

Kriisikokemuksen kertomaa

lääkäiden suomalaisten muistoja lapsuudesta vanhuuteen

Sohvi Vehkala

Pro gradu -tutkielma

Kasvatustieteiden laitos

Aikuiskasvatustiede

Turun yliopisto

Kesäkuu 2019

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Elämän jättijalka on kuljettanut minua vuorten, laaksojen ja merten yli. Luojan munasta kuoriutuneena umpuna katselin maailmaa ymmärtämättä mitään. Oli ahdasta. Kaikki tuli minulle annettuna. Kaikki piti ottaa vastaan. Ihmettelin.

Opettelin, ponnistelin, taistelin, kestin. Lopulta avasin maailman itselleni ja tein siitä näköiseni, kaltaiseni. Selvisin.

"Pimmeli"

TURUN YLIOPISTO

Kasvatustieteiden laitos / Kasvatustieteiden tiedekunta

VEHKALA, SOHVI: Kriisikokemuksen kertomaa – iäkkäiden suomalaisten muistoja lapsuudesta vanhuuteen

Pro gradu -tutkielma, 127 s., 3 liites.

Aikuiskasvatustiede

Kesäkuu 2019

TIIVISTELMÄ

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan iäkkäiden kriisin kokemuksia heidän koko elämänsä huomioiden. Tavoitteena on tiedon ja ymmärryksen lisääminen ikääntyneen ihmisen kokemusmaailmasta. Tutkimuksessa kysytään, millaisia kriisejä iäkkäät ovat elämänsä varrella kokeneet ja millaisissa olosuhteissa kriisit ovat syntyneet. Lisäksi ollaan kiinnostuneita siitä, miten kriiseistä on selvitty ja millaisia merkityksiä kriiseille nyt vanhuudessa, tapahtuneita muistellessa, annetaan.

Tutkimuksen teoreettinen tausta rakentuu kriisi- ja elämänsä kuteorioista. Lähestymistapa on monitieteellinen; se ammentaa niin kasvatustieteistä, sosiaalitieteistä, psykologiasta kuin filosofiasta. Kasvatustieteellisesti erityisen kiinnostavaa on kriisikokemuksen suhde elinikäiseen ihmisenä kasvamiseen. Tutkimuksen metodologinen teoriatausta ammentaa narratiivisesta tutkimusperinteestä ja elämäntutkimuksesta.

Analysoitava tässä tutkimuksessa on 28 suomalaisen elämäkerrat, jotka on kerätty vuonna 2013 Elämän konkari -kirjoituskilpailun kautta. Iältään 60–88 -vuotiaiden naisten ja miesten kirjoitukset ovat kuvauksia elämäntaidoista, muutosten kohtaamisesta sekä vastoinkäymisten kanssa pärjäämisestä. Näitä kirjoituksia on analysoitu kokonaisvaltaisella narratiivisella otteella, jonka taustalla on William Labovin rakenneanalyysi.

Tämän tutkimuksen tulokset osoittavat kriisikokemusten liittyvän usein läheisiin ihmisiin. Lapsuudessa vaikeimmat kriisit ovat koskeneet omaa perhepiiriä ja vanhempia, aikuisuudessa ennen kaikkea työelämää ja parisuhdetta. Omaan terveyteen liittyvät kriisit ovat läsnä kaikissa elämänvaiheissa. Ratkaisut kriiseihin kumpuavat omasta sinnikkydestä, toisten ihmisten tuesta ja/tai kriisiin etäisyyden ottamisesta. Kriisille ei aina löydy merkitystä, mutta useimmat iäkkäistä näkevät sen joko oman luonteen vahvistajana, tienä parempaan elämään tai keinona ymmärtää paremmin muita ihmisiä ja ympäröivää maailmaa. Kriisien kautta opitusta ammennetaan vanhuudessa, jota moni kuvaa aiempia elämänvaiheita rauhallisemmaksi ja paremmaksi ajaksi.

Avainsanat: elämänsä kulkua, kriisi, iäkkäät, elämänsä kerrat, narratiivisuus

Sisällys

1 ALUKSI	1
2 ELÄMÄNKULKU JA ELÄMÄN VAIHEET	4
2.1 Elämäkulun käsite.....	4
2.2 Ikä ja elämän vaiheet.....	7
2.3 Suomalainen elämäkulku ja sukupolvet	9
2.4 Vanheneminen ja vanhuus	11
2.5 Elämme kunnes kuolemme.....	13
3 KRIISI.....	17
3.1 Kehityskriisit, elämäkriisit ja äkilliset kriisit.....	17
3.2 Kriisit elämäkulussa	20
3.2.1 Kehityskriisit elämäkulussa	21
3.2.2 Elämäkriisit elämäkulussa	23
3.3 Kriisi prosessina	24
3.3.1 Elämää ennen kriisiä.....	25
3.3.2 Kriisin kulku	26
3.3.3 Kriisistä selviäminen	27
4 TUTKIMUKSEN METODOLOGIA.....	29
4.1 Kokemuksen tutkiminen	29
4.2 Kertomukset, tarinat ja narratiivisuus	30
4.3 Muistamisesta, unohtamisesta ja totuudesta	32
4.4 Elämäkertatutkimus narratiivisen tutkimuksen alalajina	34
5 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	36
5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	36
5.2 Tutkimusaineisto	37
5.3 Tutkimusmenetelmät ja tutkimuksen kulku	39
5.3.1 Elämäkerrallis-narratiivinen tutkimusote tässä tutkimuksessa	39
5.3.2 Tutkimuksen alkuvaiheet	40
5.3.3 Kertomusten rakenneanalyysi, koodaaminen ja luokittelu	42
5.4 Tutkimuseettiset kysymykset.....	44
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	46
6.1 Kriisit kirjoittajien elämäkulussa	46
6.1.1 Lapsuuden kriisit	47
6.1.2 Nuoruuden kriisit	58

