



Miten köyhät selviytyvät Suomessa?

ANNA-MARIA ISOLA & ELINA TURUNEN & HEIKKI HIILAMO

Pitkittyneessä köyhyydessä elävien ihmisten hyvinvointia edistävät tulojen säännönmukaisuus, elämän ennakoitavuus sekä kokemukset autonomiasta ja elämän merkityksellisyydestä. Köyhyykokemuksista koostuva laadullinen seuranta-aineisto kertoo myös, että merkityksellisyyden kokemukseen tarvitaan vastavuoroisia ihmissuhteita, joista köyhät kokevat helposti puutetta.

.....

Johdanto

Perinteisessä pohjoismaisessa sosiaalipolitiikassa köyhyysongelman ratkaisu on rakenteellinen: kehittämällä universaalia hyvinvointivaltiota ratkaistaan ikään kuin itsestään myös köyhyysongelma (Korpi & Palme 1998). Hyvinvointivaltion laajeneminen pysähtyi 1990-luvun alun lamaan. Työllisyysaste ei palannut lamaa edeltäneelle tasolle, vaikka talous kasvoi nopeasti. Vuoden 2008 talouskriisin jälkeen työttömyys on alkanut uudelleen kasvaa. Köyhyys on jäänyt valittavan pysyväksi osaksi suomalaista todellisuutta (Saari 2015; Kainulainen & Saari 2013; Airio & al. 2013; Metteri 2012; Kinnunen 2009; Juntonen & al. 2006).

Aikaisemmassa tutkimuksessa köyhien ihmisten ahdinkoa on kartoitettu monesta näkökulmasta. Yli puoli vuotta kestänyt työttömyys altistaa kasaantuville ongelmille (Kerätär 2016). Suomalainen perusturva ei asumiskustannusten jälkeen riitä kattamaan kohtuullista minimikulutusta (THL 2015). Toimeentulotuen alikäyttö on laajaa (Kuivalainen 2007). Täyttä kansaneläkettä saavissa talouksissa toimeentulovaikeuksia ratkotaan säästöillä, rahan lainaamisella, toimeentulotuen anomisella sekä omaisuuden myymisellä ja harrastus-, virkistys ja vaatemenosta tinkimällä (Airio & al. 2013, 142–162). Köyhyyden seuraukset ovat tunnettuja. Köyhyys vähentää mielekkään ja merkityksellisen tekemisen mahdollisuuksia (esim. Hirvilampi & Mäki 2013; Roivainen

& al. 2011) sekä koettua arvostusta (Turtiainen 2012). Huono-osaisuus tarkoittaa usein masentuneisuutta, yksinäisyyttä ja nälkää sekä huonoa terveyttä ja heikentynyttä tyytyväisyyttä elämään (Ohsalo & al. 2015, 443). Tiedetään myös, että köyhyys ja sairaus vahvistavat toisiaan (Kinnunen 2009; Hiilamo & al. 2011) ja että pienituloisilla ei välttämättä ole varaa ostaa lääkkeitä tai halua ja osaamista hakea taloudellista tukea niihin (Aaltonen & al. 2013; Saastamoinen & al. 2013).

Tässä artikkelissa tarkastelemme köyhyyttä selviytymisen näkökulmasta. Kysymme, mitä selviytyminen myönteisenä muutoksena tulkittuna tarkoittaa taloudellisia vaikeuksia kohdanneille ihmisille ja miten se näkyy ihmisten kokemana ja kertomana laadullisissa seuranta-aineistossa. Pyrimme avaamaan myös sitä, miten selviytymisen edellytyksiä voidaan parantaa. Aloitamme käsittelemällä selviytymisen käsitettä. Sen jälkeen selostamme teoreettisen viitekehyksen, aineiston, tutkimusmenetelmän ja tulokset. Syvennämme analyysin tulkintaa ja kiinnitämme analyysin tuloksia aikaisempaan tutkimukseen päätelmiä tehdessämme.

Selviytyminen teoreettisena viitekehyksenä

Aikaisemmissa, suurelta osin anglosaksisissa maissa tehdyissä tutkimuksissa selviytymisen

määritelmät vaihtelevat.¹ Näissä tutkimuksissa tarkastelussa ovat olleet yksilöiden toiminta erityisissä tilanteissa. Siksi selviytymisen mekanismeista ei ole muodostunut johdonmukaista kokonaisuukua ja ulkoinen ympäristö selviytymistä edistävänä tekijänä on jäänyt taka-alalle.

Selviytyminen tulkitaan usein resilienssinä eli yksilön kyvykkyytenä saavuttaa myönteisiä asioita vaikeissa tilanteissa (Kaplan 2006, 39). Ympäristö voi tarjota suojaavia tekijöitä (O'Dougherty-Wright & Masten 2006, 3). Resilienssin käsitettä on kritisoitu sen historiattomasta, keskiluokkaisesta ja individualistisesta taustaolettamuksesta. Lisäksi käsitettä vaivaa kaksijakoisuus, vaikka resilienssi on epäjatkua ja liikkuva prosessi. Ihminen voi olla yhdessä asiassa resilienssi toisessa ei. (Payne 2011, 430–434.)

Koska kaikki ihmiset eivät ole luontaisesti itsenäisiä sinnittelijöitä, on entisestään lisättävä ymmärrystä siitä, miten yksilölliset ja ulkoiset voimavarat muuttuvat selviytymisen edellytyksiksi.

Yhdysvaltalaisen tutkijoiden Michael Thompsonin ja Aaron Wildavskyn (1986) lähtökohtana kulttuurisessa teoriassa on, että köyhät eivät ole harmaata massaa – sen enempiä kuin muuta ihmisiä (ks. myös Hiilamo 2011; Rauhut 2006). Köyhyysrajan alapuolella ihmiset eroavat toisistaan sen mukaan, miten he voivat vaikuttaa yhtäältä voimavaroihinsa ja toisaalta tarpeisiinsa. Köyhyiden tekniset määritelmät eivät tunnista yksilön kykyä jossakin määrin hallita halujaan ja voimavarojaan, enemmän tai vähemmän joustavasti strategioita vaihdellen. Ymmärrämme Thompsonin ja Wildavskyn tavoin, että kyky vaihdella strategioita, kutistaa haluja tai lisätä voimavaroja riippuu ihmisen sisäisistä mutta myös ulkoisista tekijöistä.

Thompson ja Wildavsky esittävät neljä vaihtoehtoista tilannetta tarpeiden ja voimavarojen sosiaalisesta muokattavuudesta:

- 1) ei pystytä hallitsemaan sen paremmin tarpeita kuin voimavaroja
- 2) voidaan hallita tarpeita muttei voimavaroja
- 3) voidaan hallita voimavaroja muttei tarpeita
- 4) voidaan hallita sekä tarpeita että voimavaroja.

Thompsonin ja Wildavskyn mukaan köyhyysanalyseissa ei tunnisteta edellä kuvattuja strategii-

¹ Aikaisempaa selviytymistutkimusta on kuvattu työpaperissamme (Isola & Turunen 2014) sekä tutkimusraportissamme (Isola & al. 2015).

oita. Sosiaaliturvajärjestelmä luokittelee köyhiksi tai huono-osaisiksi myös niitä, jotka eivät sellaisia ole.

