kattavasti, että vastauksista muodostui lopulta tärkeä ja mielenkiintoinen teema aineistoon. Seuraavaksi käyn läpi haastateltavien kuvauksia siitä, mitä yksinäisyys heidän mielestään on ja mitä yksinäisyyden käsite heille tarkoittaa ja peilaan niitä yksinäisyyden teoriaan.

”Yksinäisyys on ainakin mulle ihan sellanen konkreettinen tunne. Että tietysti yksin voi olla, mutta että tulee ihan yksinäinen olo, sellanen tunnetila tai olotila. Että saattaa olla vaikka kuinka paljon porukkaa ympärillä, mutta saattaa silti tulla yksinäinen olo. Mulle se on konkreettisesti sitä, että löytäis semmosia syviä suhteita ja sitten tämmöstä, että ne ei oo semmosia pinnallisia.” Mies, 27 v.

Tästä määritelmästä käy selvästi esille asia, jonka myös Junttila (2016, s. 54-55) toteaa: yksinäisyyden tunteminen ei ole kiinni siitä, onko ihminen konkreettisesti yksin vai muiden seurassa. Kuten haastateltava kuvaa, yksinäisyydessä kyse on pikemminkin merkityksellisten ja syvällisten ihmissuhteiden puutteesta, eikä pinnallinen, satunnainen seura voi korvata niitä.

”Merkityksellisten sosiaalisten kontaktien puutetta. Tai mä koen sen ihan yksinäisyydeksi, mutta yksinäisyyttä voi kokea muutenkin, vaikka ihmisten keskellä olisi, mutta ihan yksinäisyyttä on se, että tämmöisiä tavallaan muita kuin arjen pakollisia kontakteja ihmisiin ei oo, niin kuin vapaa-ajan viettoa ihmisten kanssa.” Mies, 25 v.

Vastaus kuvaa niin ikään juuri merkityksellisten ihmissuhteiden puuttumisen vaikutusta yksinäisyyden kokemiseen ja siitä nousee jälleen esille se, ettei mikä tahansa seura poista yksinäisyyttä.

”Ei tapaa muita ihmisiä, ei ole varsinaisesti yhteyksiä arkielämässä muihin ihmisiin, edes tämmöisiin henkilöihin jotka kuitenkin on suhteellisen samassa tilanteessa... ja sitten viettää myös käytännössä vapaa-aikansakin yksin.” Mies, 22 v.

Tässä vastauksessa korostuu yksinäisyys konkreettisenä yksin olemisena ja seuran puutteena. Tästä voidaan puhua sosiaalisena yksinäisyytenä, jota voidaan mitata ihmissuhteiden ja vuorovaikutuksen vähäisellä määrällä (Saari 2016, s. 14-16). On kuitenkin muistettava, että myös emotionaalinen yksinäisyys, se miten ihminen yksinäisyyden kokee, on olennainen osa kaikkia yksinäisyyskokemuksia (Junttila, 2016, s. 54). Pelkkä seuran puuttuminen ei välttämättä tee yksinäiseksi eikä seurassa oleminen aina helpota yksinäisyyttä, vaan kyse on aina tunteesta (Saari, 2016). Kuitenkin tämän haastateltavan kohdalla juuri konkreettinen yksin oleminen ja seuran puute nousivat esille tärkeinä tekijöinä yksinäisyyden määrittelyssä ja kokemisessa.

”Ei ole ketään kenen kanssa olisi, että toivoisi seuraa ja on yksin, mutta haluaisi olla jonkun toisen kanssa. Että toivoisi seuraa. Että vois tehdä jotain tai keskustella tai... semmoista.” Nainen, 19 v.

Myös tässä vastauksessa korostuu konkreettisen seuran puute ja toisaalta voimakas kaipuu muiden seuran. Junttila (2016, s. 52) määrittelee yksinäisyyden ”negatiiviseksi psyykkiseksi olotilaksi, jossa ihminen kokee ahdistusta määrällisesti tai laadullisesti puutteellisista ihmissuhteista”. Samoin tämän haastateltavan yksinäisyydelle antamassa määritelmässä näkyy ahdistava tunne yksin olemisesta ja toive siitä, että saisi viettää aikaa muiden kanssa.

”Ehkä se on eniten sellaista, että silloin kun tarvitsisi jotain ihmistä niin ei oo ketään.” Mies, 46 v.

Myös tämä vastaus tiivistää selkeästi yksinäisyyden merkityksen ahdistavana tunteena siitä, ettei itsellä ole joko määrällisesti tai laadullisesti riittäviä ihmissuhteita. Yksinäisyys ilmenee usein juuri tunteena siitä, että itsellä ei ole ketään, joka olisi tukena, kelle voisi puhua ja kuka ymmärtäisi itseä. Tällaisessa tilanteessa toiveet omasta sosiaalisesta elämästä eivät kohtaa todellisuutta, ja tämä ristiriita aiheuttaa merkittävää psyykkistä kipua. (Junttila, 2015, s. 4).

5.2 Yksinäisyydelle annetut selitykset

En kysynyt haastateltavilta erikseen, mistä he arvelevat yksinäisyytensä johtuvan, mutta he kaikki pohtivat kuitenkin haastatteluissa monelta kannalta yksinäisyytensä syitä. Koska tämä pohdinta nousi esille niin voimakkaana osana haastatteluja, päätin sen olevan keskeinen osa yksinäisyyden kokemusta haastateltavilla ja siksi sisällytin sen tuloksiin.

Aineistosta pystyi selvästi erottamaan kahdentyyppisiä annettuja syitä yksinäisyydelle: itsestä johtuvia ja ympäristöstä johtuvia. Myös Junttila (2016, s. 63-68) toteaa, että ihmisten tulkinnat oman yksinäisyytensä syistä voidaan jakaa itsestä johtuviin ja ulkoisiin syihin ja mitä yksinäisemmäksi henkilö itsensä kokee, sitä todennäköisemmin hän yleensä tulkitsee yksinäisyytensä ja siihen liittyvät tilanteet itsestään johtuviksi. Jaoin siis haastateltavien esiin nostamat yksinäisyyden syyt näihin kahteen ryhmään tätä analyysia varten.

5.2.1 Itsestä johtuvat syyt

Useammassa haastattelussa yksinäisyyden syyksi arveltiin omia puutteellisia sosiaalisia taitoja. Huonot sosiaaliset taidot taas selittyivät jo peruskoulussa tai aikaisemmin elämässä alkaneella yksinäisyydellä, jonka takia niitä ei oltu päästy kehittämään. Tässä voidaan havaita yksinäisyyden kierteen syntyneen. Saaren (2016, s. 17-19) mukaan yksinäisyys muokkaa voimakkaasti ihmisen minäkuvaa ja identiteettiä kielteiseen suuntaan, mikä taas johtaa helposti yksinäisyyden pitkittymiseen ja kroonistumiseen.

”Kun oli ollu nuoruudessa ja lapsuudessa niin paljon yksin ja ei ollu oikein sellaisia sosiaalisia taitoja ja ei oikein osannu tai uskaltanu mennä mukaan.” Mies, 25 v.

”Mulla on käytännössä sama tilanne ollu aina, että peruskoulussa ei ollu kavereita eikä lukiossa, että varmastikin suurin kysymys tässä on, että en ehkä omaa sellaisia vuorovaikutustaitoja.” Mies, 46 v.

Tämän ohessa omilla luonteenpiirteillä, kuten ujoudella, selitettiin yksinäisyyttä:

”No mä oon luonteeltani aika ujo, että mun peruskoulussaki oli hankala saada ystäviä, kun meillä oli tosi pieni paikka ja jos ei heti ala-asteella päässy johonkin porukkaan, niin oli

yksin, mutta mä ajattelin, että kun tulee yliopistoon niin täällä pääsis johonki porukkaan.”
Nainen, 19 v.

Röngän (2017, s. 19) mukaan aikuisten yksinäisyyden juuret ulottuvat usein lapsuuteen ja murrosikään. Yksinäisyydestä on hyvin vaikeaa päästä eroon ja se jää helposti jo lapsuudessa pitkäaikaiseksi, jopa pysyväksi olotilaksi. On tavallista, että peruskoulussa ilman ystäviä olleet eivät ole vielä aikuisuuteenkaan mennessä löytäneet ystäviä. Koska sosiaaliset taidot kehittyvät ainoastaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa, ei ole ihme, että kouluaikoina yksinäiset tuntevat olevansa hukassa aikuisuuden sosiaalisessa elämässä. He ovat jääneet paitsi tärkeästä sosiaalisen kompetenssin kehityksen vaiheesta. Kun ihminen huomaa, ettei pärjää muiden kanssa eikä pääse muiden mukaan, herättää se epäonnistumisen ja pelon tunteita ja uusia kontakteja on entistä vaikeampaa luoda tai edes uskaltaa sitä yrittää. (Junttila, 2015).

Todennäköisesti tällainen kierre on osaltaan sen takana, että oman aktiivisuuden puute muihin tutustumisessa nousi useassa haastattelussa esille yksinäisyyden syynä. Monessa haastattelussa kävi ilmi, että jos heti opiskelujen alussa ei syystä tai toisesta tule lähteneeksi mukaan ainejärjestön toimintaan tai pääse johonkin kaveriporukkaan, on mukaan pääseminen myöhemmin erittäin vaikeaa. Tilannetta kuvattiin näin:

”Ois varmaan tuossa ainejärjestössäkin pitäny olla ihan silleen kunnolla mukana. Mutta ei sitä vaan tullu hoksattua silloin... oikeesti monta vuotta sitten jo että... ois siitäkkin ollu jotaki hyötyä ehkä silloin.” Mies, 27 v.