6.1.3 Aikuisuuden kriisit.....	62
6.1.4 Vanhuuden kriisit	83
6.2 Ratkaisuja kriiseihin	88
6.2.1 Ratkaisuja kriiseihin lapsuuden perheen piirissä.....	88
6.2.2 Sodan ja köyhyyden kokemuksista selviytyminen	92
6.2.3 Keinoja selviytyä kovista koulukokemuksista	94
6.2.4 Työelämän kriisien ratkaisut	96
6.2.5 Apua terveysongelmiin	98
6.2.6 Parisuhteen ristiriitoja ratkomassa	102
6.3 Kriisikokemukselle annetut merkitykset.....	104
6.3.1 Itseymmärrystä ja vahvistumista	104
6.3.2 Ymmärrystä muita ja maailmaa kohtaan	106
6.3.3 Kriisi tienä uuteen elämään	107
6.3.4 Kriisi vailla merkitystä, sekä neutraalisti tai negatiivisesti tulkitut kriisit	108
7 YHTEENVETO JA POHDINTA	110
7.1 Tulosten yhteenveto ja pohdinta.....	110
7.1.1 Yhteenvetona kriisien luonteesta ja olosuhteista.....	110
7.1.2 Yhteenvetona kriisien ratkaisuista	114
7.1.3 Yhteenvetona kriisien merkityksistä	117
7.2 Tutkimusprosessin pohdintaa	118
Lähteet	121
Liite.....	128

1 ALUKSI

Kuunnelkaa mummojanne ja vaarejanne nuoret tuloksentekijät sen sijaan, että puhutte kestävyysvajeesta ja kauhistelette vanhenevaa väestöä kuin suurta karjalaumaa, joka on tallaamassa teidän tulevaisuutenne nurmikot sileiksi. (Nimim. Elämä on)

Vuoden 2019 eduskuntavaalien kampanjointi toi taas mukanaan kasapäin vaalilupauksia. Ilmasto- ja maahanmuuttokysymykset vaikuttivat vievän päähuomion myyntipuheissa ja vaaliväittelyissä, mutta moni poliitikko tai sellaiseksi haluava vetosi myös vaaleissa toistuvaan ikiteemaan, ikääntyvään väestöön ja vanhusten oikeudenmukaiseen kohteluun. Alkuvuodesta laajaa julkista keskustelua käytiin vanhusten hoidon huonosta laadusta ja asiakasturvallisuuden vaarantumisesta. Taustalla olivat Valviran tarkastuskäynnit vanhustenhoidon kohteisiin, jotka oli valittu Valviralle tulleiden ilmoitusten perusteella. Tarkastuksissa tuli esille merkittäviä ongelmia muun muassa niukassa henkilöstömäärässä, lääkehoidon toteutuksessa, vastuuhenkilöiden paikallaolossa sekä saattohoidossa (Aluehallintovirasto 2019). Ikääntyvä väestö on välillä muistettu ottaa osaksi myös sote-keskustelua, mutta hallituksen erottua sote-uudistuksen kariutumisen myötä maaliskuussa 2019 nähtäväksi jää nyt, miten ikääntyvien sosiaali- ja terveystalvet huomioidaan jatkossa. Eduskuntavaaliehdokkaiden puheet hyvästä vanhuudesta saattavat toki nousta aidoista tarkoitusperristä, mutta kiistatonta on äänestysikäisten ”harmaantuminen”, mikä tekee ikääntyvistä suuren äänestäjäryhmän, jonka ääniä kannattaa kalastella – varsinkin, kun nuorten äänestysaktiivisuus on tunnetusti ollut heikkoa. Esimerkiksi vuoden 2017 eduskuntavaaleissa 55-69 -vuotiaiden äänestysprosentti oli 80, kun 18-24-vuotiaista äänioikeuttaan käytti vain 47 prosenttia (Borg & Pikkala 2017).

Äänestysikäisten harmaantuminen on osa suurempaa väestörakenteellista muutosta. Tilastokeskuksen (2015) ennusteen mukaan yli 65-vuotiaiden osuus Suomen väestöstä kasvaa vuoteen 2030 mennessä 26 prosenttiin, ja tälläkin hetkellä 65 vuotta täyttäneitä on väestöstä jo 21,9% (Tilastokeskus 2019). Kehityssuunta ei koske vain Suomea, vaan esimerkiksi Eurostatin (2018) mittausten mukaan yli 65-vuotiaiden osuus on kasvussa kaikissa EU:n jäsenvaltioissa, EFTA-maissa ja