Amartya Sen (1999) ottaa huomioon pystyvyyttä korostavassa lähestymistavassaan² kulttuurisen ja sosiaalisen ympäristön ja sen, että ihmisten mahdollisuudet muuttaa resursseja tavoittelemukseen toiminnoiksi vaihtelevat ympäristöittäin. Senia seurailen ajattelempa, että köyhyys ei ole vain rahan puutetta eikä selviytyminen vain toimeentulon parantamista. Ymmärrämme selviytymisen myönteisenä muutoksena erityisesti pystyvyyden kokemuksessa. Mutta mitä ovat ne ympäristöön liittyvät ja rakenteelliset tekijät, jotka lisäävät pystyvyyttä?

Aineisto ja menetelmät

Tämä artikkeli perustuu Syrjäytymisestä selviytymiseen Suomessa -hankkeessa kerättyyn, seuranta-aineistoon, joka koostuu Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailun 134 kirjoituksesta vuodelta 2006 ja samojen henkilöiden uusista kirjoituksista vuodelta 2012 (ks. Isola & al. 2015; Isola & Turunen 2014.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuseettinen toimikunta antoi tutkimusluvan 1.3.2012.

Tiede, taide ja köyhä kansa ry järjesti vuonna 2006 noin 850 köyhyyskirjoitusta keränneen kirjoituskilpailun (Isola & al. 2007). Kilpailukutsussa ei määritelty köyhyyttä, vaan osallistujien annettiin määritellä se itse. Uuteen aineistonkeruuseen valittiin 362 henkilöä. Kirjoituskutsun mukana lähetettiin kirjoitus, jolla henkilö oli vuonna 2006 osallistunut kirjoituskilpailuun. Haastatteluun (13 ihmistä) tai kirjoitamaan (134 ihmistä) päätyi yhteensä 147 eli 42 prosenttia kutsun saaneista. Kirjoituskutsu lähetettiin 56 miehelle, joista 22 eli 15 prosenttia kirjoitti tai antoi haastattelun. Tyypillisen kirjoituksen pituus litteroituna on noin kaksi sivua.

Aineistosta rajattiin pois runot, kolmannessa persoonassa kerrotut ja yli 70-vuotiaiden kertomukset, jolloin tätä artikkelia varten jäi analysoi-

² "Capability approach" on käännetty suomeksi myös toimintakykyteoriaksi ja toimintamahdollisuuksien viitekehyyksi. Sanana toimintakyky uhkaa jättää yksilön ja ympäristön vuorovaikutuksen vähemmälle huomiolle. Toimintamahdollisuudet puolestaan viittaavat rakenteisiin. Siksi käytämme Jyrki Jyrkämän (2007) käännoistä pystyvyydestä. "Minä kykenen", "minun on mahdollista" ja "minä pystyn" -ilmaisut kertovat samasta asiasta mutta eroavat semanttisesti hieman.

tavaksi 72 ihmisen kirjoitukset vuosilta 2006 ja 2012.³ Kertomukset edustavat kirjoittajan valikoidun elämästä.

Aloitimme analyysin vuoden 2012 teksteistä, jotka ryhmittelimme kertojan suorasanaisen arvon mukaan myönteiseen ja kielteiseen muutokseen ja ei muutosta -ryhmään. Ryhmiteltyämme kertomukset palasimme vuoden 2006 kirjoituksen varmistamaan muutoksen laadun vertailemalla vuosien 2006 ja 2012 tekstien affektiivisia ja temporaalisia ilmaisuja. Ei ollut yllättävää, että myönteisen muutoksen kertomuksissa esiintyi myönteisiä tunteita ja pitkän aikavälin ilmaisuja ja kielteisen muutoksen kertomuksissa kielteisiä ja lyhyen aikavälin ilmaisuja. Toisessa vaiheessa tekstien asiasisällöt koodattiin atlas.ti-ohjelman avulla sisällönanalyttisesti. Vuoden 2006 kirjoitukset merkittiin yksinkertaisella koodilla (esimerkiksi ”tunne”), ja vuoden 2012 kirjoituksissa koodin eteen liitettiin T2-määre (”T2-tunne”). Koodit ryhmiteltiin yhdeksän yleiskoodin alle (taulukko 1).

Sitten erittelimme alakoodien asiasisällöistä myönteisestä muutoksesta kertovat sisällöt. Nimesimme ne yleiskodeiksi. Näitä olivat käytävissä oleva raha, mielekäs tekeminen, terveys, sosiaaliset suhteet, tuki ja lohtu sekä toimijuus ja tila. Esitämme nämä selviytymisen alueet pelkistetysti niiden yllätyksettömyyden ja arkijärkeen käypyyden takia. Analyysin kolmannessa vaiheessa havaitsimme, että myönteisen muutoksen tekstisisältöjä yhdisti elämän ennakoitavuus, vastavuoroiset kohtaamiset ja itsenäisyyden lisääntyminen. Näistä raportoidessamme käytämme aineiston tekstikatkelmia analyysin ja argumentaation tukena. Kukaan kertojista ei esiinny lainauksissa omilla nimillään.

Koodaus ja analyysin eteneminen on esitetty taulukossa 1.

Pidämme aineiston analyysin artikkelissamme kuvailevana, koska haluamme antaa rikkaan aineiston puhua puolestaan. Syvennymme tulosten tulkintaan artikkelin viimeisessä luvussa.

³ *Analyysissa olivat mukana seuraavat tekstit, jotka on arkistoitu Yhteiskuntatieteelliseen tietoaarkistoon tunnisteella FSD2795: S002, S027, S029, S034, S037, S038, S040, S079, S083, S091, S093, S098, S116, S119, S126, S130, S136, S139, S148, S152, S154, S155, S156, S157, S160, S162, S164, S175, S179, S180, S181, S226, S310, S328, P002, P007, P016, P023, P024, P030, P054, P056, P060, P061, P062, P070, P071, P073, P077, P078, P080, P088, P097, P100, P106, P110, P117, P128, P130, P132, P133, P137, P138, P141, P165, P169, P170, P173, P207, P208, P212, P214 ja P227.*

Muutoksen analyysi

Myönteisen muutoksen kertomuksia oli yhteensä 35 ja kielteisen muutoksen kertomuksia 11. Tilanne oli pysynyt kutakuinkin samana 26 kertomuksessa.

Suorasanaiset arviot muutoksesta olivat seuraavanlaisia:

Iloisia asioita on kuluneisiin vuosiin mahtunut enemmän. (myönteinen muutos)

Nykyisin en enää tunne olevani köyhä. Katkeruus on myös väistynyt. (myönteinen muutos)

Elämän tilanteeni on muuttunut paremmaksi, ei taloudellisesti mutta laadullisesti. (myönteinen muutos)

Välillä on pieniä ilon pilkahduksia, mutta enimmäkseen ei kurjuutta kummempaa... (ei muutosta)

Ei ole tapahtunut muutosta parempaan, sama epävarmuus jatkuu. Jatkuva taistelu masennusta kohtaan alkanut, toisinaan tulee mieleen että parempi ois kuolla pois, loppuis tämä taistelu koska mitään parempaa ei ole odotettavissa. (ei muutosta)

Mä itken nytkin ku puran sulle sydäntä. En jaksa enää haluaisin kuolla kukaan ei välitä minusta enää liekkö välittänytkään. (kielteinen muutos)

Pelkistykset tekevät aina väkivaltaa. Esimerkiksi pirkanmaalaisen Annan kuuteen vuoteen mahtui monta käännettä, mutta tyytyväisyys elämään pysyi kutakuinkin samana. Tulomittarien ja työmarkkina-aseman mukaan Annan tilanne parantui. Vuonna 2006 hän oli jäänyt työttömäksi ja vuonna 2012 palannut takaisin työelämään. Anna oli kuitenkin onneton, koska esimiehet eivät arvostaneet hänen työpanostaan. Tässä mielessä Annan elämä muuttui huonompaan, mutta hyväinkin tapahtui – olihan Anna sentään töissä. Siksi luokittelimme Annan tarinan ei muutosta -ryhmään. Selviytymisen ristiriitaisesta luonteesta kertoo Annan ilmaisu: ”Olen nyt 56 vuotias ja vielä hengissä, mutta sairas, väsynyt työt ovat koventuneet” (vuosi 2012, ei muutosta).

