

**1 / 4 Kirjoitus on ensimmäinen osa julkaisusarjaa, jossa tarkastellaan 100 nuoren haastattelujen pohjalta nousseita huomioita nuorten miesten hyvinvoinnista ja elämästä Etelä-Karjalassa.**

## **Yksinäisyys lamauttaa ja tekee työllistymisestä entistä vaikeampaa**

Kohtasimme Esko – Kohti tasa-arvoisempaa työelämää -hankkeessa yli 100 nuorta, alle 30-vuotiasta miestä. Kysyimme kaikilta samat kysymykset koskien heidän asumistaan, osallisuuttaan, rahojen riittämistä ja perhe-elämää. Kysymyksiä oli yhteensä 27 ja niihin vastaaminen tuntui usein työläältä. Joskus kysymykset tuntuivat vaikeilta eikä vastausvaihtoehdoista löytynyt yhtään sopivaa. Kaiken kaikkiaan haastattelutilanne tuntui nuorista miehistä useimmiten epäkiinnostavalta ja turhauttavalta. Tässä onkin varmaan yksi syy sille, miksi tällaisia aineistoja on harvassa, vaikka monia kiinnostaa juuri se, mitä ajattelee nuori, jolla ei työ- tai opiskelupaikkaa ole ja joka on vaarassa ajautua yhteiskunnan ulkokehälle.

Asia kiinnostaa oppilaitoksia, se kiinnostaa nuorten perheitä ja se kiinnostaa työhönvalmentajia, kuraattoreja, sosiaalityöntekijöitä, päihdetyöntekijöitä, työnantajia, päättäjiä ja esimerkiksi meitä työllisyys-hankkeissa toimijoita, jotka omalta osaltamme yritämme löytää ratkaisuja vaikeasti työllistyvien aseman parantamiseen. Se kiinnostaa siksi, ettei yhteiskunnalla ole varaa hukata yhtä ainutta tulevaisuuden tekijää. Siihen ei ole varaa taloudellisesti, mutta ennen kaikkea siihen ei ole varaa inhimillisesti.

Keinot auttaa ja kääntää kelkkaa ovat kuitenkin vähissä, mikäli ei ole tietoa siitä missä ongelman juurisyy on ja mikä olisi sellainen keino, joka auttaisi tarttumaan unelmaan, oppimaan, tekemään työtä, tarttumaan toista ihmistä kädestä, nojaamaan olkapäähän, olemaan yksi osa tätä maata ja maailmaa. Välillä tuntuu, että syrjästä ei kiinnosta vastata, eikä yhteiskunta uskalla kysyä.

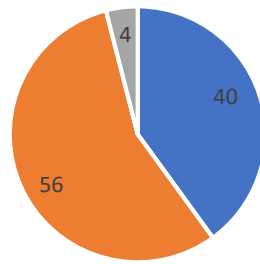
Yksi kyselymme aiheista koski osallisuutta. Siinä oli kolme alakysymystä, joista yksi kuului näin:

### **Kuulutko johonkin yhteisöön tai ryhmään?**

Vastausvaihtoehdot:

- 1. Koen, että olen osa yhteisöä, jossa minulla on merkitystä.**
- 2. Koen, että en kuulu mihinkään sellaiseen yhteisöön, jolla on minulle merkitystä.**
- 3. Koen, että olen kaiken ulkopuolella.**

## Kuuluminen yhteisöön ja ryhmään



- Kyllä, kuulun johonkin yhteisöön
- En kuulu mihinkään itselleni merkitykselliseen yhteisöön
- Olen kaiken ulkopuolella

Alle puolet vastaajista koki olevansa merkityksellinen osa jotain yhteisöä. 56% prosenttia vastaajista ei kokenut kuuluvansa mihinkään merkitykselliseen yhteisöön ja 4% koki olevansa kaiken ulkopuolella. Tällaiset luvut ovat hälyttäviä, eivätkä kerro pelkästään siitä, ettei nuorella ole tällä hetkellä työ- tai opiskelupaikkaa. Vastaukset kertovat siitä, että suuri joukko tapaamistamme nuorista on asioidensa kanssa yksin ja kokee ettei ympärillä ole kannattelevaa yhteisöä, tarpeellista turvaverkkoa. Tällöin työllistämistoimet eivät ole niitä, mitkä ratkaisevat ongelmaa, sillä ne ovat vasta myöhempää, parempivointista aikaa varten. Kaikki syrjäytyneet eivät toki voi huonosti, mutta suurin osa kyllä. Yksinäisyys syö mielialaa ja saa olon tuntumaan arvottomalta, tutkimuksissa on todettu yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden voivan tuntua fyysisenä kipuna.

Pitkään jatkunut yksinäisyys heikentää ihmisen hyvinvointia sekä altistaa vaikeammille mielenterveyden ongelmille. Yksinäisyyttä ja joukkoon kuulumista voidaan kuitenkin hoitaa ja sen eteen voidaan tehdä rakenteellisesti töitä. Tällainen sosiaalinen kuntoutus ja tuki ei tarkoita aktiivimallin kaltaista patistelua, vaan pitkäjänteistä työtä sosiaalisten taitojen kartuttamiseksi ja negatiivisten, yksinäisyydestä johtuvien ajatusmallien purkamiseksi. Tehokkaimpia menetelmiä kasvatuspsykologian prosessori Niina Junntilan mukaan ovat:

1. Sosiaalisten ja sosiokognitiivisten taitojen vahvistaminen.
2. Ympärillä olevien ihmisten asenteiden suuntaaminen myönteisemmäksi ja hyväksyväksi eli sosiaalisen tuen lisääminen.
3. Sosiaalisten kontaktimahdollisten lisääminen.
4. Yksinäisyyteen usein kuuluvien negatiivisten ajattelumallien vähentäminen ja uudelleensuuntaaminen.

<https://www.aspa.fi/fi/suuntaaja/suuntaaja-12018-yksin%C3%A4isyys-k%C3%B6yhyys-ja-merkityksellisyys/yksin%C3%A4isyys-satuttaa>

Osallisuutta ja osattomuutta tutkiskelee kauniisti ja surullisesti myös Ylen uusi Logged In - minisarja. Sarjan viidessä jaksossa tarkastellaan viiden nuoren miehen elämää. Sarjan tunnussävelessä Nikke Ankara laulaa, samalla kun kamera kuvaa keoiksi kerääntyneitä kaljatölkkejä, tuhkaa ja pölyä täynnä olevia lattioita ja pelikoneidensa taakse katoavia miehiä:

”Miks pyytäsin apua  
ku kukaa ei ees tarjois  
Tuntuu että kaikki muut luuserina pitää  
ymmärrä hyvä ihmine  
mä en voi tälle mitää

Mä valvon vielä vaikka kello on aamukuus  
vaik painajaisetki on parempaa ku todellisuus  
Tää menee meille jotka pimeydessä vaeltaa,  
meille joilla ei oo mitää omaa paikkaa  
Painajaisetkin on parempaa ku todellisuus”.

<https://areena.yle.fi/1-50146907>

Suosittelen tutustumaan.