ehdokasmaissa. Ilmiötä selittävät yhtäältä alhainen syntyvyys, joka pienentää nuorten osuutta väestöstä, ja toisaalta pitkäikäisyyden lisääntyminen. Jälkimmäisestä kertoo myös Eurostatin ennuste (2018) yli 80-vuotiaiden väestöosuuden kaksinkertaistumisesta vuosina 2017–2080. Pitkäikäisyyden lisääntyminen tarkoittaa myös sitä, että eläkkeelle siirtymisen ja kuoleman väliin saattaa hyvin mahtua kolmannes koko ihmisen elämästä. Olkoon kyse sitten talouspolitiikasta, elinikäisen oppimisen strategioista, sote-ratkaisuista tai elämänlaadun ja onnellisuuden arvioinnista, näin suurta joukkoa ihmisiä – tai pitkää jaksoa yksilön elämästä – on mahdotonta sivuuttaa. Ikääntyvien hyvinvointia ja kokemusmaailmaa käsittelevää tutkimusta tehdään kiitettävästi muun muassa gerontologian, sosiiaalipsykologian ja hoitotieteen piireissä. Aikuiskasvatustieteessä tutkijoiden huomio on kiinnittynyt erityisesti työikäisiin – onhan yksi sen merkittävimpiä tutkimuskohteita vahvasti työelämään kietoutuva aikuiskoulutus. Jatkuvaa oppimista, koulutusta ja kasvatusta tutkiva aikuiskasvatustiede tarjoaa kuitenkin näkökulmia kaikkiin ikävaiheisiin. Ikääntyvän väestön hyvin tavoittavan vapaa sivistystyön ja sen puitteissa tapahtuvan non-formaalien oppimisen tutkiminen onkin hyvin tunnettu aikuiskasvatuksen tutkimusalue. Ikääntyneiden informaalien, arjessa ja elämän tuoksinassa tapahtuvan oppimisen tutkimiselle olisi mielestäni enemmän tilausta. Siksi tässä opinnäytetyössäni asetunkin tarkastelemaan ihmisen elämänlaajuista ja elinkäistä ihmisenä kasvua ja oppimista sekä tämän kasvun ja oppimisen olemusta. Kasvatustieteen siltatiedeluonteen mukaisesti ammennan tutkimukseeni paljon lähitieteistä, sosiologiasta, psykologiasta ja filosofiasta.

Tämä tutkimus on tarina tarinoista – ja tarinoiden tarinallisuudesta. Näiden elämäntarinoiden takana ovat tavalliset suomalaiset naiset ja miehet, jotka kirjoittaen kertovat kohtaamistaan vastoinkäymisistä ja niistä selviämisestä. Tutkimuksen kantavana teemana ja tutkimuskohteena on kriisi – pysäyttävä elämäntilanne, jonka käsittelyyn ihmisellä ei ole välittömästi keinoja tai voimia. Tarkasteltavina on näiden kriisien ja vastoinkäymisten luonne, muiden ihmisten rooli kuvatuissa tapahtumissa, ongelmiin löydetyt ratkaisut sekä kokemuksille annetut merkitykset. Tutkimuksen tarkoituksena onkin lisätä ymmärrystä ikääntyvien suomalaisten kriisien ja vastoinkäymisten kokemuksista sekä niistä merkityksistä, joita ikääntyvät itse niille antavat. Näitä kokemuksia pyritään kuvaamaan ja tulkitsemaan narratiivisessa ja elämäkerrallisessa kehyksessä ihmisen koko elämänsä kulku huomioiden. Kasvatustieteen yhtenä tarkoituksena on kasvun olemuksen

kuvaaminen, ja se on myös tämän tutkimuksen ytimessä. Kiinnostus kohdistuu siihen, tapahtuuko kriisien kautta kasvua ja millaista tämä kasvu on olemukseltaan. Tutkijana ennako-olettamukseni on ollut, että elämäkokemuksesta ja saavutetusta etäisyydestä koettuihin kriiseihin voi kummuta erityisen syvää ymmärrystä. Tästä syystä juuri ikääntyvät ihmiset ovat tutkimuksen kannalta tarkoituksenmukainen kohdejoukko. Narratiivisten tutkimuksen traditiossa elää edelleen vahvana ajatus antaa ääni niille, jotka ovat yhteiskunnassa olleet vaiennettuina. Iäkkäiden näkeminen hiljaisena ja alistettuna ryhmänä on turhan alentava näkökulma, mutta kiistatonta on se, että varsinkin kaikista vanhimman kansanosan yksilölliset ja värikkäät elämäkokemukset kaikkine suruineen ja iloineen voisivat saada enemmänkin tilaa niin mediassa kuin akateemisessa tutkimuksessa. Eläkeiän rajan ylittäminen ei tarkoita elämän loppumista ja kuoleman odottelun alkamista. Edessä ovat usein vielä niin sanotut kolmas ja neljäs elämä – ja kenties ne elämän kaikista parhaat vuodet.

Tämä tutkimusraportti rakentuu niin, että luvut 2 ja 3 luovat tutkimusaihetta koskevan teoreettisen perustan, niin että aluksi avataan elämäntulkun, ikään ja vanhenemiseen liittyvää käsitteistöä ja tutkimusta, minkä jälkeen siirrytään käsittelemään kriisin kokemusta osana elämäntulkua. Teoreettinen pohjustus jatkuu luvussa 4, joka keskittyy tutkimuksen metodologiaan, eli kokemuksen tutkimiseen, narratiivisuuteen, muistamiseen ja elämäkerrallisuuteen. Luku 5 esittelee tutkimuksen tarkoituksen, tutkimuskysymykset, käytetyt tutkimusmenetelmät, analyysin vaiheet sekä tutkimuseettiset kysymykset. Luku 6 koostuu tutkimuksen tuloksista ja luku 7 tulosten ja koko tutkimusprosessin yhteenvedosta.