70-vuotiaalla Liinalla (myönteinen muutos) puolestaan tulot pienentyivät eläkkeen myötä, mutta ne olivat säännöllisiä. Tulomittarien mukaan hänen köyhyytensä olisi syventynyt, mutta on käynytkin päinvastoin: parantunut terveys on tarjonnut edellytyksiä aktiivisuuteen: ”Niin, elossa olen ja jatkan talleamista ja todella paremmassa kunnossa kuin silloin ja vieläpä pienemmällä budjetilla.”

Taulukko 1. Aineiston koodaus ja analyysin eteneminen

Alakoodit	Yleiskoodit	Tarkentavat koodit	Yhdistävä teema
Muuttua, lisääntyä, parantua, huonontua ja muut muutoksesta kertovat ilmaiset	Muutos	Myönteinen muutos 35 Ei muutosta 26 Kielteinen muutos 11	
Katkeruus, viha, ahdistus, onni, tyytyväisyys, epävarmuus, ilo, onnellisuus, tunteet	Affektiiviset ilmaiset	Kielteiset Myönteiset	
Halut, mahdollisuudet, tavoitteet, aiheet, haaveet, toiveet, saavutukset, ennakointi, suunnitelmat	Odotukset Ajan ilmaiset	Lyhytjänteinen aika Pitkjänteinen aika	
Palkka, sosiaaliturva, kirpputorit, vastavaroisuus, yhteiset, yhteisöt, tulot, menot, kulut	Toimeentulo	Itsenäisyys Ennakoitavuus Merkityksellinen lisä	Elämän ennakoitavuus Toimeentulo Kohtaaminen Itsenäisyys
Palkkatyö, vapaaehtoistyö, kotityö, harrastukset, arkitoimet, palvelukset, tekeminen, pakkotyö	Tekeminen	Mielekkyytys Merkityksellisyys Toimeentulo	
Sairastuminen, parantuminen, lääkkeet, terveyttä edistävät ja heikentävät tekijät	Terveys	Jaksaminen Tieto	
Perhe, sukulaiset, yksityishenkilöt, instituutioiden edustajat	Sosiaaliset suhteet	Jatkuvuus Merkityksellisyys	
Sosiaalinen, taloudellinen, ammatillinen, lähisuhteet, kansalaisyhteiskunta, hyvinvointivaltio, luonto, henkisyys	Tuki ja lohtu	Jatkuvuus Merkityksellisyys Toimeentulo	
Sosiaalinen asema, yhteiskunnasta, osallisuus, hierarkiat, vaikuttaminen, kansalaisuus	Toimijuus ja tila	Pakot Vapaus	

Selviytymisen alueet

Selkeimmin selviytymisen alueina tuli esille taloudellinen toimeentulo, joka oli kertojilla pääsääntöisesti pysynyt samana. Sen lähde oli voinut muuttua esimerkiksi palkkatuloksi, työkyvyttömyys- tai vanhuuseläkkeeksi, työmarkkinatueksi tai toimeentulotueksi. Työkyvyttömyyseläke ei aiheuttanut yhtä vahvaa riippuvuuden tunnetta kuin työmarkkina- ja toimeentulotuki. Takuueläke tuntui lisäävän elämän hallittavuuden ja ennakoitavuuden tunnetta siinäkin tapauksessa, että tulonlisäys kului lääkkeisiin ja sairaudenhoitokuluihin – ainakaan ei tarvinnut hakea toimeentulotukea. Pieni tulonnousu näyttäytyi merkityksellisenä silloin, kun se lisäsi vaihtoehtoja valita ja mahdollisuuksia toimia. Pieniä lisäansioita kertojat olivat saaneet esimerkiksi mainosten jakamisesta, kirjoituksistaan, pullojen keräämisestä, huonekalujen ja vaatteiden kunnostamisesta, kirpputorimyyntistä ja valokuvistaan. Asuinlähiöissä, leikki- ja koirapuistoissa tai kantakapakoissa oli syntynyt erilaisia jakamistalouksia, joissa vaihdettiin palveluksia, tietoa ja taitoa, esimerkiksi astioiden

pesua leipäjonokäynteihin ja työllistymis- ja harrastusvinkkejä.

Monella kertojalla terveydentila oli huonontunut jo pelkästään kuuden eletyn vuoden takia. Kertomuksia parantuneesta terveydestä ja lisääntyneestä fyysisestä hyvinvoinnista oli niitäkin kuitenkin useampia.

Elämisen ja olemisen niukkuus ja pakot sairastuttavat. Terveysteen ja toimeentuloon liittyvistä myönteisen muutoksen asiasisällöistä nousi esiin Kela-korvauksien tai takuueläkkeen myötä lisääntynyt hallinnan ja ennakoinnin tunne. Olipa niinkin, että hallinnan ja ennakoinnin tunne kohensi itsenäisyyden tunnetta, joka lisäsi ihmisen edellytyksiä pitää itsestään parempaa huolta. Myönteiset lääkäri- ja viranomaiskohtaamiset edistivät selviytymistä.

Sosiaalista ja henkistä tukea ja materiaalista apua kirjoittajat kertoivat saaneensa laajalta joukosta ihmisiä, yhteisöjä, järjestöjä ja instituutioita. Myönteistä muutosta edisti rohkaisu ja voimaantuminen. Lohtua ja jatkuvuutta ammennettiin mielikuvituksesta, henkisydestä ja luonnosta. Kirjoituksista kuului, että vaikka yhteiskuntaan ei

ollut luottaminen, luonnon syklit eivät pettäneet. Luonto ja henkisyys tarjosivat pakokeinon pakotavista ja hierarkkisista ajasta ja suhteista, kuten Marleena seuraavassa kuvailee:

Luonnossa minun on helppo unohtaa köyhyys, yksinäisyys, ympäröivän yhteiskunnan hullunmylly, työssä olevat ja työttömät. Kaikki. Koen niin usein etten kuulu minnekään. En jaksa kapinoida, taistella – vaikka haluaisin. Tämä yhteiskunta repeää liitoksistaan. Köyhyyteen tottuu ajan myötä, mutta yhteiskunnan epäoikeudenmukaisuuteen ei.