”Käytännössä olettaa, että tämä ensimmäinen sosialisointiryhmä mikä yliopiston jäsenillä on, niin selkeästi oltiin tuossa alussa noiden pro – eli ryhmänohjaajien kanssa tekemisissä. Saattaa olla, että minä en muista noiden muiden ryhmien jäseniä. Siinä kuitenkin tehtiin alussa niin paljon asioita. Käytännössä yhdet mitkä oli, oli nämä Vulcanalia-etkot sun muut käytännössä alkuosa opintoihin orientoitumisesta. Nii käytännössä siinä oltiin jollakin lailla yhteyksissä toisiinsa. Ja minä en itse oo saanu yhteyttä näihin saman opiskeluvuoden opiskelutovereihin.” Mies, 22 v.

”Kun se nousee se kynnys koko ajan mennä. Niin kuin nytkin kaikki fuksit suunnilleen tuntee toisensa. Niin sitten on semmoinen kynnys mennä, kun oikeestaan kukaan ei tunne. Tai tietää

naamasta ja tietää nimen, mutta ei tunne. Niin on iso kynnyks mennä mihinkään mukaan enää. Niin tulee vähän kierre siitä ehkä.” Nainen, 19 v.

”Mutta silleen alussa, kun oli hirveesti sen ryhmänohjaajan vastuulla kaikki tämmönen sosiaalinen ja oma-alotteisuuden vastuulla kaikki sosiaalinen toiminta ja ku oma ryhmänohjaaja ei ollu kaikista paras ja sitten kun itekki oli ujo ja ei silleen oikein osannu olla ihmisten kanssa nii se meni siinä.” Mies, 25 v.

Uskallus tutustua toisiin ihmisiin ja tuoda itseä esille oli myös asia, jossa monet haastateltavat kokivat vaikeuksia ja jonka puutteen he näkivät selittävän yksinäisyyttään. Sosiaalisia tilanteita tulkittiin herkästi ikään kuin itseä vastaan niin, että muut ihmiset eivät pidä itsestä tai ole kiinnostuneita omista asioista. Tämä vähentää uskallusta ottaa kontaktia muihin. Kuten Junttila (2016, s. 53) toteaa, yksinäinen ihminen kokee sosiaaliset tilanteet muita herkemmin uhkaavina. Mitä yksinäisempi ihminen on, sitä alttiimpi hän on tällaiselle ajattelutavalle ja näin yksinäisyyden kierre vahvistuu. Uskalluksen puute kietoutuu voimakkaasti käsitykseen omasta itsestä, omista sosiaalisista taidoista ja käsitykseen siitä, mitä muut itsestä ajattelevat. Yksinäisyyden pitkittyessä tapa tulkita sosiaalisia tilanteita kielteisesti vahvistuu ja kyky tehdä terveitä tulkintoja heikkenee.

”Mulla on sitten, jos mieltä vaikka aivan kandidaihetta niin en nykyselläkään tasolla ollu hirveesti mukana että tuntuu että aika harvan kaverin sain kandidaiheessa. Ja nyt vasta heränny siihen, että hei nää on ihan hyviä tyyppejä... Että ehkä niitäki joskus kiinnostaa että mitä minä sanon.” Mies, 27 v.

”Tai tavallaan itekki halus silloin sitä että, halus olla muiden ihmisten kanssa ja halus niitä kaverisuhteita, mutta ne omat sosiaaliset taidot oli mitä oli, että ei ollu oikein uskallusta lähteä mihinkään. Tavallaan tosi pitkälle sitä kautta... ja sitten jälkikäteen se, näinä myöhempinä vuosina se yksinäisyys on tavallaan sitä omaa elämää haitannu, että ei oo uskaltanu tavallaan yksin lähteä kaikkeen semmoiseen toimintaan mukaan mihin ois itse halunnu.” Mies, 25 v.

”Itsellä on sellanen kuvitelma, että millanen käsitys muilla on itsestäni, ja ei uskalla siitä niin räikeästi poiketa. Niin on hirvittävän vaikea olla tai yrittää olla enemmän sosiaalinen kun tuntuu – tai itse kehittää sellaset kuvitelmat aina, että ihmisillä on jonkinmoiset

ennakkokäsitykset minusta tässä vuosien mittaan muodostunu, että ne jotenki pahalla tykkäis siitä jos erilailla käyttäytyisin tai olen käyttäytynyt.” Mies, 25 v.

Haastateltavat toisaalta kuitenkin tiedostavat oman tulkinnan tapansa turhan kielteiseksi ja uhkien sävyttämäksi. Tällainen omien käyttäytymismallien tiedostaminen voi auttaa rikkomaan yksinäisyyden kierrettä ja tehdä tilaa terveemmille sosiaalisten tilanteiden tulkinnoille, jotka avaavat mahdollisuuksia pois yksinäisyydestä.

5.2.2 Ulkoiset syyt

Haastatteluissa tuli ilmi myös ulkoisia, ympäristöstä johtuvia syitä yksinäisyydelle. Jotkut haastateltavat löysivät syitä yliopiston sosiaalisista rakenteista, mutta siitä huolimatta katsoivat perimmäisen syyn yksinäisyydelleen löytyvän omasta luonteestaan tai käytöksestään:

”Tai että omalla kohdalla se yksinäisyys on johtunu ehkä omasta itsestäni ja omista puutteellisista sosiaalisista taidoista kuin mistään sellaisesta rakenteellisesta ongelmasta yliopiston toiminnassa tai tämmöisessä opiskelijatoiminnassa. Vaikka ehkä no, enemmän ois matalan kynnyksen aktiviteettiä johonkin väliin kaivannu, mutta...” Mies, 25 v.

”En tiää mikä siihen sitten vaikuttaa, että... että tämä on tämä yliopiston avoimempi opetus, akateeminen vapaus, onkohan se sitten vaikuttanu vähän, että ihmiset tulee ja menee. Se on tietysti varmaan omasta aktiivisuudesta aika paljon kiinni.” Mies, 27 v.

Nämä näkemykset heijastelevat jälleen sitä, että yksinäisyyden kierre saa ihmisen hakemaan yksinäisyyden syitä itsestään ympäristön sijaan. Molemmissa vastauksissa ilmeni selkeä ympäristöstä johtuva syy, mutta se nähtiin toissijaisena syynä ja oma käytös merkitsevimpänä syynä. Voidaan myös kysyä, kasvatetaanko meidät suomalaisessa ja länsimaisessa yhteiskunnassa ottamaan liikaakin vastuuta yksin omasta pärjäämisestämme. Voisiko olla, että yksinäisyyden syiden hakeminen itsestä silloinkin, kun näkyvissä on ilmiselvä ulkoinen syy, kertoo jotain yhteiskunnassamme vallitsevasta individualistisesta kulttuurista ja sen varjopuolista?

Toisaalta samalla haastateltavat kuitenkin nostavat esille, että yliopiston ja opiskelijayhteisön rakenteetkin vaikuttavat siihen, pääsevätkö opiskelijat osaksi yhteisöä vai jäävätkö he sen ulkopuolelle. Jälkimmäisessä lainauksessa haastateltava tuo ilmi, että akateeminen vapaus ja yliopiston yksilökeskeinen kulttuuri aiheuttavat yksinäisyyttä. Myös toinen haastateltava mainitsi saman asian:

”No, me kaikki nämä pakolliset kurssit ollaan oltu samassa, yhdessä, mut nyt kun alkaa olla näitä vapaaehtoisia kursseja ja kaikki menee eri kursseille, niin ei enää nähä niin paljon.”

Nainen, 19 v.

Yliopistossa useilla aloilla opiskelijoille on vapaus valita kurssit ja niiden suorittamisaikataulu itse. Opiskelijat eivät käy koulumaisesti samoja opintoja oman vuosikurssinsa kanssa, vaan kaikkien lukujärjestys saattaa olla erilainen. Kun sama ryhmä ei tapaa toisiaan päivittäin yhteisillä kursseilla, on kontaktien luominen ja ystävyysuhteiden solmiminen yliopistolla pitkälti opiskelijan oman aktiivisuuden ja rohkeuden varassa. Toisaalta joillain aloilla opintojen rakenne on koulumaisempi ja kurssit suoritetaan tietyssä järjestyksessä oman vuosikurssin opiskelijoiden kanssa. Erityisesti näillä aloilla esimerkiksi sairaslomat, vaihto-opiskelu tai työelämään siirtyminen kesken opintojen voivat johtaa siihen, että opiskelija putoaa porukasta:

”Mutta siitä tavallaan jäi sen vaihdon ja sitten sen masennuksen myötä niistä porukoista ulos, nii ei oo kyllä sen jälkeen [ollut tunnetta yhteisöön kuulumisesta]. Tavallaan on se, että se kurssi-identiteetti on kauheen vahva. Tavallaan kun nyt on itse yhtä, kahta alemman vuosikurssin mukana joutunu tekemään, niin silleen on vähän tavallaan hankalaa.” Mies, 25 v.

Ryhmäytyminen tapahtuu monilla opiskelijoilla vapaa-ajalla, esimerkiksi erilaisissa ainejärjestöjen järjestämässä opiskelijatapahtumissa. Näihin tapahtumiin liittyy kuitenkin usein runsasta alkoholinkäyttöä, ja alkoholinkäytön ympärille keskittyvä opiskelijakulttuuri oli erään haastateltavan kohdalla olennainen syy yksinäisyydelle:

”No ehkä se kun nehän jää usein yksin, tai saattaa jäädä, tai on suurempi riski jäädä, ne jotka ei juo alkoholia tai tykkää bilettää. Koska siis sehän perustuu aika paljon alkoholille se vapaa-aika, just vaikka vappu. Niin ois kiva, että ois enemmän alkoholittomia tapahtumia.

Nytkin ainejärjestöllä lautapeli-ilta, mut mä en päässy sinne, niin saa taas ootella että millon on seuraava alkoholiton tapahtuma. Saahan niitä toivoa, mut saa nähdä tuleeko niihin ketään. Kun kuitenkin se alkoholi just liittyy niin tiukasti siihen.” Nainen, 19 v.