2 ELÄMÄNKULKU JA ELÄMÄN VAIHEET

Yhden tarinan loppu hämmöttää. Ihmisiä syntyy ja kuolee, mutta maapallo jatkaa pyörimistään. (Nimim. Ninjamies)

Tässä luvussa rakennetaan teoreettista perustaa yhdelle tutkimuksen keskeiselle teemalle, elämäkululle. Elämäkulku on yksi tutkimuksen ydinkäsitteistä yhtäältä siksi, että analysoitavina ovat tutkittavien elämäntarinat lapsuudesta kirjoitushetkeen, ja toisaalta siksi, että tavoitteena on tarkastella elämäkulun käsitteen avulla kirjoittajien elämän muutoskohtia eri elämänvaiheissa. Tässä luvussa kuvataan myös elämäkulun käsitteeseen kiinteästi liittyviä iän ja vanhenemisen erilaisia, esimerkiksi kulttuurisesti ja yksilöllisesti rakentuvia merkityksiä.

Elämävaiheista nostan juuri vanhuuden keskiöön siksi, että tutkittavat ovat elämäntarinoidensa kirjoitushetkellä oman elämänsä illassa, tai vähintään alkuiässä, ja tutkimuksen tavoitteena tuottaa lisää tietoa nimenomaan iäkkään ihmisen kokemusmaailmasta. Tutkittavien kokemat kriisit ja vastoinkäymiset asettuvat yksilöllisesti eri kohtiin heidän elämäkulkuaan, mutta heitä kaikkia yhdistää se, että kriisejä tarkastellaan kirjoituksissa kirjoitusajankohdasta, vuodesta 2013 käsin, jolloin he kaikki ovat vähintään 60-vuotiaita, ja vanhimmat jo lähes 90-vuotiaita. Luvun loppuksi – sekä eräänlaisena elämäkulun yhteenvetona, että pyrkimyksenä syventää aiheen käsittelyä – tarkastelen elämään ja kuolemaan liittyviä kysymyksiä.

2.1 Elämäkulun käsite

Ihmisen tarve jakaa elämä eri ikäkausiin ei ole ilmiönä uusi, vaan ikänormeja ja elämän jaottelua pidetään lähes yhtä vanhana ilmiönä kuin ihmisen historiaa. 35 000 vuoden takaa löytyy todisteita ruumiiden varustamisesta muun muassa ravinnolla kuolemaa seuraavaa vaihetta varten. Vähitellen myös elämänsisäisiä siirtymiä, kriisejä, alettiin merkitä yhteisöllisin rituaalein. Useimmat antiikin ja keskiajan kirjoittajat näkivät ihmiselämän äkillisten muutosten jaksottamana, mutta toisaalta sukupolvien välinen yhteys ja yhteisöllisyys toivat elämiin jatkuvuuden

tuntua. Keskiajalla elämänkulkuajattelu oli rikasta tieteissä ja taiteissa, ja renessanssin kuvastoissa kuvattavana oli usein ajan tuhoava puoli. 1700-luvulla elämänkulusta alettiin kiinnostua myös empiirisen tutkimuksen näkökulmasta, ja 1800-luvulla havaittiin ikäkohorttien merkitys yhteiskunnallisessa järjestyksessä. (Tuomi 2000, 13–14.)

Ympäröivä yhteiskunta, vallitsevat ajattelutavat ja elämänpiirimme luovat tammamme hahmottaa elämämme kulkua. Filosofisessa yhteiskuntatarkastelussaan Airaksinen (2002, 54–55) katsoo yhteiskuntien jakautuvan kolmeen tyyppiin, joista useampi kuin yksi voi esiintyä kussakin yhteiskunnassa: perinteinen, historiallinen ja moderni. Perinteisessä yhteiskunnassa elämä on syklistä, kuin vuodenaikojen mukaista keväästä talveen kulkua; elämän sukupolviseen, yhteisölliseen pyörään synnyttään ja siinä kuljetaan täysi kierros, kunnes kuollaan. Historiallisessa yhteiskunnassa huomio kiinnittyy valtioon, jonka historiaa muistellaan: sankareita, sotapäälliköitä, suurmiehiä. Modernissa yhteiskunnassa katse kääntyy kohti tulevaa: historia on kurjan elämän outo mysteeri ja tulevaisuus täynnä tieteen, tekniikan ja talouden mahdollisuuksia. Postmodernin Airaksinen esittää vielä kysymysmerkinä, mutta tärkeänä pohdittavana: mitä tapahtuu esimerkiksi iän ja ikääntymisen merkityksille, jos tulevaisuutta värittävät työn kahlitsevuudesta vapautuminen sekä kulttuurin ja arvojen moninaisuus? Millainen on tulevaisuuden elämänkulku?