(Marleena vuonna 2006, kielteinen muutos)

Ihmiset viestivät, että yksitoikkoinen arki ja vastavuoroisuuden puute lannistivat niin, että ei jaksanut enää tarttua toimeen. Myönteinen muutos näytti lähteneen liikkeelle esimerkiksi, kun ihmiset löysivät itselleen merkityksellistä tekemistä, kuten soittamista, kuorolaulua, nikkarointia, patikointia, vapaaehtoistyötä, puutarhatöitä, käsitöitä, lukemista ja kursseja. Mieluinen tekeminen sellaisenaan toi sisältöä elämään, mutta merkityksellisuuden ja kuulumisen kokemukset lisääntyivät erityisesti silloin, kun ihmisen olemiset ja tekemiset tulivat todeksi vastavuoroisissa suhteissa. Tämä edellytti sitä, että ihmisellä oli riittävästi yhteyksiä muihin ihmisiin.

Selviytymisen edellytykset

Aineistossamme selviytymisen edellytykset hahmottuivat kolmen keskeisen teeman eli ennakoitavuuden, kohtaamisten ja itsenäisyyden kautta.

Ennakoitavuus

Lannistuneen ihmisen odotushorisontti kaartui lähelle tätä hetkeä. Selviytyminen puolestaan näkyi aikajänteen pitenemisestä. Joskus odottamisen kohde muuttui tuonpuoleisesta tämänpuoleiseen.

”Jokapäiväistä taistelua” käyvät köyhät ihmiset kaipaavat taloudellista ennakoitavuutta elämäänsä niinkin paljon, että sen voisi tulkita eräänlaiseksi tarpeeksi. Huoli toimeentulosta, pelko ja stressi lyhensivät ennakoitavissa ja käsiteltävissä olevaa tulevaisuutta. Silloin kertomuksissa käytettiin runsaasti lyhyen aikajänteen ilmaisuja, kuten ”päivästä toiseen sinnittely”, ”kituuttaminen” ja ”kädestä suuhun”.

Vajaa 50-vuotias kymenjokilaaksolainen yksinhuoltajaäiti Irina kirjoitti vuonna 2006 epävarmuuden sairastuttavasta voimasta:

Kaikki tämä epävarmuus rahan riittämisestä tekee jo sairaan olon. Tuntuu, ettei henki kulje ja rinnasta puser-taa, aivan kuin kaikki kaatuisi päälle ja huimaa.

Kuuden vuoden kuluttua hän jatkoi näin:

Päällimmäinen tuntemus on edelleen ollut epävarmuus arjessa. Saatko toimeentulorukea ja jos saat niin koska. Sekä pelko siitä mitä huomien tuo tullessaan.

(vuonna 2012, ei muutosta)

Magda silmukoi pätkätöiden ja työttömyyspäivärahojen välillä, ja siksi hänenkin elämänsä rakentuu lyhytjänteen ajan varaan:

Olin silloin liiton päivärahalla ja aina kun otin 2:n päivän tai viikon työn jouduin sellaiseen paperi pyrokrati-an pyörteisiin päivärahat viivästyivät sen takia kun jouduin joka työstä pyytämään palkkatodistuksen sekä työtodistuksen. (...) Sama laskeminen jatkuu, mihin raha riittää. Niin kauan kuin työtöntä kohtellaan tällain, ettei ole säännöllisiä tuloja, ajaa monet masennukseen ja lopulta viimeiseen leposijaan. (...) Kysyisin asiantuntijoilta onko tämä ihmisarvoista elämää, jatkuvaa epävarmuutta tulevasta?

(Magda vuonna 2012, ei muutosta)

Epävarmuudessa aikajänne lyhenee, mutta samalla sosiaalinen tila näyttäisi kutistuvan. Kielteisesti koetussa tässä ja nyt -elämässä aika ja paikka lähestyvät toisiaan ja jopa yhdistyvät. Vankilaa ja kuolemaa – tai kuten Magda ilmaisee, viimeistä leposijaa – käytetään metaforana kertomaan epävarmuuden ja lyhytjänteen ajan vakiintumisesta olemisen pakottavaksi tilaksi.

Aineisto sisälsi runsaasti tällaisia ilmaisuja:

Kodin vankina olen ollut jo yli vuoden. (ei muutosta)

Työvoimahallinto pitää panttivankinaan perustuslain vastaisesti. (ei muutosta)

Osaan samaistua pakolaisiin, keskitysleirin vankeihin, työttömiin, asunnottomiin tai muuten vain köyhiin ihmisiin. (myönteinen muutos)

Silloin siellä vuokrayksiossani unelmani kuolevat (...). Joten näyttää siltä, että olen elinkautisvankina sairau-dessani. (myönteinen muutos)

65-vuotias Kati-opettaja kirjoitti vuonna 2012, että ”paljon ei ole kuudessa vuodessa tapahtunut – ja kuitenkin on: elämä on ratkaisevasti erilais-ta”. Tulot eivät nousseet, mutta ahdistavien ha-kemusten ja selvitysten aika jäi vanhuuseläkkeen myötä ja ”elämä on omissa käsissä”. Siitä hän ker-toi seuraavasti:

Nyt rahaa ei ole enempää kuin ennenkään, mutta tie-dän täsmälleen, minä päivänä ja kuinka paljon tulee. Ei

tarvitse hakea toimeentulotukea, ei käydä Kelassa, ei ilmoitautua työvoimatoimistoon. Olen helpottunut ja vapautunut. (vuonna 2012, myönteinen muutos)

Selviytyminen näkyy tavoitteiden ja suunnitelmallisuuden – aikaan sidottuja teemoja nämäkin – lisääntymisenä.

Kun lapset eivät vaadi huolenpitoa enää 24/7 aikaa jää suunnitelmillekin. Tulevia rahareikiä yms. pystyy nyt edes hieman ennakoimaan. (Elwiira, myönteinen muutos)

Henkisyys, rukous ja luonto lisäävät nekin tunteita elämän jatkuvuudesta. Ne tynnyttävät ja lohduttavat epävarmuudessa ja korjaavat kokemusta eriarvoisuudesta. Meri kirjoittaa:

Ulkona on kuuma, kuivuus on jo kuivattanut yhden kaivon ja mietimme, lähdemmekö saaristoon, asumaan teltassa ja melomaan kajakilla, kerrankin vapaana, sillä luonnossa köyhäkin on rikas. (vuonna 2012, myönteinen muutos)

Vastavuoroiset kohtaamiset

Myönteisen muutoksen kertomuksia yhdisti se, että ihmiset olivat tulleet kunnioitavasti kohdatuiksi. Nimeämällä nämä tapahtumat kohtaamiseksi halusimme korostaa ihmisten välisten yhteyksien ajallista ja paikallista vaihtelevuutta ja jopa sattumanvaraisuutta. Kohtaamisilla oli yksi yhteinen nimittäjä: ne avasivat kertojan elämässä uusia ovia sekä tarjosivat tasa-arvoisuuden, lohdun ja merkityksellisyyden kokemuksia.

Jaana kirjoitti vuonna 2006, että ”sosiaalisella tasolla tekee kipeää se, että joutuu luopumaan – ei kokonaan, mutta osittain – yhteyden pidosta ja kansakäymisestä sukulaisten ja ystävien kanssa.”