Alkoholikeskeinen opiskelijakulttuuri on viime aikoina ollut paljon julkisen keskustelun kohteena, ja eri yliopistojen ylioppilaskunnat ovat kiinnittäneet asiaan entistä enemmän huomiota, ottaneet kantaa ja ryhtyneet toimiin esimerkiksi tapahtumien avoimuuden varmistamiseksi. **LÄHTEET TÄHÄN!**

Toiselle haastateltavalle taas suuri ikäero muihin opiskelijoihin aiheutti vaikeuksia sosiaalisten suhteiden luomisessa:

”Sillon kun mä tulin yliopistolle, kun olin 36, niin silloin mulla itsellä oli ikäasenneongelma, tuntu kauheen vanhalta ja kaikki tuntu hirveen nuorilta, seki vaikutti varmaan kahen eka vuoden aikana, kun tuntu jotenki väärältä mennä tutustumaan paljon itseä nuorempiin ihmisiin. Tosiaan tässä vuosien saatossa mun oma asenne on sulanut pois, että nykyään musta taas tuntuu, että voin mennä tutustumaan minkä ikäsiin tahansa, että ei mulla taas sitä oo mutta toisaalta taas muilla ihmisillä on jonkinlaisia asenteita, ja ehkä yks sillee mun kannalta vaikein asia on se, että jonka mä koen vähän kiusallisena, että jos mua katotaan silleen ylöspäin niin kuin mun pitäis tietää enemmän asioista tai muutenkin olla jotenkin vanha ja viisas. Se ei oo oikein hyvä lähtökohta sitte. Ja se on tosi vaikee silleen murtaa ja en mä sillee kauheesti oo yrittänykkään, että jos joku ihminen suhtautuu noin, niin sitte se jää sille tasolle.” Mies, 46 v.

5.3 Yksinäisyyden seuraukset

Myös yksinäisyyden seurauksia haastateltavien elämälle tuli haastatteluissa ilmi erikseen kysymättä. Yksinäisyyden aiheuttamista tunteista ja sen seurauksista puhuminen oli selvästi monille haastateltaville tärkeää ja merkittävä osa yksinäisyyden kokemusta.

Samalla kun yksinäisyys saattaa johtua opintojen avoimuudesta ja vapaavalintaisuudesta, yksinäisyys myös haittaa huomattavasti opintoja joillain opiskelijoilla. Yksinäisyydellä voi olla suoria seurauksia opintomenestykseen ja opintojen etenemiseen sekä opiskelumotivaatioon. Jos kavereita on niukasti ja yhteydet omaan vuosikurssiin heikot, voi

olla vaikeaa muistaa ilmoittautua kursseille ja pysyä perillä aikatauluista. Toisaalta motivaatio suorittaa kursseja voi laskea, ellei luennoilla ole seuraa, ja opiskelumenestys voi laskea, jos ei vieraassa ryhmässä uskalla aktiivisesti osallistua opetukseen. Ei ole lainkaan tavatonta, että yksinäisyys johtaa jopa opiskelu-uran katkeamiseen (Junttila, 2016, s. 68). Tämä on yksi yksinäisyyden konkreettinen ilmenemismuoto, jolla voi olla pitkäaikaisia kielteisiä vaikutuksia yksinäisyyttä kokeville opiskelijoille. Näin tilannetta luonnehtivat seuraavat kolme haastateltavaa:

”Sitä voi sanoa että se on tietyllä tavalla tämä, että on huonot yhteydet muihin vuosikurssin opiskelijoihin, on haitallista opiskelulle itselleen myös, koska se auttaa ensinnäkin vertailemaan omia saavutuksia muihin, yhdessä opiskelu on ihan kannattavaa yleensäkin ottaen. Ja sitten se auttaa myös kurssien käytännössä valikoimisessa. Minä haluaisin käydä sen – en ois lainkaan huomannu, että täällä ois ollu semmonen kurssi nyt keväällä, ellei siitä ois muistutettu, jos en ois puhunu parin kurssikaverin kanssa siitä ohimennen. Mutta se on sillee että nythän minulla jäi yks luento välistä, mutta ei se varmaan haittaa.” Mies, 22 v.

”Oppimistulokset tai opiskelutulokset kärsi aika paljonki siitä, että se oma pienryhmä oli jäänyt niin vieraaksi, että ei uskaltanu olla niissä pienryhmäopetuksissa äänessä, tai ei uskaltanu niin paljon kuin ois pitänyt, niin tuntuu, että omat oppimistulokset kärsi tosi paljon ja nyt on huomannu – tavallaan vaikka nämä kaks viimeistä vuotta on ollu aika yksinäiset itsellä, mutta tavallaan kun on kasvanu ihmisenä, oppinut enemmän sietämään sitä, jotenkin sitä vierauden tunnetta niistä muista ihmisistä jotka niissä opetuksissa on läsnä, niin on paljon enemmän uskaltanu olla äänessä ja osallistua opetuksiin.” Mies, 25 v.

Viimeisessä vastauksessa tulee kuitenkin näkyville, että haastateltava on kyennyt ajan ja oman henkilökohtaisen kasvun myötä ikään kuin sivuuttamaan yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunteen opinnoissaan ja uskaltanut osallistumaan opetukseen enemmän. Yksinäisyys ei ole pysyvä tila tai ihmisen ominaisuus, vaan siihen ja sen seurauksiin vaikuttavat erilaiset tekijät, kuten juuri ihmisenä kasvaminen ja itsevarmuuden lisääntyminen.

LÄHDE

Junttilan (2015, s. 6) mukaan ihmiset asettavat itselleen yleensä tiedostamattaan tietyn standardin, jonka odottavat sosiaalisessa elämässään täyttyvän – esimerkiksi ystäviä on oltava tietty määrä, ystävien on oltava tietynlaisia tai ystävyysuhteiden riittävän syviä, jotta omaan

sosiaaliseen elämään voi olla tyytyväinen. On luonnollista, että kuka tahansa ei käy kenen tahansa ystäväksi, vaan ystävyysuhteessa henkilöiden on oltava sellaisia, että molemmat haluavat toisensa ystävikseen. Muuten ihmissuhde ei täytä sitä aukkoa, johon ystävää tarvitaan. Ellei sopivia ihmissuhteita löydy tai niitä ei löydy tarpeeksi, eivät omat standardit täyty. Tätä puutetta kuvaavat seuraavat haastateltavat näin:

”Tavallaan kun ite kuitenkin tykkää tosi paljon olla ihmisten kanssa ja haluais nii kovasti olla paljon sosiaalisempi ja paljon taitavampi. Tai että olis ollu taitavampi ihmisten kanssa, niin kyllä se on aika paljon syöny. Tai että joutunu kokemaan ittensä ulkopuoliseksi. Ja tavallaan kun itellä se uskallus ja sosiaaliset taidot on ollu vähän mitä on, niin tavallaan myöhemminki siinä opintojen keskivaiheilla oli paljon enemmän kaikkea sosiaalista elämää ja tekemistä, niin tavallaan huomaa, että muilla tuntuu, että ne ystävyysuhteet syvenee paljon nopeammin. Tai kyllä mä ihan hyvin kaikkia pintapuolisia kavereissuhteita ja tuttavuussuhteita muodostan ja kyllä mä koen, että mä oon pidetty ihminen omissa piireissäni -- Tai kun ei oo osannu tai uskaltanu syventää niitä tuttavuussuhteita ja kuitenkin nähny ympärillä sen, että muilla se on onnistunu tämmösten syvempienki ystävyysuhteiden luominen. Niin se kyllä satuttaa.” Mies, 25 v.

”Mä oon nyt huomannu, että vaikka mulla välillä ois paljonki ystäviä ja kavereita, niin silti voi se yksinäisyyden tunne iskeä. Että ehkä se on enemmänki kysymys siitä, ettei oo sillä tavalla hyviä ystäviä, että vois esimerkiksi soittaa koska vaan. Että en mä tiä kuin yleisesti ihmisillä semmosia on, mutta just se kun iskee semmonen yksinäinen fiilis, niin tavallaan vaikka ois paljon kavereita niin kuin nytki on, niin ne ei oo tavallaan semmosia, joille vois siinä hetkessä ottaa yhteyttä, niin se tuntuu, et mulla ei oo nyt ketään tässä.” Mies, 46 v.

Kuten näissäkin vastauksissa tuli ilmi, yksinäisyys aiheutti haastateltaville henkilökohtaista kärsimystä, pettymyksiä ja mielihapaa. Yksinäisyys satuttaa kuin fyysinen kipu, eikä sitä missään nimessä voi vähätellä – se on raastavaa pahaa oloa, joka estää usein elämästä normaalia elämää. (Junttila, 2015).

5.4 Yksinäisyyttä helpottavat asiat

Kolmas asia, jota en erikseen haastatteluissa kysynyt, mutta joka kuitenkin tuli kaikissa haastatteluissa esille, oli yksinäisyyden helpottaminen ja lieventäminen erilaisin keinoin.

Monille haastateltaville ystävät muilla paikkakunnilla toivat helpotusta opiskelijaelämässä koettuun yksinäisyyteen. Myös oma perhe ja sukulaiset mainittiin yksinäisyyttä lievittävinä kontakteina. Opiskelijoiden tärkeimmät ihmissuhteet eivät suinkaan aina löydy yliopistokontekstista, joten yksinäisyys yliopistolla ei välttämättä tarkoita yksinäisyyttä muualla elämässä. Samalla kuitenkin ikävä perheen tai ystävien luokse saattoi pahentaa yksinäisyyttä.

” Jos jostain vielä pitäis puhua niin se on suvun merkitys. Että minulla ei oikeastaan yksinäisyyttä ole koska minulla on läheiset suhteet sukulaisiin. Etenkin vanhempiin sukulaisiin. Jotka on käytännössä setää enoa ja isoäitiä ja kaikkia sellasia. Heidän kanssa oon suhteellisen usein, teen kaikkee – tai en varsinaisesti tee mutta tulee tavattua heitä kuitenkin suhteellisen usein, useammin ku mitä uskoisin, että useimmat ihmiset tapaa.” Mies, 22 v.