Elämänkulku (*life course*) ajatellaan nykyään ensisijaisesti sosiologisena käsitteenä, jolla kuvataan elämän prosessiluonnetta ja yhteiskunnallisten tekijöiden vaikutusta siihen, miten yksilö rakentaa elämänsä. Se on elämänkaarta (*life cycle*) jossain määrin joustavampi käsite, sillä elämänkaariajatus keskittyy yksilön sisäisten, esimerkiksi geneettisten ja biologisten, tekijöiden vaikutukseen. (Marin 2008, 28.) Tuomi (2000, 14–16) pohtii elämänkulun erilaisia metaforia ja muotoja, joista ympyrä ja kaari ovat kaksi yleisintä. Kaari-metaforaan sisältyy ajatus kasvusta ja kuihtumisesta, jotka kuvattiin uuden ajan taitteessa esimerkiksi vasemmalta nousevina ja oikealla laskevina ”elämänaskelina” tai kasvua ja kuihtumista symbolisoivana puuna, joka nousee maasta, mutta kaartuu taas elämän lopussa alaspäin, kohti kuolemaa. Ympyrä-metafora lienee osa pythagoralaista ja hippokraattista perinnettä, jossa elämä oli kuin kehä tai ympyrä, ja aikakäsitys syklinen. Tällaisessa elämänsyklissä ei synny koskaan mitään uutta, vaan samat asiat vain

ottavat eri ilmiöitä. Ympyrän ja kaaren lisäksi kolmantena elämänsyklyn metaforana on ollut etenevä viiva -metafora, joka taas perustuu ajatukseen jonkin todellisuuden synnystä. Sen taustalla on 1700-luvulla syntynyt ajatus universumista ja yhteiskunnasta ajassa kehittyvinä järjestelminä - analogia, joka ulottuu myös yksilöön ja tähän kehitykseen. Tuomen mukaan tällä kehitysajattelulla on nykyään niin vahva asema, että kaikki metaforat, niin elämänsyklyn kuin -kaaretkin, viittaavat sisällöllisesti etenevä viiva -metaforaan.

Näihin elämän metaforiin liittyy monimerkityksellisyttä, ja eri termien rajat ovat sumeita. Elämänsyklyn tarkoittavan englanninkielisen termin *life cycle* suora käännös on oikeastaan elämänsykli tai elämänsykli. Käsitteellisesti ei voida myöskään tehdä sellaista yksinkertaistusta, että elämänsykli olisi sosiologinen ja elämänsykli psykologinen käsite. Kehitys- ja persoonallisuuspsykologian tutkijoiden Nurmen ja Salmela-Aron (2000) käsittelyssä termit risteävät: Kehityspsykologisessa tutkimuksessa elämänsykli tarkoittaa ihmisen kehityksen jatkumista läpi elämän niin, että aiempi kehitys luo pohjaa myöhemmälle kehitykselle, mutta ei määritä sitä; kehitys voi aina suuntautua uudella, ennakoimattomalla tavalla. Nurmi ja Salmela-Aro huomauttavat, että myös kehityspsykologisessa elämänsykli tutkimuksessa tulee huomioida yksilön ympäristön, so. sosiologisten ja historiallisten tekijöiden vaikutus hänen kehityksensä. Nähdäkseni määrittely lähestyy elämänsyklyn käsitettä, vaikka psykologinen tutkimus toki korostaa biologisia tekijöitä ihmisen kehityksessä enemmän, kun taas sosiologisen tutkimuksen ydin on yhteiskunnallisissa ja yhteisöllisissä tekijöissä. Yhtä kaikki, sekä elämänsyklyn että elämänsyklyn tutkimus ovat vaikuttaneet siihen, että lapsuudenajan kehityksen lisäksi on enenevässä määrin kiinnostuttu aikuisuuden ja vanhuuden tutkimisesta (Ruoppila 2004, 35).

Käytän tutkimuksessani elämänsyklyn käsitettä, sillä koen sen luontevaksi termiksi ihmiselämän kokonaisvaltaisen kehityksen käsittelyssä. Määrittelen sen tässä yhteydessä aktiivisen yksilön tavaksi yhdessä muiden ihmisten kanssa rakentaa ja viedä eteenpäin elämäänsä. Vilkkoo (2000, 75) mukailen esitän, että elämänsykli muodostuu vaiheista (lapsuus, nuoruus, aikuisuus, vanhuus) ja niitä jaksottavista siirtymistä (kuten syntymä, kouluun meno, työelämän alku, naimisiin meno, lasten saaminen ja eläkkeelle siirtyminen). Monet näistä siirtymistä ovat yhteiskunnallisesti niin vakiintuneita, että ne vaikuttavat myös niiden yksilöiden elämään, jotka kulkevat vähemmän tyypillisiä polkuja. Elämänsyklyn tarkastelussa

on syytä huomioida ne biologiset, sosiaaliset, yhteiskunnalliset ja historialliset tekijät, jotka kyseiseen prosessiin vaikuttavat. Yksilön kehitystä suuntaavat hänen ajattelunsa ja toimintansa, hänen vaikutuksensa ympäristöönsä sekä ympäristön vaikutus häneen. (Aikuis-)kasvatustieteilijänä oma näkemykseni elämäkulusta kietoutuu ajatukseen elinikäisestä ja elämänlaajuisesta ihmisenä kasvamisesta, millä tarkoitan syntymästä kuolemaan sekä kaikilla elämän osa-alueilla tapahtuvaa, (yksilön itsensä positiivisena pitämää) muutosta yksilössä.