Jaana oli yksi niistä eläkkeelle päässeistä, joiden eläke jäi pieneksi mutta joilla siirtymä eläkkeelle paransi elämänlaatua. Vaikka hän koki joutuvansa luopumaan yhteydestä ystäviin, selviytymisensä kannalta tärkeitä hänelle olivat juuri ystävät, jotka kohtasivat hänet samanarvoisina:

Ystävät ovat hyvin tärkeä tekijä elämässäni. Heitä ei ole paljon, mutta he ovat uskollisia ja viisaita. Heillä oli hyvät vakituiset työsuhteet ja talous. Silti en koskaan kokenut heidän taholtaan väheksymistä, vaikka olinkin pitkäaikaistyötön. Olin yksi heistä, enkä ”epäonnistunut olento”. (vuonna 2012, myönteinen muutos)

Avun vastaanottaminen näyttäytyi usein vaikeana. Toimeentulotuen hakeminen koettiin nöyryyttävänä. Häpeän välttämiseksi turvauduttiin toisten köyhien seuraan. Ihmisarvon pelättiin häviävän.

Pitkään jatkuvana ja kasaantuvina vaikeudet johtivat myönteisen vastavuoroisuuden puutteeseen ja epäitsenäisyyden tunteeseen. Silloin ymmärtävä ja ystävällinen katse, hyväksyntä, nähdyksi ja kuulluksi tuleminen, tasa-arvoinen yhdessä oleminen ja muut myötätuntoiset kohtaamiset rohkaisivat. Hyvistä kohtaamisista kerrottiin niin terveyden- kuin sosiaalihuollosta. Melina kuvailee ammattilaisen ja potilaan välistä sanaton- ta ja myöhemmin myös sanallista ymmärtämystä:

Viisas lääkäri, itsekin 3-lapsisen perheen isä näki jo pitkään, että lapsen sairauden lisäksi perheessä on jokin muukin pielessä, vaikka emme tilanteesta koskaan puhuneetkaan. Kun sitten reilu vuosi eron jälkeen sairastuin – tuli verenpainetta, sietämättömiä migreenikohtauksia, selkäsärkyä, epämääräisiä vatsavaivoja – niin lääkäri oli heti ajan tasalla. Ihminen kestää uskomattoman paljon, mutta kun stressitilanne menee ohi, niin elimistö reagoi sairastumalla. Sinä olet vahva ihminen, kun olet jaksanut näin paljon. Joku toinen olisi sairastunut henkisesti. Silloin tuli sairaslomat ja tilapäiset lääkitykset ajallaan, selittelemättä. Lääkäri uskoi, että kun eroproessi on mielessä työstetty, olen hyvinkin työkykyinen. Ja oikeassa hän oli. (vuonna 2006, myönteinen muutos)

Kohtaamiset lohduttivat ja rohkaisivat. Vuonna 2006 Elwiira kirjoitti ulosottohelvetistä ja toiveesta, että hänen ihmisarvonsa vielä palautuisi, vaikka epäilikin häpeän seuraavan ”aina viimeiselle matkalle”. Kuuden vuoden kuluttua Elwiiran tilanne oli taloudellisesti sama, mutta köyhyys ei ahdistanut kuten ennen. Lapset eivät tarvineet enää huolenpitoa, aikaa jäi itselle ja elämää pystyi ennakoimaan aiempaa paremmin.

Kuten niin monen muun isoäiti-ikäisen kertomuksessa, Elwiirallakin kohtaamiset lastenlasten kanssa ilostuttivat ja saivat unohtamaan yhteiskunnan hierarkioista ainakin osittain juontuvan häpeän:

Lasten, jos kenen, seurassa unohtuvat murheet. Pikku- lapsi ei arvostele eikä häpeä. Köyhänkin mummun syli on kullanarvoinen paikka. (vuosi 2012, myönteinen muutos)

Liisa sai puolestaan vapaaehtoistyöstä merkityksellisyyden kokemuksen ja keinon unohtaa hetkeksi omat murheensa:

Kävin SPR:n ystäväpalvelukurssija ja liityin ystäväpalvelutoimintaan. Minulla on ystävinä kolme yksinäistä vanhusta, joiden luona saatan käydä useammankin kerran viikossa. On ihanaa, kun voi ihan puhumalla ja kuuntelemalla toista ihmistä olla hänelle niin isoksi iloksi ja avuksi. Siinä samalla saa itsekin muuta ajattel- tavaa kuin omat huolensa. (vuonna 2012, ei muutosta)

Vapaaehtoistyö, väljä yhteisöllinen toimeliaisuus, mahdollisuus panostaa yhteiseen hyvään ja kaikenlainen omaehtoinen ja merkityksellinen toiminta purkavat ja rakentavat uudelleen yhteiskunnallisia suhteita: vapaaehtoistyössä palvelujärjestelmän autetusta tulee auttaja.

Pirkanmaalainen Pike kuvaili vuonna 2006 ulkopuolisuuden kokemustaan näin: ”Olen taas työtön ja yksi numero tässä elämässä.”

Vuoden 2012 kertomuksessa puhuttelee erityisesti se, että siinä Pike kertoo itsestään itsenäisenä toimijana ja kuulumisestaan johonkin joukkoon. Hän on saanut vastuuta, jonka sinetiksi kirjoitettiin lupaus vaitiolovelvollisuudesta. Seuraava katkelma havainnollistaa, että merkityksellisyyden kokemus rakentuu erilaisten kohtaamisten ja yhteyksien ja niissä tapahtuvien merkityksellistämisen prosessin kautta:

Hankin nyt itse itselleni työpaikan. Olen Toissä semmoisessa paikassa (...) missä asuu voisi sanoa ne köyhät ja syrjäytyneet kaverit. Joita elämä on koeteltu. Ja alkoholi vieny, vaan ei vie enään. (...) Leivon siellä pojille tuoretta pullaa päivittäin. Ja keittelen heille kahvia. Ja kuuntelen asukkaitten murheita. Mitä kenelläkin on sanottavaa. Ja vaitiolo velvollisuuden kirjaimellisesti vannon raamatun päällä. Että mitä ne pojat kertoo. Ne pysyy vain minun tiedossani. (...) Sen verran vielä tosta työpaikastani. Kysyn sinulta. Oletko sinä ikinä lähtenyt töihin iloisin mielin. Minä teen sen joka aamu. Ja on ihanaa tehdä töitä. Kun sinne lähtee mielellään. Ja voi oikeasti antaa elämästään muille. Mutta minun täytyy kyllä monelle kaverille kertoa, että minä saan niiltä enemmän, kuin he saavat minulta. (...) Mutta sen verran kerron sinulle, teille. Jatkakaa, kertokaa ajatuksia. Ja nimenomaan antakaa ajatukset ihmisille. Kiitos, kun Sain jakaa ajatuksia Teidän kanssa. Se auttoi minua paljon. Antakaa muillekin ihmisille se mahdollisuus. (vuonna 2012, myönteinen muutos)

Pike vetoaa tutkijaan, koska hän kokemuksellisesti tietää, että köyhät ihmiset tarvitsevat ajan ja paikan, jossa jakaa kokemuksia. Erilaiset säännölliset tai sattumanvaraiset yhteydet ihmisiin sekä pelkkä oleilu julkisissa tai yksityisissä tiloissa auttavat luomaan suhteita, joissa vaihdetaan sanallisesti tai sanattomasti juuri niitä merkityksiä, joita ihmiset tarvitsevat kokeakseen olevansa merkityksellinen osa suurempaa kokonaisuutta.