”Ja sitte ku mulla on kavereita on esimerkiks Lappeenrannassa yksi ja Tampereella on yksi nii sitte on vähän yksinäistä, kun ne on niin kaukana, niin niitä tulee vähän ikävä, nii seki on siitä sitte vielä.” Nainen, 19 v.

Neljä viidestä haastateltavasta mainitsi yksinäisyyttä helpottavaksi asiaksi jossain harrastejärjestössä tai muussa OYY:n alaisessa (muussa kuin omassa ainejärjestössä) järjestössä mukana olemisen. Osa haastateltavista oli mukana järjestön hallituksessa ja osa osallistui muulla tavalla toimintaan. Eräs haastateltava koki, että harrastejärjestöstä hänen oli omaan ainejärjestöön verrattuna helpompaa löytää saman henkistä seuraa ja ihmisiä, jotka ovat kiinnostuneita samoista asioista:

”Kyllähän se on vähän erilaista kuitenkin, kun siinä on se intohimo ja harrastus taustalla, niin kyllä se on helpompi löytää semmosta samanlaista porukkaa. Että ehkä siinä ei oo niinkun ainejärjestön hommista löytyny semmosta aktiviteettia, että siitä ois kiinnostunu niin sitä kautta mennyt mukaan.” Mies, 27 v.

Toiselle haastateltavalle ainejärjestö oli keskeisin sosiaalinen piiri Oulussa ja yliopisto keskeisin sosiaalinen paikka:

”Ehkä kaikista vähiten yksinäistä on tässä yliopistolla. Tavallaan täällä nyt... silleen käytännössä täällä Oulussa se mun kaveriporukka on tää harrastejärjestön porukka, että käytännössä se linkittyy vapaa-aikaan.” Mies, 46 v.

Kolmannelle haastateltavalle harrastejärjestö tarjosi niin ikään sosiaalisia kontakteja ja mahdollisuuden tutustua ihmisiin:

”Yksinäisyys sitten kumminkin on, se on vaan opiskelualalla, mullahan on paljon muita kontakteja kuitenkin, että esimerkiksi tänään on tuo yksi tapahtuma. Minä käyn siellä käytännössä joka viikko. Se on ihan mielestäni, oon käyny siellä joka viikko käytännössä, siellä on useampi tuttu henkilö. Ylipäätään se yhdistys on...” Mies, 22 v.

Yliopiston sisälläkin opiskelijat voivat siis tuntea yksinäisyyttä tietyissä tilanteissa ja yhteyksissä, mutta toisissa yhteyksissä yksinäisyyttä ei tunneta välttämättä lainkaan. Kuten edellinen haastateltava (mies, 22 v.) totesi: *”Ei se yliopistoympäristö oo välttämättä yhtään huono”*. Järjestötoiminta antoi eräälle toiselle haastateltavalle puolestaan itsevarmuutta ja mahdollisuuden tutustua ihmisiin ja kehittää omia sosiaalisia taitojaan:

”Mitä luulet mikä siinä vaikutti sitten siinä opintojen keskivaiheilla, että sä tavallaan pääsit siihen – tai sait kavereita tai pääsit siihen mukaan...

- No siis vähän niinku oma yrittäminen, että lähti meneen mukaan siihen järjestettyyn tai puolijärjestettyyn toimintaan, että vähän kaikkea bileitä järjestämään ja siihen kaikkeen opiskelijajärjestötoimintaan. Tavallaan ku lukiossa ja yläasteella mulla ei ollu yhtään kavereita ja siellä ei tullu ihmisten kanssa oikein vietettyä aikaa niin se sosiaaliset taidot silloin kun tuli yliopistoon nii oli aika... ja kun mä en armeijassa käyny, kun mulla oli vapautus siitä, nii tavallaan oli niin puutteelliset sosiaaliset taidot siinä alussa että ei täysin oma-aloitteisesti tai ilman toisten apua osannut mennä mihinkään tämmösiin mukaan. Mutta sitte siinä vuosien mittaan kuitenkin vähäsen harjaantu kaikessa. Ja sitten kun alko te vähän enemmän yrittään mennä johonkin mukaan, niin sitten tuli mukavia ihmisiä vastaan. Ja autto se että oikein kukaan ei tämmöiseen järjestötoimintaan oo hirvittävän motivoitunut että käytännössä siinä kun mä olin vaihtaritoimintaa järjestämässä järjestössä niin kun mä vähän puolivahingossa etenin aina – tai pääsin virkoihin ja pääsin etenemään.” Mies, 25 v.*

Itsensä tietoisella tsemppaamisella ja sosiaalisten taitojen harjoittelulla tämä haastateltava oli onnistunut murtamaan yksinäisyyttään. Haastateltava toteaa tässä kuitenkin myös, että muiden ihmisten apu olisi todella tarpeen sosiaalisiin porukoihin mukaan pääsemisessä. Kuten edellisessä alaluvussa todettiin, haastatteluissa korostui paljon näkemys, että yksinäisyys johtuu yksinäisestä itsestään ja on ihmisen omalla vastuulla huolehtia, ettei jää ulkopuoliseksi tai yksinäiseksi. Kuitenkin yksinäisyyttä kokevan on muita vaikeampaa luoda kontakteja, sillä yksinäisyys, kuten todettu aiemmin, muuttaa ihmisen tulkinnan tapoja ja suhtautumista sekä itseensä että ympäristöön (Junttila, 2016). Yksinäisyys ei siis voi olla vain yksinäisen itsensä vastuulla, sillä muut ihmiset pystyvät parhaiten auttamaan ihmistä pääsemään yksinäisyyden kierteestä.

Eräissä haastatteluissa kävi ilmi myös, että ellei yksinäisyys vuosien saatossakaan helpota, saattaa ainoa yksinäisen käytettävissä oleva strategia yksinäisyyden sietämiseksi olla siihen tottuminen:

”Toisaalta, ehkä myös siitä syystä se ei nii kauheesti enää ahdistaa tää yksinäisyys, kun tätä on jo harjoteltu niin pitkään, niin tähän on tottunu.” Mies, 46 v.

Tämä voidaan nähdä surullisena vastakohtana sille, että yksinäisyyden kierre pyritään murtamaan. Toisaalta yksinäisyyteen tottuminen ei välttämättä tarkoita sitä, että henkilö olisi luovuttanut sosiaalisen elämänsä suhteen – myös tämä haastateltava oli mukana esimerkiksi ainejärjestötoiminnassa ja onnistui sitä kautta luomaan uusia kontakteja.

6 Yksinäisyyden suhde yliopiston sosiaaliseen tilaan

6.1 Yksinäisyyden konkretisoituminen tilassa ja tilanteissa

Yksinäisyys konkretisoituu useilla haastateltavilla sellaisissa tilanteissa, joissa he ovat niin sanotusti yksin ihmisten keskellä. Näitä tilanteita ovat esimerkiksi yksin luennolla oleminen tai yksin syömään meneminen. Ympärillä on kyllä ihmisiä, mutta ei ketään kenelle jutella tai ketään joka juttelisi itselle.

”Jos on vaikka yksin syömässä, niin kyllä nyt sillon tulee aika yksinäinen olo. Mutta ei nyt erityisesti. Jos tietää, että kaverit on täällä, ja sitte on kuitenkin yksin syömässä, nii tulee aika yksinäinen olo.” Nainen, 19 v.

”Tuleeko sulla mieleen mitään tilanteita tai paikkoja mihin se yksinäisyyden kokemus liittyy?

- *No toinen yliopistolla mihin se liittyy, kuin luennot, on se, että yleensä syön aina yksin, lounasseuraa ei tahdo löytyä. Jos kaiken kaikkiaan ajattelee tämmöstä lukuvuotta, niin ehkä viis kertaa kuussa mulla on joku lounaskaveri, mutta muuten syön aina yksin. No siinä se korostuu kyllä, kun koitan kyllä katella, kun meen syömään, että onko täällä ketään tuttuja, mutta kun ei ole.”* Mies, 46 v.

Ilman lounasseuraa jääminen aiheuttaa yksinäisyyden tunnetta, mutta yhtä paljon yksinäisyyttä voi aiheuttaa se, että tarjolla on vain pintapuolista seuraa eikä sellaisia ihmissuhteita, jotka koee itselleen merkittäviksi ja tärkeiksi. Kuten tässä tutkielmassa on useaan otteeseen todettu, pintapuolinen seura ei riitä läheskään aina poistamaan yksinäisyyttä, sillä se ei korvaa merkityksellisiä ihmissuhteita.

”Ainaki mulla tuntuu, että se on niinkun tosiaan aika silleen pintapuolisen olonen, kaikki mitä on koulussa tullu näitä kavereita ja tuttuja, niin ne on aika pinnallisia ollu. Varmaan ainoo semmonen ns. syvempi tämmönen suhde on ollu tietysti tyttöystävä. Mutta jos miettii jotaki ihan perus samaa sukupuolta olevia kavereita, niin ei ne silleen kovin syviä kuitenkaan oo ollu. Että joo, moikataan aina niinku käytävillä ja tällai näin ja ollaan kursseilla ja tehään niitä ryhmätöitä ynnä muuta, mutta ei ne sillain, niistä ei oo hirveesti semmosia syviä suhteita.” Mies, 27 v.

Pintapuolinen seura voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että opiskelukavereita tapaa yliopistolla esimerkiksi lounaan tai luentojen merkeissä, mutta vapaa-aikaa ei vietetä yhdessä eikä opiskelun ulkopuolella tavata.

”Mua ei yleensä haittaa, että on yksin. Mut sitten, joskus niinku tuntuu yksinäiseltä ja tuota... lähinnä se ois kiva, jos ois joku kaveri täällä, kelle vois soittaa, että lähetääkö käymään kahvilla tai lähetääkö ihan vaikka käveleen tai pyöräileen johonki, et jutellaan ja tälleen. Mut ei oikeen oo sellasta, ja mä en oikeen tunne noita kavereita täällä kauheen hyvin, eikä oikein tiä, miten vois tutustua. Se on sitte vähän, että ei tiä mitä tekis.” Nainen 19, v.