2.2 Ikä ja elämän vaiheet

Kun halutaan ymmärtää yksilöllistä elämäkulun muotoutumista, on kiinnitettävä iän tai ikävaiheen lisäksi huomioita siihen, miten ikäkäsitykset muovautuvat sosiaalisesti tietyssä ajassa ja paikassa (Rantamaa 2008, 51). Sinikka Hakonen avaa iän monitasoisuutta erittelemällä erilaisia ikäkäsityksiä. Kronologinen kalenteri-ikä on tarkka, mutta kapea-alainen tapa määritellä ihmisen ikä. Biologinen ikä viittaa fyysiseen toimintakykyyn, ja se voi vaihdella kalenteri-ikänsä saman ikäisillä. Sosiaalinen ikä ilmenee kulttuurisina ikäkoodeina ja merkityksinä; sitä voi jäljittää iän mukaisena pukeutumisena, paikkoina, elämäntapoina tai tyyleinä. Persoonallisella tai subjektiivisella iällä tarkoitetaan yksilön itsensä määrittämää ikää ja sen henkilökohtaista kokemista. Ikäkäsitykset voivat hyvin olla myös kaikkia näitä yhtä aikaa. Ikänormeja kyseenalaistamalla ja rikkomalla voidaan esimerkiksi luoda lisää tilaa vanhuuden merkitysmaailman rikkaudelle. (Hakonen 2008, 39–45.) Samalla on hyvä muistaa, että kronologisen iän merkitystä ei voi sivuuttaa; se muodostaa edelleen yhteiskunnassa elämänvaiheiden ja yksilöllisen kehityksen määrittelyn perustan. (Rantamaa 2008, 65.)

Vielä 1500-luvulla ihmiset eivät välttämättä tienneet kronologista ikäänsä, ja Suomessakin syntymätietojen kirjaaminen kirkonkirjoihin alkoi yleistyä vasta 1600-luvulla. Lihan ja hengen erottaminen toisistaan kristillisessä perinteessä on muokannut länsimaista ajattelua kronologisen ja subjektiivisen iän eroista. Uudella ajalla näkemystä vei eteenpäin Kierkegaard, jonka mukaan elämäkulua ei voi tarkastella kronologisesti, vaan siinä on kyse muutoksesta yksilön etiikassa, estetiikassa ja uskonnollisuudessa. Eksistentiaalistien mielestä elämäkulku liittyy olemassaoloon, ei ikään, ja elämäkulua ei tulisi tarkastella erillään yksilön

kulttuurista ja historiasta. (Tuomi 2000, 36.) 1800-luvun lopulta aina 1970-luvulle läntisissä yhteiskunnissa ikätietoisuus ja ikäerottelu olivat erityisen vahvoja ilmiöitä, sillä tällä välillä oppivelvollisuuden, täysi-ikäisyyden ja vanhuuseläkkeen kaltaiset instituutiot alkoivat määrittää elämäntulkua. Neuvolat ja koulut huolehtivat lapsista, vanhustenhuolto vanhoista. Vaikka rajat eri elämänvaiheiden välillä ovat sumentuneet ja esimerkiksi nuoruusaika pidentynyt, voidaan edelleen puhua selkeästä ikätietoisuudesta yhteiskunnassa. (Julkunen 2008, 15–16.) Tärkeää on myös muistaa, että yksilön minän tai minuuden ajattelu on historiallisesti melko uutta. Kollektiivisesta ihmisestä on vähitellen tullut yksilöllinen subjekti. (Lehtinen, Kuusinen & Vauras 2007, 16.) ”Ei kukaan kysynyt, mitä *minä* halusin, eikä minulla tullut mieleen edes miettiä, että sillä olisi väliä. Vasta nyt sitä on pysähtynyt miettimään, kuka oikeastaan on mitä haluaa!”. Maauimalassa kuultu eläkeläisnaisen kommentti ja hänen ikätoveriensä myötäily kertovat omaa tarinaansa minäprojektien tuoreudesta.

Kronologinen ikä tarjoaa vaihtelevasti apua oman identiteetin rakentamiselle. Ystävänä kertoi juuri, kuinka hän oli lääkärissä ollessaan joutunut myöntämään, ettei muista ikäänsä. Täytettyään kolmekymmentä hänestä on tuntunut jokseenkin samantekevältä, kuinka monta vuotta siihen on kertynyt lisäksi, ja silti lääkärin edessä hän nolostui ymmärtäessään, miten kummallista on olla tietämättä omaa ikäänsä. Iäkkäiden suomalaisten iän kokemista tutkineen Virpi Uotisen (2005, 50–52) mukaan subjektiivinen ikäkokemus heijastaa sekä kulttuurisia että sekä yksilön omiin kokemuksiin perustuvia käsityksiä siitä, millaisia rajoituksia ja mahdollisuuksia eri ikävaiheet tarjoavat. Kokemus omasta iästä on yleensä kronologista ikää nuorempi, vaikkakin suomalaisilla ero koetun ja kronologisen iän välillä on huomattavasti pienempi verrattuna esimerkiksi yhdysvaltalaisiin iäkkäisiin. Kuolleisuudella ja subjektiivisella iällä on yhteys siten, että kokemus itsestä ikäistään vanhempana ennakoi kuolemaan johtavaa terveyden heikkenemistä. Uotinen pohtii, että subjektiiviseen ikään todennäköisesti vaikuttavat eri elämänvaiheissa erilaiset tekijät.