Itsenäisyys

Myönteisen muutoksen myötä ajallinen ja tilallinen vapaus laajeni. Vapaus tarkoitti ennen kaikkea vaihtoehtojen ja itsenäisyyden lisääntymistä. Pakon ja täytymisen affektit vähenivät, kun ei tarvinnut enää täyttää lomakkeita tai oli irtaantunut

epätyydyttävästä työstä tai parisuhteesta. Erityisesti myöhäiskeskä-ikäisten naisten teksteissä kuuluu pohdinta pakon ja vapauden jännitteisestä suhteesta. Jätettyään matkatoimistovirkailijan työt ja perustettuaan toiminimen, esimerkiksi Hanna (myönteinen muutos) totesi mieluummin ”tinkivänsä rahasta kuin vapaudesta tai siitä omasta päätösvallasta”.

Erityisen voimallisesti vapaudesta kerrottiin ulosoton päättymisen, luottotietojen palautumisen ja velkajärjestelyn loppumisen yhteydessä. Alissa (myönteinen muutos) sai maksettua kulu- tusluoton ”ja se on niin upea tunne, etten osaa sitä sanoin kuvata”. Tässä yhteydessä on syytä mainita, että aineistosta puuttuivat lähes kokonaan addiktiosta kertovat tekstit, joissa pakon ja vapauden suhde olisi voinut näyttytyä toisenlaisena.

Hyvinvoivalla ihmisellä on yhteys mielikuvituksenensa. Linda kuvailee vaikeuksien ja luovuuden välisiä mekanismeja:

On totta että luovuus eltaantuu yltyäkylläisyydessä, mutta ei se huolien ja pelkojen keskelläkään elä. Köyhyys nakertaa itsetunnon, se on ikuista vertaamista itseä parempiosaisiin. Se rajoittaa liikkumisvapautta, matkustamisvapautta, kenties tasa-arvoa oikeudessa. Kaikkein surullisinta on se että se rajoittaa myös sananvapautta parisuhteessa ja ystävyysuhteissa. (vuonna 2006, myönteinen muutos)

Selviytymistä vahvistavat ainakin rohkaisu, irtaantumisen ulkopuolelta määritellyistä pakoista ja neuvottelu- ja päätösvallan lisääntyminen. Kun voi päättää mitä tekee, minne menee tai mihin rahat käyttää, omia ja yhteisiä voimavaroja löytyy lisää.

Köyhän elämää kuvailtiin aineistossa tyypillisesti, kuten Pike edellä, olemisena numerona tilastoissa tai arvottomuutena. Köyhän elämä näyttytyy tekijyytenä, jota valta käyttää hyväkseen (Heiskala 2011). Selviytyminen on itsenäisyyden vahvistumista – sitä, että toimija käyttääkin itse valtaa ja alkaa suunnitella tulevaa. Katja kertoo:

Köyhyys on nöyryyttävää, jos se tarkoittaa valinnanvapauden ja itsemääräämisoikeuden rajoittumista. (vuonna 2006)

Vuonna 2012 moni asia oli Katjan elämässä paremmin. Hän uskalsi jo katsoa pidemmälle tulevaan ja haaveilla. Vapaus oli lisääntynyt:

Viimeksi kirjoittamani jälkeen taloudellinen tilanteeni on pienin askelin kohentunut ja yllättäen huoman haaveiden ja ihan tarpeelliseksi kokemieni asioiden myös lisääntyneen. (vuonna 2012, myönteinen muutos)

Vaikeassa tilanteessa ihmiset kirjoittavat erilaisin sanakäantein kaipuustaan tulla kuulluksi ja ulkopuolisuudesta. Siri (myönteinen muutos) kirjoitti kuulumattomuudestaan vuonna 2006 näin:

Kohta olen kipeä ja pennitön, joka aamuisin huokaan vieläkö olen täällä pahassa maailmassa, enkö jo pääse pois tästä niin sanotusta hyvinvointivaltiosta jossa ihmisen on niin paha. (...) Kuntoutuksessa en kokenut tulevani kuulluksi vaan muut tuntui tietävän enemmän minusta kuin minä itse.

Ihminen, jonka ääni ei kuulu, on vaikea kuulua mihinkään. Itsenäisyys edellyttää vastavuoroisuutta. Sirin itsenäisyys lisääntyi hänen päästyään eläkkeelle. Samalla lisääntyi toimeliaisuus. Parhaimmillaan lisääntynyt itsenäisyys auttaa korjaamaan menneisyyden murtumia ja siten vahvistamaan nykyistä toimijuutta. Siitä Siri kertoi näin:

Nyt kun elämä on rauhoittunut ja pahin pelko on pois, muistelen usein kuinka rikas elämäni on sittenkin ollut. (vuonna 2012)

Päätelmiä ja pohdintaa

Aineistomme perusteella köyhyys on tila, josta ei näy poispääsyä. Siihen liittyy, kuten monissa aikaisemmissa tutkimuksissa todetaan, kielteisiä affekteja: esimerkiksi vihaa, ulkopuolisuutta, riippuvuutta ja häpeää (Kallio & Niemelä 2014; Walker 2014; Marttila & al. 2010). Köyhyys ei välttämättä ole pelkkää rahan puutetta. Heidi Kaartinen (2015) käyttää aineettoman köyhyyden käsitettä kuvaamaan sitä, että vastoinkäymiset, arjen ahtaus, kielteiset tunteet, ja pakottavaksi koetut rakenteet kietoutuvat yhteen kurjistamaan elämää. Näiden lisäksi köyhyys näyttäytyy vastavuoroisuuden ja merkitysten puutteena.

Thompsonin ja Wilkinsonin (1986) innoittamina ja selviytymisen myönteisenä muutoksena ymmärtävinä tutkimme, mitkä asiat auttoivat ihmisiä taistelussa kaikenlaista köyhyyttä vastaan. Keskeisiksi tekijöiksi osoittautuivat elämän ennakoitavuus, kohtaamiset ja itsenäisyys. Parhaimmillaan näiden lisääntyminen yksin tai yhdessä käynnistivät hyvinvoinnin esteitä kaatavan dominoefektin.

Tulosten perusteella päättelemme ensinnäkin, että pitkäaikaisesti köyhien voimavaroja voitaisiin lisätä vähentämällä tulonlähteisiin liittyvää epävarmuutta. Hyvinvointipalveluissa olisi tärkeää panostaa katkeamattomiin asiakassuhteisiin. Erilistä tutkimusta tarvitaan lisäämään ymmärrystä,

miten ennakoimattomuus vaikeuttaa ja lukkiuttaa elämää ja mikä olisi riittävä tulevaisuuden ennustettavuus. Uusien kognitiotieteellisten tutkimusten mukaan päivästä toiseen sinnittely – ja on syytä olettaa, että myös pitkäkestoisen stressin, pelkojen ja häpeän vankila – tuhoaa luovuutta ja kapeatua käsittelykykyä (Mani & al. 2013). Esimerkiksi rukous, luonto ja kirjastot liittyvät kaikki jollakin tavalla mielikuvitukseen tarjotessaan erilaisten ulkoisten pakkojen kanssa painivalle vapaan, hierarkiattoman ja jatkuvuutta tarjoavan tilan (ks. myös Nussbaum 2011).