Osalle yksinäisyyttä aiheutui siitä, ettei heillä ollut kavereita, joiden kanssa valita samoja kursseja, mennä yhdessä luennoille tai harjoituksiin ja tehdä ryhmätöitä yhdessä. Yksinäisyys konkretisoitui osalla myös silloin, kun kursseja joutui käymään eri tahtiin kuin oma vuosikurssi ja kaikilla kursseilla oli uudet, oudot ihmiset.

”Joka kurssi, johon menee, niin on uudet ihmiset, ei oo kavereita siellä. Sekin vaikuttaa siihen, miksei opiskelut suju. Todennäköisesti ihmisillä joilla on kavereita niin tulee jotain sosiaalisia sidoksia, että kiva suorittaa kursseja, kun on kavereita siellä. Mut siinä tosiaan tulee, jos ei oo ketään edes puolittutua, nii sitä alkaa sitte miettiin, että miksi mä tuolla luennolla ees käyn. No toinen hyvä syy on ne ryhmätyöt, vaikka niistä tulis tuttuja varmaankin. -- Mutta periaatteessa just tossa tuntee yksinäisyyttä just sillon, kun pitäs ryhmä koostaa, nii ois se kiva, ku ois edes yks tuttu ihminen.” Mies, 46 v.

”Tavallaan ryhmäopetus ja semmonen... tai en tiä, miten täällä muilla aloilla tää koulu menee. Mut on hirveen paljon tommosta kontakti – tai niinku pienryhmässä tapahtuvaa opetusta ja siinä kun tavallaan kaikki muut siitä porukasta on tuntenu toisensa jo vuosia ja niillä on omat jutut ja tällaset, nii tuntuu vähän niinku yksinäiseltä ja sitte niinku luennoilla ku ei oo ketään kenen kanssa siellä istua, tai käydä lounaalla tai tällasta.” Mies, 25 v.

Myös pitkäaikainen poissaolo yliopistolta kesken opintojen esimerkiksi sairauden, vaihtopiskelun tai töiden takia etäännyttää opiskelijaa konkreettisesti yliopistoympäristöstä, siihen kiinnittyvistä yhteisöistä ja siellä syntyneistä sosiaalisista kontakteista. Kun opintojen pariin pääsee taas palaamaan, saattavat ihmissuhteet yliopistolla olla viilentyneet ja itsellä voi olla

vieraantunut olo yliopistoympäristöstä. Yksinäisyys konkretisoituu siis tilassa ollessa, mutta myös sieltä poissa ollessa.

”Toisaalta voisin silleen tätä avata tätä mut keissiiä, että tosiaan puolitoista vuotta oon ollu tässä välissä muualla töissä, että niinkun... Sekin on varmaan vaikuttanu tähän, että miten nämä kaverit on nykyään suhtautunu minuun täällä. Kun on pitäny yhtäkkiä lähtee pois täältä ja sitte on tullu yhtäkkiä takasin. Kyllä se on varmaan ihan realiteetti että ne kaverisuhteet ehtii siinä viilentyä. Kuitenki puolitoista vuotta ihan täysin jossaki muualla.” Mies, 27 v.

Samoin erilaisista opiskelijatapahtumista pois jääminen voi pahentaa yksinäisyyden tunnetta. Taustalla voi olla kipeä tunne siitä, ettei itsellä ole ketään, kenen kanssa vaikkapa opiskelijabileisiin lähtisi, ja yksinäisyyttä voi syventää kokemus siitä, että jää yhteisestä tekemisestä paitsi ja ulkopuolelle. Tieto siitä, että ”kaikki muut” ovat pitämässä hauskaa ja itse jää ulkopuolelle, satuttaa.

”Muistatko sä jonkun tai jotakin semmosia tilanteita, että missä sä oot tuntenu ittes yksinäiseksi?”

- *No esimerkiksi jos huomaa että Whatsapp-ryhmässä – niinku meiän mantsan fuksien Whatsapp-ryhmässä – keskustellaan siitä, että mitä tehään illalla ja sittenhän siihen liittyy se juominen. Ja ku mä en juo niin ois kiva mennä, mutta kun siellä on sitten humalaisia ihmisiä niin ei oo kiva mennä, niin silloin lähinnä. Joskus se ei haittaa niin paljon että on silleen, että ne on nyt siellä tekemässä jotain ja mä oon täällä, että joskus se ei haittaa, mutta joskus se tuntuu, riippuu ihan mielialasta ja päivästä että kuinka voimakkaalta se tuntuu. Ja jos on nähny vasta vaikka sen tamperelaisen kaverin kans, niin sitte se ei haittaa niin paljon koska muistaa, että kuitenkin sielläki on ystävä. Mutta sitten, jos on ollu täällä monta viikkoa eikä oo käyny vaikka kotona, niinku koti-kotona ollenkaan, niin sitte se voi tuntua voimakkaammalta.” Nainen, 19 v.*

Yksinäisyyden takia erilaiset tapahtumat, reissut ja kurssit saattavat jäädä välistä, koska kynnys osallistua on huomattavasti korkeampi, ellei ole kaveria joka lähtisi mukaan. Näin mahdollisuudet muodostaa uusia kontakteja kapenevat samalla ja yksinäisyys saattaa syventyä. Ratkaisu tähän voisivat olla erilaiset matalan kynnyksen tapahtumat, joissa

huolehdittaisiin siitä, ettei kukaan jää yksin ja osallistujat voisivat olla varmoja siitä, että kaikille löytyy juttuseuraa. Tällaisiin tapahtumiin ehkä uskaltaisi mennä yksinkin ilman, että tuntee jo valmiiksi jonkun osallistujan. Näin luotaisiin turvallisempaa ja yhteisöllisempää sosiaalista tilaa, jota useat haastateltavat kaipasivat.

”Ja sitte jälkikäteen näinä myöhempinä vuosina se yksinäisyys on tavallaan sitä omaa elämää haitannu, että ei oo niinku uskaltanu tavallaan yksin lähteä kaikkeen semmoseen toimintaan mukaan, mihin ois ite halunnu. Että mä mielellään ton killan toimintaan oisin enemmän osallistunu, mutta ei sillain... ei sieltä ketään alun perin tuntenu ja siinä ei ollu mitään, niinku hirvittävän, tai tuntu itselle olevan hirvittävän korkea kynnys lähtä mihinkään semmoseen. Ja sitte kun on ollu näitä kaikkia tämmösiä koulutustilaisuuksia, nii niihinkään ei oo tavallaan yksin uskaltanu lähteä ilman ketään ihmistä tai ketään porukkaa kenen kanssa sinne ois voinu lähtä. Tai sitten kurssin yhteiset reissut... ne on vähän semmosia että. Että tavallaan on vaan semmosia hyvän päivän tuttuja, että ei oo uskaltanu oikein lähtä mukaan.” Mies, 25 v.

Tapahtumissa ilman seuraa sivuun jääminen aiheutti voimakkaita kipeitä tunteita, kuten näkymättömyyden tunnetta. Näin kaksi haastateltavaa kuvasivat tilannetta:

”Niin noista bileistä mun piti puhua, kun siinä alussa tavallaan tunsin itseni niin vanhaksi, nii en menny koskaan mukaan tämmöseen bilekulttuuriin täällä. Ja sitte myöhemmin, kun en enää tuntenu itseäni niin vanhaksi, niin kävin muutamissa bileissä täällä, mutta ehkä siinä on se kun ei tunne ketään, eikä oo ketään kaveria, ketä kysyä mukaankaan. Niin yksin semmisiin meneminen, niin se ei oo kauheen onnistumisen kokemuksia siinä. Nii sitä se kyllä teki, että jos on jossai bileissä pari tuntia istuu yksin, nii kyllä se sitä yksinäisyyttä enemmänki vahvistaa.” Mies, 46 v.

”Varmaan se yksinäisyys korostuu aina, jos on jotain tapahtumia, niinku jossaki teekkaritalolla jotku geneeriset bileet. Nii kyllä siellä huomaa, että siellä on niinku aina se aktiivinen porukka ja sitte ne juttelee toisilleen. Itse sitte menee jonnekkii pöytään istumaan ja kukaan edes päinkään, nii kyllä se, jossain vaiheessa huomaa ihan konkreettisesti, että joo...” Mies, 27 v.

Yhteisöllisyyden tiloiksi saatettiin toisaalta kokea esimerkiksi luentosali tai kuntosali siitä huolimatta, ettei siellä oltu suorassa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Tästä kerrotaan lisää

seuraavassa alaluvussa. Toisaalta eräs haastateltava koki yksinäisyyttä muiden seurassa vain silloin, kun ei ollut suorassa vuorovaikutuksessa heidän kanssaan – saman tilan jakaminen ja saman asian tekeminen loivat hänelle yhteisöllisyyden ja poistivat yksinäisyyden tunnetta vain, jos hän oli suorassa vuorovaikutuksessa muiden kanssa.

”Onko sulla sellasia kokemuksia, että tunnetko sä ittes ikinä yksinäiseksi siitä huolimatta, että sä oisit muitten ihmisten seurassa.

- *Joskus. Se johtuu lähinnä siitä, että minä teen silloin muita – erilaisia asioita kuin muut.”* Mies, 22 v.

Yksin asuminen liittyi joillain haastateltavilla yksinäisyyteen ja heidän omasta kodistaan muodostui yksinäisyyden tila. Opiskelijoille on hyvin tyypillistä asua yksin tai soluasunnossa, jossa kämppekavereita ei välttämättä tunneta hyvin. Kotona yksinäisyys konkretisoituu voimakkaasti, jos siellä yksin ajan viettäminen ei ole vapaaehtoinen valinta. Näin eräs haastateltava kuvaa tunteitaan siitä, ettei kotona ole ketään eikä ole ketään, jonka kanssa lähteä pois kotoa:

” Ihan vaikka tosiaan se, että asun yksin, että kyllä se vähän tulee sellanen fiilis, että kun kukaan ei välttämättä ota muhun yhteyttä... niin tuntuu vähän, että minun pitää niinku ottaa aina eka yhteyttä kaikkiin. Kyllä se tuntuu kun on arki-iltoina yksin kotona, että eikö tässä nyt oo ketään sellasta kaveria jonka kanssa lähtee pelaamaan jotaki tai jotaki tämmöstä.” Mies, 27 v.