Rantamaa kirjoittaa (2001, 68–70) elämäntulkun kronologisoitumisesta, eli elämäntulkun jakautumisesta entistä lyhyempiin vaiheisiin, mikä sekoittaa elämäntulkun perinteistä jaottelua lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen ja vanhuuteen. Tämä ei välttämättä tarkoita iän merkityksen korostumista, sillä samaan aikaan ikänormit ovat menettäneet yhteiskunnallista merkitystään ja eri ikäkausien rajat

ovat hämärtyneet. Jos tällaisen yhtenäisikäkulttuurin katsotaan olevan voimistumassa, herää kysymys siitä, millaisiin arvoihin se perustuu. Nuoruuden ja nuorekkuuden arvot ovat siirtyneet osaksi aikuisuutta ja vanhuuttakin. Jyrkämän mukaan (2001, 268–270) eliniän piteneminen on kuitenkin myös tosiasia, jonka vaikutuksena on vanhuusväestön entistä suurempi heterogeenisyys; kuudenkymmenen ja sadan ikävuoden väliin mahtuu terveydentilaltaan, taustoiltaan ja elämäntilanteiltaan moninainen joukko.

2.3 Suomalainen elämäntilanne ja sukupolvet

Tämän tutkimuksen aineisto koostuu suomalaisten elämäntarinoista, joten on syytä rakentaa esiyymmärrystä siitä, millainen tyypillinen elämäntilanne oli Suomessa 1900-luvun toisella neljänneksellä. J. P. Roosin (1987, 53) nelijakoa käyttäen voidaan puhua neljästä suomalaisesta sukupolvesta: 1) **sotien ja pulan sukupolvi** (noin 1900–1930 syntyneet), 2) **sodanjälkeisen jälleerakennuksen ja nousun sukupolvi** (noin 1925–1940), 3) myös suurina ikäluokkina tunnettu **suuren murroksen sukupolvi** (sodan aikana tai sen jälkeen 1940-luvulla syntyneet) ja 4) **lähiöiden sukupolvi** (1950-luvulla syntyneet). Jaon perustana on ajatus yhteisistä kokemuksista, jotka mahdollistavat ainakin jossain määrin samoin ajattelevan ja toisiaan ymmärtävän ryhmän (Hoikkala & Paju 2008, 271). Roosin 30 vuoden takaista jakoa täydentävät ehdotukset näitä neljää sukupolvea seuranneista, 1960-luvun puolivälissä ja hieman sitä myöhemmin syntyneestä **hyvinvoinnin sukupolvesta** ja 1980- ja 1990-luvuilla syntyneestä **yksilöllisen valinnan sukupolvesta** (Hoikkala & Paju 2008, 280–289). Tämän tutkimuksen kohdejoukkoa voidaan pitää lähinnä sodanjälkeisen jälleerakennuksen ja nousun sukupolven sekä suuren murroksen sukupolven edustajina, sillä kirjoittajat ovat syntyneet noin vuosina 1925–1953. Kirjoittajien iät kirjoitushetkellä, vuonna 2013, ovat jakautuneet seuraavasti: 60–69 -vuotiaita on 16 kirjoittajaa, 70–79 -vuotiaita kahdeksan ja 80–88 -vuotiaita neljä. Aineiston nuoremmat, vuonna 2013 alle seitsemänkymmentävuotiaat edustavat täten suuria ikäluokkia.

Sodanjälkeisen jälleerakennuksen ja nousun sukupolven edustajan tyypillisessä tarinassa maailmansodasta on olemassa muistikuvia. Hätää ja puutetta on yleensä koettu, koti on ollut maaseudulla, on hankittu ammattikoulutus, muutettu

kaupunkiin ja muodostettu perhe. Hankalien vuokramarkkinoiden takia on tehty paljon töitä oman kodin saamiseksi, ja raadanta on usein tuonut mukanaan sairauksia. Joku on saattanut jäädä maaseudulle ja kokea toimeentulon ehtymisen viimeistään 60-luvulla, toinen on muuttanut Ruotsiin, kolmas joutunut työkyvyttömyyseläkkeelle. Ideaalina on kuitenkin ollut hyvä toimeentulo, oma asunto ja kunnonkasvatetut lapset. Seuraavalla, suuren murroksen sukupolvella, lapsuus on ollut jo paremman kasvuympäristön aikaa, usein maaseudun idylliä, jossa lasten ja nuorten on kuitenkin ollut pakko osallistua suurissa määrin työntekoon. Suoranaista puutetta ei yleensä ole ollut, mikä luo edelliseen sukupolveen nähden selkeän eron. Tälle sukupolvelle yhteisiä kokemuksia ovat olleet maaltamuutto, koulun merkityksen vahvistuminen, ammattikoulutuksen korostuminen, työttömyyden ongelmat ja asunnon rakentamisen sijaan sitä varten säästäminen. Aineiston aivan nuorimpia kirjoittajia voidaan pitää myös lähiöiden sukupolvien edustajina. Poikkeama edelliseen sukupolveen ei ole suuri, mutta erona voidaan pitää lähiöitä kasvuympäristöinä ja sukupolven edustajien suhtautumista koulutukseen. (Roos 1987, 54–56.)