Toisekseen tulkitsemme, että myönteinen vastavuoroisuus lisää tunnetta elämän jatkuvuudesta ja rohkaisee käyttämään sisäisiä voimavaroja. Sosiaalipsykologisessa tutkimuksessa on havaittu, että empatia lisää ihmisen pystyvyyden tunnetta (Di Giunta & al. 2010), jonka taas tiedetään ennakoivan onnistumisia (esim. Hankonen 2011). Tämän tutkimuksen ja aineiston ehdoilla päättelemme, että purkamalla esimerkiksi sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmässä ammattilaisen ja asiakkaan välisiä hierarkioita ja sisäistämällä myötätuntoinen kohtaaminen ja vastavuoroinen tunnustussuhde osaksi ammatillisuutta ihmisten kyky ottaa käytöön omia ja yhteisiä voimavaroja lisääntyy.

Kolmantena päätelmänä nostamme esiin merkityksellisuuden kokemuksen voimavarojen lisääjänä. Uuden psykologisen tutkimuksen mukaan hyvän tekeminen on nähtävä yhtenä ihmisen psykologisista perustarpeista muun muassa omaehtoisuuden, yhteenkuuluvuuden ja kyvykkyyden lisäksi (Martela & Ryan 2015). Kun tämä tarve tulee tyydytetyksi, se muuttuu voimavaraksi. Eriyisesti pitkässä köyhyydessä kamppaileville olisi tarjottava ihmisen autonomiaa kunnioittavia ja omaehtoisuuteen perustuvia yhteyksiä panostaa yhteiseen hyvään – nämä tilaisuudet kun pakevat köyhän elämästä samalla tapaa kuin sosiaaliset verkostot supistuvat. Merkityksiä vaihdetaan erityisesti vastavuoroisissa suhteissa, mutta merkityksellisuuden tunne voi rakentua myös elävän läsnäolon kautta, kun ihminen on yhteydessä muihin ihmisiin, omiin tarpeisiinsa ja kokemuksiinsa ja kun hän tuntee olevansa osa suurempaa kokonaisuutta. (ks. Hirvilampi 2015, 70). Luonnon ja rukouksen lohduttavuus paljastavat, että toisinaan tietty ritualistisuus saa ihmisen voimaantumaan. Ritualistisuus helpottaa eriarvoisuuden kokemusta ja auttaa ihmistä tulemaan kuulluksi itsenään mutta samaan aikaan tarjoaa tilaisuuden kuulua yhdessä muiden kanssa.

Selviytyminen on tila, jossa erilaisiin olemisiin ja tekemisiin tulee taloudellista, ajallista ja tilallista väljyyttä esimerkiksi silloin, kun pakottavasta vastavuoroisuudesta, lyhytsyklisestä ajasta ja kielteisten tunteiden värittävästä elämämaailmasta vapaudutaan. Vapauden lisääntyminen lisää itsenäisyyttä ja toiveikkautta. Selviytyminen on siis pystyvyyden tunteen lisääntymistä ja pakkojen poistumista: ihmisellä on syytä tavoitella jotakin asiaa ja hänellä on syytä luottaa pystyvänsä saavuttamaan tämän asian.

Lopuksi muistutamme, että aineistomme ei kykene välittämään kokonaiskuvaa suomalaisten köyhien selviytymisestä. Kirjoituskilpailuun osallistuneita voi luonnehtia hyväosaisiksi ja kirjallisesti lahjakkaiksi (Ruokonen 2007). Seuranta-aineistossa tällainen ”hyväosaisuus” korostuu, koska kirjoituskutsussa pyydettiin kertomaan selviytymisestä ja pärjäämisestä. Useimmat tekstit kertovat kunniallisesta köyhyydestä. Suurin osa aineistosta on yli 50-vuotiaiden naisten kirjoittamia

ja kertomia, ja heidän lapset olivat jo omillaan. Tuloksia on tulkittava sukupuoli huomioon ottaen, etenkin kun selviytymiskeinot vaihtelevat ainakin jossakin määrin sukupuolen mukaan. Kiinnostavana yksityiskohtana mainittakoon, että suurin osa miesten kirjoituksista luokiteltiin ”ei muutosta” -ryhmään, mikä voi johtua miestyypillisestä kerrontatavasta, tutkijan tulkinnasta tai valikoitumisesta. Kaikkein niukimmin aineisto sisältää miesten ja alle 30-vuotiaiden kertomuksia.

Loppupäätelmämme on, että elämän ennakoitavuus, vastavuoroiset suhteet, merkityksellisyyden kokemukset ja itsenäisyys vahvistavat yhdessä yksilöllisten voimavarojen kanssa köyhien turvaverkkoa, joka estää heitä putoamasta pystymättömyyden tunteeseen ja auttaa taistelemaan aineetonta köyhyyttä vastaan. Köyhän voimavarat ja yhteydet mahdollisuuksiin ovat kuitenkin hennoja. Vaikka ne ovat tavalla tai toisella jatkuvasti olemassa, lannistuminen ja voimattomuus muuttavat turvaverkon herkästi näkymättömäksi.