6.2 Tunne yhteisöön kuulumisesta

Yhteisöihin kuulumisen tunnetta on käsitelty jo edellisessä luvussa yksinäisyyden kokemusten yhteydessä, mutta sitä on syytä käsitellä myös omana aihealueenaan, sillä se nousi voimakkaana teemana pinnalle haastatteluissa.

Monet haastateltavat tunsivat laajemmassa yhteydessä kuuluvansa oman alansa opiskelijoiden ja asiantuntijoiden yhteisöön, vaikka tunsivatkin ulkopuolisuutta esimerkiksi ainejärjestöstään. Eräälle haastateltavalle ammatti-identiteetti ja kollegiaalisuus loi vahvaa yhteenkuuluvuuden tunnetta oman alan opiskelijoiden kanssa yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunteista huolimatta:

”Joo siis meillä on hirveenä tätä kollegiaalisuuskoulutusta ja tällasta, että kyllä siinä alusta asti on kuulunu – tai tuntenu kuuluvansa sekä siihen isompaan niin kuin opiskelijoiden kollegioon ja sitte ihan tähän professioon. Tai siis vähän joka käänteessä siellä opettajien ja myös killan toimesta korostetaan sitä kollegiaalisuutta ja yhteenkuuluvuutta että siinä siihen isomaan yhteisöön sulautuu, tai muodostuu se identiteetti siihen.” Mies, 25 v.

Myös muut tunsivat kuuluvansa oman alansa yhteisöön:

”Että sulla on kuitenkin – että tunnet kuuluvasi jollain tavalla tähän yliopistoyhteisöön.

– Joo kyllä yliopistolla. En minä omalla vuosikursilla välttämättä.” Mies, 22 v.

Edellisessä luvussa yksinäisyyden lievittämisen yhteydessä puhuinkin jo erilaisten yliopiston alla toimivien harrastejärjestöjen merkityksestä yksinäisyyden murtamisessa ja kuuluvuuden tunteen lisäämisessä. Vaikka henkilö ei kokisi kuuluvansa ainejärjestöönsä, hän saattaa kuitenkin kokea kuuluvuutta harrastejärjestöön. Eräälle haastateltavalle harrastejärjestö oli ainoa yhteisö, johon hän tunsu kuuluvansa:

”Ehkä aika paljon tulee siitä, että sen porukan kanssa tulee se toiminta, että osallistun niihin tapahtumiin, niin tavallaan tän kontekstin ulkopuolella oon aika vähän tekemisissä muiden ihmisten kans, että... että ehkä se myös liittyy sillä tavalla, että oon ollu itse kova järkkään näitä tapahtumia, että ehkä se osittain liittyy siihen, että kun ei oo paljon kavereita muualla, että on ehkä yks keino saada sosiaalista toimintaa.” Mies, 46 v.

Myös muissa tilanteissa haastateltava tunsivat yhteisöön kuulumisen tunnetta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta muiden ihmisten kanssa. Eräs haastateltava totesi, että luennoilla hän koki kuuluvansa samaan yhteisöön muiden opiskelijoiden kanssa, vaikka ei tuntisikaan heitä. Yhteenkuuluvuuden tunne syntyi silloin siitä, että kaikki luennolla olijat olivat kiinnostuneita samasta asiasta:

” Ja jos on yksin, niin silloin kun on luennolla ja siellä on muitakin jotka on kiinnostunu samasta asiasta, niin jotenki vaikka ei tunne niitä, niin tuntee jotain yhteenkuuluvuutta, että silloin ei tunne yksinäiseksi oloa. Että mäki oon nyt yhdessä kurssilla jolla ei oo ketään mun

kavereita, ei siellä oo varmaan ees ketään oman alan opiskelijoita, mutta kuitenkin ei musta tunnu yksinäiseltä siellä, kun ne on kiinnostunu samasta asiasta.” Nainen, 19 v.

Eräälle toiselle haastateltavalle kuntosali oli paikka, jossa hän tunsu yhteenkuuluvuutta muiden kanssa siitä huolimatta, ettei välttämättä tuntenut näitä ihmisiä henkilökohtaisella tasolla. Yhteisöllisyyden tunne syntyi samasta tekemisen kohteesta:

”Siellä tulee semmonen fiilis, että vaikka minä en oo silleen salilta saanu hirveesti niinku kaveri kavereita, niin siellä on kuitenkin semmoista samanhenkistä porukkaa. Ja ollaan siellä samassa tilassa ja silloin tulee semmonen fiilis, että vaikka tuleeki tehtyä harjoituksia siellä yksin, nii kuitenkin tulee semmonen olo, että on muitten kanssa tekemässä siellä samassa tilassa samanlaisia asioita.” Mies, 27 v.

Yhteisöjen ulkopuolelle jääminen linkittyy monilla haastateltavilla jo aiemmin käsiteltyyn kokemukseen omien sosiaalisten taitojen puutteellisuudesta. Jos kokee, että itsellä ei ole yhtä hyviä sosiaalisia taitoja kuin muilla, voi olla vaikeaa tuntea kuuluvansa porukkaan. Myös aiemmin käsitelty alkoholikeskeinen kulttuuri luo ulkopuolisuuden tunnetta niille, jotka eivät itse käytä alkoholia tai eivät haluaisi sitä käyttä.

Muiden ystävyysuhteiden ja kaveriporukoiden seuraaminen sivusta voi olla hyvin satuttavaa ja luoda voimakasta ulkopuolisuuden tunnetta, jos itse kokee olevansa yksin. Useissa haastatteluissa tuli esille, että haastateltavat kokevat, että ainejärjestöissä ja eri aloilla on tiettyjä suljettuja sisäpiirejä, joista he itse ovat ulkopuolisia. Kaksi haastateltavaa totesivat aiheesta seuraavasti:

”Onko se kiltahuone sitte semmonen että miten sää siellä koet sen?”

- No se riippuu täysin siitä, ketä porukkaa siellä on, että jos siellä on tietysti läheisiä kavereita samaan aikaan kun minä niin... sitte välillä on semmostaki porukkaa, että tuntuu että uskaltaako noita kattoo ees silmiin, että silloin tulee vähän sellanen yksinäinen olo. Että en minä oikeestaan kuulu tänne. Aika semmonen kärjistetty yksinäisyyden fiilis tulee, että tuntuu että ei kuulu porukkaan.”* Mies, 27 v.

”Ainaki mulla näyttäytyy, että täällä on semmosia piirejä ja sitten jos ei oo niissä mukana niin täällä on aika yksin sitten. Tietysti ois kiva tietää ihmisistä, jotka ei oo missään noissa

kiltahuoneissa tai muissa virallisissa jutuissa, että täällä on tietysti se oma pienryhmä se mistä on lähetty rakentaa sitä verkostoa niin tuota... on varmasti paljon yksinäisiä ihmisiä näitten ulkopuolella.” Mies, 46 v.

Tämä kaikki osoittaa jälleen, että avoimuuden kulttuurille olisi yliopistomaailmassa kysyntää. Saari (2016) ja Junttila (2016) puhuvat molemmat omalla tutkimuksellaan sen puolesta, että suomalaisessa kulttuurissa ylipäättään yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden torjuminen on kaikkien vastuulla, ei pelkästään yksinäisten. Toiset ihmiset ovat se perusturva, jonka pitäisi kannatella meitä kaikkia. Avoimuudesta on viime aikoina käyty yliopistoyhteisöissä vilkasta keskustelua ja eri yliopistojen ylioppilaskunnat ovat ottaneet kantaa sen edistämiseksi ainejärjestöissä ja muissa yliopiston yhteisöissä. Tällä hetkellä Suomen yliopistoissa on paljon opiskelijoita, jotka tuntevat putoavansa kaikkien yhteisöjen ulkopuolelle, mutta myönteistä on se, että asiaan on havahduttu ja sen korjaamiseksi pyritään toimimaan.

7 Yhteenveto

Tässä tutkielmassa olin kiinnostunut siitä, miten opiskelijat kokevat yksinäisyyden. Yhteenvetona voidaan todeta, yksinäisyys näyttäytyy opiskelijoille monin eri tavoin. Se on merkityksellisten ihmissuhteiden puutetta, jota pinnallinen, satunnainen seura ei voi korvata. Opiskelijat kuvasivat yksinäisyyttä hyvin samoin kuin sitä on yksinäisyystutkimuksen teoriassa määritelty: ahdistavana tunteena siitä, ettei itsellä ole joko määrällisesti tai laadullisesti riittäviä ihmissuhteita (Junttila, 2016). Lisäksi yksinäisyys on konkreettista yksin olemista ja seuran puutetta ja tuntuu kaipuuna muiden ihmisten pariin. Silloin kun kaipaisi seuraa, tukea tai juttukaveria, ei välttämättä ole ketään, kenelle puhua.

Huomionarvoista on, että haastattelemani opiskelijat selittävät yksinäisyyttä ensisijaisesti omasta itsestään johtuvana, vaikka löytävätkin sille syitä yliopiston kulttuurista ja ympäristöstä. Nämä ulkoiset syyt nähtiin kuitenkin vähäpätöisempinä kuin omasta itsestä, omista luonteenpiirteistä ja sosiaalisista taidoista johtuvat syyt. Ulkoisia syitä oli selvästi nähtävissä yliopiston kulttuurissa ja ympäristössä, kuten akateemisessa vapaudessa, opiskelijaelämän alkoholikeskeisyydessä ja matalan kynnyksen opiskelijatapahtumien puutteessa. Nämä yksinäisyyttä selittävät tekijät jäivät kuitenkin toissijaisiksi, ja pinnalle nousivat omat luonteenpiirteet ja puutteelliset sosiaaliset taidot yksinäisyyden perimmäisinä syinä. Myös yksinäisyyden kierre oli näkyvässä – haastateltavat kokivat, että aiemmin elämässä koettu yksinäisyys oli syynä nykyiseenkin yksinäisyyteen.

Yksinäisyyden seurauksia puolestaan olivat opintomenestyksen ja opiskelumotivaation lasku ja opintojen edistymisen hidastuminen. Haastateltavat ilmaisivat myös pettymystä, surua ja kärsimystä, jota yksinäisyys aiheuttaa. Yksinäisyyttä taas helpottivat oman perheen ja sukulaisten tapaaminen ja ystävät muualla kuin yliopistolla. Harrastejärjestöt olivat useille haastateltaville tärkeitä yhteisöjä, joissa pystyi muodostamaan sosiaalisia kontakteja omanlaisten ihmisten kanssa.

Tutkin myös yksinäisyyden konkretisoitumista tilassa ja tilanteissa yliopistoympäristössä. Yksinäisyys ilmeni konkreettisesti haastateltaville muun muassa silloin, olisi kaivannut oikeiden ystävien seuraa, mutta ympärillä oli vain pintapuolisia tuttuja. Myös yksin oleminen ihmisten keskellä, esimerkiksi ruokalassa tai luennolla, aiheutti yksinäisyyttä. Yksinäisyys

ilmeni myös opiskelun käytännön järjestelyissä – haastateltavat kertoivat, että kurssien valitseminen ja aikatauluttaminen on vaikeaa yksin ilman muiden apua ja esimerkiksi ryhmätyöt aiheuttavat päänvaivaa, jos kurssilta ei tunne ketään. Yliopisto ja tietyt tilat, kuten luentosalit ja ruokalat, näyttäytyivät haastateltaville yksinäisyyden tiloina tällaisissa tilanteissa.

Myös poissaolo yliopistolta kesken opiskeluajan esimerkiksi töiden, sairausloman tai vaihto-opiskelun takia voi johtaa yksinäisyyden tunteeseen. Samoin pois oleminen opiskelijatapahtumista tai reissuilta aiheutti yksinäisyyttä haastateltavissa. Toisaalta opiskelijatapahtumiin meneminen yksin tai niissä vailla seuraa jääminen korosti yksinäisyyttä. Myös oma koti saattaa olla yksinäisyyden tila, jos opiskelija asuu yksin tai ei tunne kovin hyvin kämppekavereitaan.

Kolmantena tutkin opiskelijoiden kokemuksia yhteisöön kuulumisen tunteesta. Yhteisöön kuulumisen tunnetta vahvisti monilla haastateltavilla vahva ammatti-identiteetti ja tunne oman alan tiedeyhteisöön kuulumisesta. Suurin osa haastateltavista koki myös kuuluvansa oman alansa opiskelijoihin ja asiantuntijoihin, mutta toisaalta oma vuosikurssi ja ainejärjestö tuntui monelle vieraalta. Harrastejärjestöt kuitenkin olivat selvästi yhteisöllisyyden tiloja, joissa saattoi löytää uusia ystäviä ja tuttavuuksia. Vaikka luentosalit olivat monille haastateltaville yksinäisyyden tiloja, niissä saattoi kokea myös yhteisöllisyyttä muiden saman alan opiskelijoiden kanssa siitä riippumatta, tunsiko muita kurssilaisia vai ei.

Haastatteluissa tuli ilmi näkemys, että yliopistolla opiskelijoiden keskuudessa muodostuu helposti sisäpiirejä, joiden ulkopuolelle moni opiskelija jää. Nämä sisäpiirit tulivat näkyviksi esimerkiksi opiskelijabileissa ja kiltahuoneilla, ja niiden ulkopuolelle haastateltavat kokivat itsensä yksinäisiksi ja näkymättömiksi. Muiden kaveriporukoiden seuraaminen ulkopuolelta aiheutti monille haastateltaville voimakasta yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden tunnetta.

8 Pohdinta

Kuten tämänkin tutkielman aineistosta kävi ilmi, yksinäisyys on kaikille ihmisille omanlaisensa kokemus. Silti eri ihmisten yksinäisyyskokemuksista voidaan löytää yhtäläisyyksiä ja yhteneviä teemoja. Ihmisinä koemme tällaisia perustunteita kaikki omalla tavallamme, mutta kuitenkin näissä kokemuksissa on jotain jaettavaa ja samankaltaista. Tämän tutkielman tuloksena voidaan sanoa, että yliopisto sosiaalisena tilana on sekä yhteisöllisyyden että yksinäisyyden ja eriarvoisuuden tila. Samalle ihmiselle eri opiskeluun liittyvät tilat voivat edustaa eri asioita, ja toisaalta samat tilat edustavat eri ihmisille eri asioita.

Yhteistä kaikissa haastatteluissa oli se, että niistä välittyi yliopistolla vallitseva yksilökeskeinen pärjäämisen kulttuuri, jossa vastuu niin opinnoissa onnistumisesta kuin kavereiden löytämisestä ja porukkaan pääsemisestä lankeaa jokaisen opiskelijan omille harteille. Vaikka valtaosa opiskelijoista suoriutuisikin näistä vaatimuksista ainakin kohtuullisesti, jäljelle jää kuitenkin valtava joukko opiskelijoita, jotka putoavat matkasta eivätkä löydä opiskelijaelämästä omaa paikkaansa ja yhteisöään.

Lisäksi haastattelemiani opiskelijat kokivat voimakkaasti, että heidän yksinäisyytensä johtuu heistä itsestään pikemmin kuin ulkoisista syistä. Tämä oletus pysyi silloinkin, kun yksinäisyydelle oli nähtävissä selvä ulkoinen syy. On syytä pohtia, miksi yksinäisyyden syy nähdään niin tiukasti omassa itsessä, vaikka ympäristössä olisi useita yksinäisyyttä aiheuttavia tekijöitä, kuten yliopiston yksilökeskeinen kulttuuri, akateeminen vapaus ja matalan kynnyksen opiskelijatapahtumien puute. Tämä kertoo todennäköisesti jotain kulttuuristamme ja yhteiskunnastamme, jossa ihmiset opetetaan ehkä liikaakin pienestä pitäen pärjäämään ja ottamaan yksin vastuu omasta pärjäämisestään.

Kuten olen aiemmin useaan otteeseen todennut, yksinäisyyttä kokevalle ihmiselle kynnys hakeutua muiden ihmisten pariin voi olla hyvin korkea ja mahdollisuudet solmia uusia ystävyysuhteita voivat olla huonot ilman muiden apua. Haastatteluista kävi vahvasti ilmi se, että ellei omaa porukkaa löytänyt heti opiskelujen alussa, oli riski jäädä yksin koko opiskeluaikaksi suuri. Siksi opiskelijoille olisi syytä tarjota nykyistä enemmän apua sosiaalisen elämän rakentamiseen paitsi opintojen alussa, myös myöhemmin niiden edetessä. Yliopistolle tulisi pyrkiä rakentamaan sellaista avoimuuden ja välittämisen kulttuuria, jossa olisi luontevaa

ottaa yksin jäänyt mukaan porukkaan, olla huomaavainen ja kysyä kuulumisia, eikä kukaan kokisi olevansa näkymätön.

On huomionarvoista, että haastattelu tutkimusmenetelmänä ei todennäköisesti tavoita kaikista yksinäisimpiä opiskelijoita, sillä heille haastatteluun osallistumisen kynnys saattaa olla liian korkea. Yksinäisyyteen liittyy usein häpeää, joten pahasta yksinäisyydestä kärsiville omasta tilanteesta puhuminen ei välttämättä ole lainkaan helppoa tai mahdollista. Sain tähän liittyen haastateltavia etsiessäni sähköpostia eräältä opiskelijalta, joka näistä syistä jätti itse osallistumatta haastatteluun, mutta halusi kuitenkin tuoda asian esille. On varmasti totta, vaikkakin erittäin valitettavaa, että kaikista yksinäisimmät tapaukset jäävät tutkielmani ulkopuolelle. Kuitenkin lievemmänkin yksinäisyyden tutkiminen auttaa ymmärtämään yksinäisyyttä ilmiönä sekä sitä, mitä siitä kärsivät joutuvat käymään läpi. Lopulta olin tässä tutkielmassa kiinnostunut kaikenlaisista ja kaiken tasoisista yksinäisyyskokemuksista.

Olin etukäteen valmistautunut siihen, että haastattelut saattaisivat olla vaikeita tilanteita sekä minulle että haastateltaville ja haastateltavien olisi mahdollisesti hyvinkin vaikeaa avautua minulle kokemuksistaan. Haastateltavien tunteita en voi tietenkään tietää, mutta saamani aineiston määrästä ja omasta kokemuksestani voin päätellä, että haastateltavat kokivat yksinäisyydestä ja siihen liittyvistä kokemuksista puhumisen tärkeänä eivätkä säästelleet sanojaan haastatteluissa. Siitä huolimatta, että yksinäisyys on niin yleistä yhteiskunnassamme, sitä pidetään tietyllä tavalla tabuna eikä siitä oletettavasti haluta puhua. Haastatteluista saamani kokemuksen perusteella mietin kuitenkin, olisiko pikemminkin niin, että puhumisen tarve yksinäisyydestä kyllä olisi, mutta ongelma on pikemminkin se, ettei kukaan tule kysyneeksi. Avoimemman keskustelukulttuurin luominen yksinäisyydestä olisi kokemukseni perusteella hyvinkin mahdollista, ja siten voitaisiin myös purkaa yksinäisyyteen liittyvää häpeää ja stigmaa.

Tutkielmani voidaan katsoa olleen onnistunut pilotti sille, että opiskelijoiden yksinäisyyskokemuksia on hedelmällistä, kannattavaa ja tärkeää tutkia. Kuten tutkielmassa on useasti todettu, yksinäisiä opiskelijoita on paljon, mutta yksinäisyyttä tuskin voidaan ehkäistä tai yksinäisiä auttaa, ellei yksinäisyyden kokemuksia ymmärretä syvällisellä tasolla. Yksinäisyyteen liittyvät riskit opinnoissa, työelämässä ja elämässä ylipäätään pärjäämiselle ovat hälyttäviä, joten tarve lisätutkimukselle on todellinen.