Saapunut 15.6.2015
Hyväksytty 10.12.2015

KIRJALLISUUS

- Aaltonen, Katri & Miettinen, Jani & Saastamoinen, Leena & Martikainen, Jaana: Kenellä ei ole varaa lääkkeisiin? S. 232–247. Teoksessa Airio, Ilpo (toim.): Toimeentuloturvan verkkoa kokemassa. Kansalaisten käsitykset ja odotukset. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2013.
- Airio, Ilpo & Blomberg-Kroll, Helena & Kangas, Olli & Kroll, Christian & Niemelä, Mikko: Täyden kansaneläkkeen saajien tulot ja kokemukset toimeentulosta. S. 142–167. Teoksessa Airio, Ilpo (toim.): Toimeentuloturvan verkkoa kokemassa. Kansalaisten käsitykset ja odotukset. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2013.
- Di Giunta, Laura & Eisenberg, Nancy & Kupfer, Anne & Steca, Patrizia & Tramontano, Carlo & Caprara, Gian: Assessing perceived empathic and social self-efficacy across countries. *European Journal of Psychological Assessment* 26 (2010): 2, 77–86.
- Hankonen, Nelli: Psychosocial processes of health behaviour change in a lifestyle intervention: Influences of gender, socioeconomic status and personality. Helsinki: Helsingin yliopisto, 2011.
- Heiskala, Risto: Toiminta, tapa, teoria. Helsinki: Gaudeamus, 2010.
- Hiilamo, Heikki: Uusi hyvinvointivaltio. Helsinki: Into, 2011.
- Hiilamo, Heikki & Hänninen, Sakari & Kinnunen, Kaisa: Huono-osaisuuden ja sairastavuuden kytkennästä diakonian asiakkailla. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 48 (2011): 1, 4–21.
- Hirvilammi, Tuuli: Kestävän hyvinvoinnin jäljillä. Ekologisten kysymysten integroiminen hyvinvointitutkimukseen. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 136. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2015.
- Hirvilammi, Tuuli & Mäki, Sari: Toimeentulovaikeuksia, yksinäisyyttä ja alemmuuden kokemuksia. Perusturvan saajien rajalliset toimintamahdollisuudet. S. 120–141. Teoksessa Kangas, Olli & Niemelä, Mikko & Raijas, Anu. (toim.): Takaisin perusteisiin. Perusturvan riittävyys kulutuksen näkökulmasta. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2013.
- Isola, Anna-Maria & Larivaara, Meri & Mikkonen, Juhana. (toim.): Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Avain, 2007.
- Isola, Anna-Maria & Turunen, Elina & Hänninen, Sakari & Karjalainen, Jouko & Hiilamo, Heikki: Syrjäytynyt ihminen ja kunta. Helsinki: Kunnallisanalyyttämässätiö, 2015.
- Isola, Anna-Maria & Turunen, Elina: Syrjäytymisestä selviytymiseen Suomessa. Köyhyydestä ja sosiaalisista mahdollisuuksista kertovan seuranta-aineiston (2006–2012) kuvaus. *Työpapereita* 62/2014. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2014.
- Juntunen, Elina & Grönlund, Henrietta & Hiilamo, Heikki: Viimeisellä luukulla. Tutkimus viimesijaisen sosiaaliturvan aukoista ja diakoniatyön kohdentumisesta. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 7. Helsinki: Kirkkohallitus, 2006.
- Jyrkämä, Jyrki: Toimijuus ja toimijatilanteet –aineisia ikääntymisen arjen tutkimiseen. S. 195–217. Teoksessa Seppänen, Marjaana & Karisto, Anni & Kröger, Teppo (toim.): Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-Kustannus, 2007.
- Kaartinen, Heidi: Mitä aineeton köyhyys on? Sosiaalityön pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto, 2015.
- Kainulainen, Sakari & Saari, Juhana: Koettu huono-osaisuus Suomessa. S. 22–43. Teoksessa Niemelä, Mikko & Saari, Juhana (toim.): Huono-osaisten hyvinvointi. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2013.
- Kallio, Johanna & Niemelä, Mikko: Who Blames the Poor? A multilevel evidence of the support and determinants of the individualistic explanation of poverty in Europe. *European Societies* 16 (2014): 1, 112–135.
- Kerätär, Raija: Kun katsoo kauempaa, näkee enemmän. Monialainen työkuva ja kuntoutustarpeen arviointi pitkäaikaistyöttömillä. Oulu: Oulun yliopisto, 2016.
- Kerätär, Raija & Karjalainen, Vappu: Pitkäaikaistyöttömillä on runsaasti hoitamattomia mielenterveyshäiriöitä. *Lääkärilehti* 45, 3683–3690, 2010.
- Kinnunen, Kaisa: Sairas köyhyys. Tutkimus sairauteen liittyvästä huono-osaisuudesta diakoniatyössä. Helsinki: Kirkkohallitus, 2009.
- Kaplan, Howard: Understanding the Concept of Resilience. S. 39–45. Teoksessa Goldstein, Sam & Brooks, Robert (toim.): Handbook of Resilience in Children. New York: Springer Science, 2006.
- Korpi, Walter & Palme, Joakim: The paradox of redistribution and strategies of equality: welfare state institutions, inequality, and poverty in the Western countries'. *American Sociological Review* 63 (1998): 661–687.
- Kuivalainen, Susan: Toimeentulotuen alikäytön laajuus ja merkitys. *Yhteiskuntapolitiikka* 72 (2007): 1, 49–56.
- Mani, Anandi & Mullainatha, Sendhil & Shafir, Eldar & Zhao, Jiyaying: Poverty Impedes Cognitive Function. *Science* 341 (2013): 6149, 976–980.
- Martela, Frank & Ryan, Richard: The Benefits of Benevolence: Basic Psychological Needs, Beneficence, and the Enhancement of Well-Being. *Journal of Personality*, 2015. DOI: 10.1111/jopy.12215
- Marttila, Anneli & Whitehead, Margaret & Canvin, Krysia & Burström, Bo: Controlled and dependent: Experiences of living on social assistance in Sweden. *International Journal of Social Welfare*, 19 (2010): 2, 142–151.
- Metteri, Anna: Hyvinvointivaltion lupaukset, kohtuuttomat tapaukset ja sosiaalityö. Tampere: Tampere University Press, 2012.
- Niemelä, Mikko & Saari, Juhana: Huono-osaisten hyvinvointi Suomessa. Teemakirja 10. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2013.
- Nussbaum, Martha: Creating capabilities. The human development approach. Massachusetts: The Belknap Press of Harvard University Press, 2011.
- O'Dougherty Wright, Margareta & Masten, Ann: Re-

- silience processes in development. S. 17–38. Teoksessa: Goldstein, Sam & Brooks, Robert (toim.): Handbook of resilience in children. New York: Springer Science, 2006.
- Ohisalo, Maria & Laihiala, Tuomo & Saari, Juho: Huono-osaisuuden ulottuvuudet ja kasautuminen leipäjonoissa. Yhteiskuntapolitiikka 80 (2015): 5, 435–446
- Payne, Yasser: Site of resilience: A reconceptualization of resiliency and resilience in street life-oriented black men. Journal of Black Psychology, 37 (2011):4, 426–451.
- Rauhut, Daniel: Den besvärliga fattigdomen. Tukholma: Almqvist & Wiksell International, 2006.
- Roivainen, Irene & Heinonen, Jari & Ylinen, Satu: Köyha byrokratian rattaissa. Helsinki: Kunnallissalan kehittämssäätiö, 2011.
- Saari, Juho: Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla. Helsinki: Gaudeamus, 2015
- Ruokonen, Reetta: Perheiden kokemuksia köyhyydestä. Nälkää, häpeää ja selviytymistä. Sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto, 2007.
- Saastamoinen, Leena & Tuominen, Ulla & Aaltonen, Katri & Martikainen Jaana: Keitä lääkekustannusten vuotuisen omavastuuosuuden ylittäneet ovat? S. 218–230. Teoksessa Airio, Ilpo (toim.): Toimeentuloturvan verkkoa kokemassa. Kansalaisten käsitykset ja odotukset. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 2012.
- Sen, Amartya: Freedom as development. Oxford: Oxford University Press, 1999.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: Perusturvan riittävyyden arviointiraportti 2011–2015. Työpapereita 1 / 2015. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2015.
- Thompson, Michael & Wildavsky, Aaron: A poverty of distinction. From cultural homogeneity to heterogeneity in the classification of poor people. Policy Sciences 19 (1986): 2, 163–199.
- Turtiainen, Kati: Possibilities of trust and recognition between refugees and authorities – Resettlement as part of durable solutions to forced migration. Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research 451. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 2012.
- Walker, Robert: The Shame of Poverty. Oxford: Oxford University Press, 2014.

ENGLISH SUMMARY

Anna-Maria Isola & Elina Turunen & Heikki Hiilamo: How do the poor in Finland deal with poverty? (Miten köyhät selviytyvät Suomessa?)

This qualitative study explores narratives of Finnish people who have run into financial difficulty with a view to identifying their coping strategies. We also discuss how these strategies could be enhanced. The research questions are addressed using qualitative longitudinal data collected in 2006 and 2012 and analysed by means of thematic analysis. Our results show that poor people get by by generating more income and by seeking a

meaningful life, freedom and independence. They also try to manage by taking steps to improve their health and by extending the horizon of their aspirations. Poor people's narratives demonstrate an ability to mobilize resources, but they also need to have a measure of predictability in life and to be recognized as subjects who are capable of engaging in meaningful reciprocal relationships.

Keywords: Finnish poverty, coping strategies, longitudinal, qualitative.