Myös sosiaalisen tilan ulottuvuuden tuominen yksinäisyystutkimukseen on tämän tutkielman perusteella hedelmällinen lähtökohta. Yksinäisyys on myös yksilötason ongelma, mutta yksinäisyyden yleisyys osoittaa, että kyseessä on myös paljon laajempi, yhteiskunnan rakenteisiin palautuva ongelma. Sosiaalisen tilan käsitteen avulla voidaan valottaa tätä yksinäisyyden puolta ja pureutua niihin sosiaalisten tilojen rakenteisiin, jotka yksinäisyyttä aiheuttavat ja pahentavat. Sosiaalisten tilojen syvempi tarkastelu voi tämän tutkielman perusteella auttaa tunnistamaan niitä erilaisten sosiaalisten tilojen epäkohtia, joihin yksinäisyys kietoutuu ja joista se kumpuaa.

Yksinäisyyden nostaminen pinnalle luo sellaista uutta sosiaalista tilaa, jossa yksinäisyydestä voi ja saa puhua. Tämä kävi ilmi haastatteluissa, joita tein tätä tutkielmaa varten. Niiden perusteella ihmiset haluavat puhua yksinäisyydestä, jos heidän ympärille luodaan sellainen sosiaalinen tila, jossa se on sallittua ja jossa siitä ollaan kiinnostuneita. Samalla tämä asetelma voi purkaa yksinäisyyden ympärillä olevaa tabua ja häpeää. Tällainen tutkimus olisi syytä toistaa useammilla haastateltavilla ja selvittää, toistuisiko tämä sama havainto silloin.

Lähteet

- Arendt, H. (2013). *Totalitarismin synty*. Tampere, Vastapaino. (Alkuperäinen julkaisu 1951).
- Brinkmann, S. (2013). *Qualitative interviewing*. Oxford: Oxford University Press.
- Brinkmann, S. & Kvale, S. (2005). *Confronting the ethics of qualitative research*. *Journal of Constructivist Psychology*, 18, 157-181.
- Crang, M. & Thrift, N. (2000). *Thinking space*. Lontoo: Routledge.
- Finlex (2009). *Yliopistolaki*. Finlex. Lainattu 6.9.2018, saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2009/20090558>
- Harvey, D. (2004). Space as a key word. *Proceedings of Paper for Marx and Philosophy Conference*, 1-16.
- Hawkley, L. C. & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of behavioral medicine: A publication of the Society of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Hawkley L. C., Hughes M. E., Waite L. J., Masi C. M., Thisted R. A. & Cacioppo J. T. (2008). From social structural factors to perceptions of relationship quality and loneliness: The Chicago health, aging, and social relations study. *The Journals of Gerontology: Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 63(6), 375-384.
- Homan 1991, 69 HIRSIJÄRVI & HURME**
- Hirsijärvi, S. & Hurme, H. (2001). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Junttila, N. (2016). Yksinäisyyden ulottuvuudet. Teoksessa J. Saari (toim.), *Yksinäisten Suomi* (s. 52-73). Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Junttila, N. (2015). *Kavereita nolla*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kuttu, K., Pesonen, T. & Saari, J. (2016). Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2017. *Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 48*. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.
- Lefebvre, H. (1991). *Production of space*. Oxford: Blackwell publishing. (Alkuperäinen julkaisu 1974).
- Merrifield, A. (2000). *Henri Lefebvre. A socialist in space* teoksessa M. Crang & N. Thrift (toim.), *Thinking space* (s. 167-182). Lontoo: Routledge.
- Rönkä, A. R. (2016). *Experiences of loneliness from childhood to young adulthood. Study of the Northern Finland birth cohort 1986*. Oulu: Oulun yliopisto.
- Saari, J. (2016). Suomalainen yksinäisyys. Teoksessa J. Saari (toim.), *Yksinäisten Suomi* (s. 33-52). Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Rommetveit 1978 HIRSIJÄRVI JA HURME**
- Schmid, C. (2008). Henri Lefebvre's theory of the production of space. Towards a three-dimensional dialect teoksessa Goonewardena ym. (toim.), *Space, difference, everyday life. Reading Henri Lefebvre*. (s. 27-45). New York: Routledge.
- Shields, R. (1999). *Lefebvre, love and struggle: Spatial dialectics*. Lontoo: Routledge.
- Tilastokeskus (2015). *Yliopistojen opiskelijamäärä väheni ja tutkintojen määrä kasvoi vuonna 2014*. Lainattu 6.2.2018, saatavilla: http://www.stat.fi/til/yop/2014/yop_2014_2015-05-06_tie_001_fi.html
- Victor, C. R., Scambler, S. J. & Bond, J. (2009). *The social world of older people: Understanding loneliness and social isolation in later life*. Maidenhead: Open University Press.
- Weiss, R. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge: The MIT Press.

Liite 1 Haastattelukutsu

Haastateltavia yliopisto-opiskelijoiden yksinäisyyttä koskevaan pro gradu -tutkielmaan

Hei!

Olen kasvatustieteen opiskelija ja etsin haastateltavia yliopisto-opiskelijoiden kokemaa yksinäisyyttä koskevaan pro gradu -tutkielmaani. Pääset haastateltavaksi vastaamalla tähän viestiin, jonka jälkeen voimme sopia ajankohdasta.

Yksinäisyyden kokemukset ovat hyvin yleisiä ja niitä on joskus lähes kaikilla ihmisillä. Gradussani haluan selvittää, millaisia kokemuksia juuri opiskelijoilla on yksinäisyydestä yliopistokontekstissa. Haastateltavaksi sopii kuka vain Oulun yliopiston opiskelija tai vastavalmistunut, joka kokee tai on joskus opiskeluaikanaan kokenut yksinäisyyttä yliopistossa.

Haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina ja yhteen haastatteluun varataan aikaa noin tunnin verran. Haastattelun tarkoitus on olla mahdollisimman rento ja keskusteleva, eikä siihen tarvitse erityisesti varautua etukäteen. Kaikki haastatteluista saatu aineisto on arvokasta ja merkityksellistä tutkielman kannalta. Haastattelut ovat ehdottoman luottamuksellisia, eli niissä keskusteltuja asioita käytetään vain tätä pro gradu -tutkielmaa varten ja ne esitetään tutkielmassa anonyymisti.

Haastattelut toteutetaan toukokuun 2018 aikana Oulun yliopiston Linnanmaan kampuksella erikseen varatussa tilassa. Ota yhteyttä, jos haluat osallistua tutkimukseeni tai kysyä lisää: vastaan mielelläni kysymyksiin!

Terveisin Sonja Rajanen

Liite 2 Puolistrukturoitu haastatteluohje

Aluksi

Tutkielma koskee opiskelijoiden yksinäisyyttä yliopiston sosiaalisessa tilassa. Eli tutkitaan, miten opiskelijat kokevat yliopiston sosiaalisen elämän ja suhteiden kannalta ja miten he kokevat yksinäisyyden siellä.

Haastattelu on luottamuksellinen ja tutkielmassa vastauksia käytetään niin, että haastateltava pysyy anonyymina. Nimi ja muita tunnistetietoja poistetaan tai tarvittaessa muutetaan tutkielmaan.

Haastattelu nauhoitetaan ja litteroidaan ja aineiston analyysin jälkeen äänitteet ja litteroinnit tuhotaan.

Kerrotaan, että haastattelu etenee haastateltavan ehdoilla. Kaikki haastateltavan kertoma on tärkeää ja merkityksellistä aineistoa tutkielman kannalta, mutta haastateltava saa itse päättää, mitä haluaa jakaa haastattelijalle.

Haastateltavan halutessa voidaan pitää taukoa ja haastattelun voi tarpeen vaatiessa myös keskeyttää. Aikaa on varattu noin tunti.

Kysymykset

Voidaan esittää eri muodossa tai eri järjestyksessä kuin tässä, riippuen miten haastateltava tuo asioita esille ja miten keskustelu etenee. Kysymykset toimivat runkona haastattelijalle, asioina joita ainakin haluaa ottaa esille.

Perustiedot: ikä, sukupuoli

1. Mitä yksinäisyys mielestäsi on?
2. Miten olet kokenut yliopiston sosiaalisen elämän kannalta? Miten kuvaisit sosiaalista elämääsi yliopistokontekstissa?
 - 2.2. Tunnetko kuuluvasi yliopistoyhteisöön/opiskelija yhteisöön/omaan ainejärjestösi/oman alasi opiskelijayhteisöön?
3. Onko sinulla ollut yksinäisyyden kokemuksia opiskeluaikanaasi?
 - 3.2. Millaisia kokemuksesi ovat olleet?
 - 3.3. Muistatko jonkun tilanteen, jossa olet kokenut yksinäisyyttä? Kertoisitko siitä.
4. Koetko, että yksinäisyys liittyy juuri opiskeluun/yliopistoon? Oletko yksinäinen juuri yliopistossa vai koetko yksinäisyyttä myös muualla?
 - 4.2. Onko/oliko yksinäisyyden kokemus jatkuva vai liittyykö se tiettyihin tilanteisiin, paikkoihin tai ihmisiin?
 - 4.3. Onko yliopistolla/opinnoissasi sellaisia paikkoja
 - 4.4. tai tilanteita, joissa koet erityisen paljon yksinäisyyttä?
 - 4.5. Onko yliopistolla/opinnoissasi sellaisia paikkoja

4.6.tai tilanteita, joissa koet erityisen vähän yksinäisyyttä?

5. Minkälaisessa tilanteessa tai ympäristössä et koe itseäsi yksinäiseksi tai koet vähiten yksinäisyyttä?

5.2.Jos et enää koe yksinäisyyttä, onko samanlaisia tilanteita

5.3.tai paikkoja, missä ennen koit yksinäisyyttä ja nyt et tunne?