Historiaan kietoutuvien elementtien lisäksi ihmisten elämäkulussa on myös joi-tain pysyvämpiä asioita, kuten parisuhteen aloittaminen, lasten hankinta tai kuolema. Muuttuvaa niissäkin on kuitenkin ajoitus ja muoto, mikä näkyy esimerkiksi siinä, että avoliitot ovat yleistyneet, lasten lukumäärä on laskussa ja elinajan-odote on kasvanut. Väestöllisiä elämäntapahtumia tarkastellessa voidaan tavoit-taa mielenkiintoisia säännönmukaisuuksia, jotka kertovat sukupolvien eroavai-suuksista, vaikka elämäntapahtumiin liittyy luonnollisesti myös vaihtelua ja yksi-löllisiä valintoja. (Martelin, Pitkänen & Koskinen 2000, 38–41.) Myös he, jotka va-litsevat elämänpolkunsa sivussa valtateistä, kantavat mukanaan yhteiskunnassa esiintyviä normeja ja odotuksia. Lisääntynyt kiinnostunut yksilöllisiin elämäntapoi-hin ja ”oman tien löytämiseen” voi johtaa siihen, että pian perinteinen elämän-kulku avioitumisineen, päivätöineen, lapsineen ja vanhana eläköitymiseen muut-tuu poikkeukseksi eräänlaisesta yksilöllisyyden normin paradoksista. Toisaalta näennäisen yksilölliset valinnat heijastelevat myös laajempia trendejä yhteiskun-nassa, jolloin vaikkapa läpi elämän opiskelusta, vapaaehtoisesta lapsettomuus-ta tai myöhään elämässä hankitusta pienestä lapsimäärästä, joustavista työs-kentelytavoista tai aktiivisesta vanhuudesta voi tulla uusi normi. Yhtäältä yhteis-kunnalliset instituutio ja toisaalta ihmisen biologia asettavat omat rajansa näille

muutoksille. Nurmen ja Salmela-Aron mukaan (2000, 81) elämänculussa tapah-tuneet muutokset ovat siinä määrin monimutkaisia, ettei niitä voi kuvata akselilla normatiivisuuden lisääntyminen vs. väheneminen. Esimerkiksi avioliiton institu-tionaalisen merkityksen väheneminen ja lasten hankinnan kyseenalaistaminen osoittavat kehitystehtävien muuttumisen vähemmän iänmukaisiksi, mutta tämä ei kumoa sitä, kuinka suuri merkitys institutionaalisella elämän organisoinnilla edel-leen on. Elämänculussa on yksilöllistä vaihtelua, mutta suurin osa käy keskeiset siirtymät edelleen läpi.

2.4 Vanheneminen ja vanhuus

Vanhenemista voidaan kuvata iän lisääntyessä – eli ajan kuluessa – tapahtuvaksi muutokseksi. Teorianäkökulmasta riippuen vanhenemisen voi ajatella olevan vä-hittäistä biologista rappeutumista, suhteellisen stabiilia kypsymistä tai eri tavoin tieteen ja yhteiskunnallisen tuen avulla kompensoitavissa olevaa kehitystä. (Ma-rin 2008, 30–31.) Vanhuuden alkupisteen määrittely riippuu siitä, mitä vanhuuden aluetta tutkitaan. Samoin vanhuuden määrittelemine vaatii niin biologisten, so-siaalisten kuin psyykkisten tekijöiden huomioimisen. (Raitanen, Hänninen, Paju-nen & Suutama 2004, 7.) On syytä panna merkille myös eri ikäkausiin liittyvien ”ikärajojen” ja ikäkausista käytettyjen termien vallankäytöllinen luonne. Raija Jul-kunen (2008, 18) kirjoittaa siitä, kuinka ”vanhan” ja ”vanhuuden” korvaaminen nuorekkaimmilla termeillä, kuten ”seniori” tai ”kolmas ikä” voi olla pyrkimystä käy-täntöjen ja käytöksen muokkaamiseen. Aina voi kysyä, yritetäänkö vanhalta viedä oikeus olla vanha? Kuinka toimelias, elämäniloinen, aikaansaava, luova, harrastava tai tuottava ikääntyneen tulee olla ollakseen oikealla tavalla vanha? Toisaalta ns. kolmas ikä, noin ikävuosien 60 ja 80 välille sijoittuva ”nuorten van-husten” joukko, on entistä terveempää ja toimeliaampaa eikä välttämättä sa-maistu yli 80-vuotiaisiin, joiden toimintakyky voi olla merkittävästi heikompi (vrt. Heikkinen 2000, 223).

Airaksinen pohtii vanhuuden muista ikäkausista poikkeavaa luonnetta: aikuinen palaa mielessään lapsuuteensa ja vanhus muistelee lapsuutta ja aikuisuutta, mutta vanhuutta ei voi muistella seuraavan ikävaiheen astetta objektiivisem-

masta asemasta. Harva myöskään odottaa vanhuutta, kuten vanhempia sisarusiaan ihaileva lapsi saattaa odottaa nuoruusvuosia tai nuori aikuisuutta ja sen tuomia mahdollisuuksia. Toisaalta juuri se, että vanhuus loppuu kuolemaan ja se on silti elettävä ”hyvin”, tekee siitä mielenkiintoisen. (Airaksinen 2002, 9–16.) Ajan käydessä vähiin ihminen suuntautuu muistelemaan ja arvioimaan elämäänsä. Samaa aikaan kognitiivisessa toiminnassa ja fysiologiassa tapahtuu terveimmillään yksilöillä heikentymistä. Voi olla myöhäistä toteuttaa toteutumattomia unelmia, ja vaikka elämään oltaisiinkin tyytyväisiä, vakava sairaus tai läheisen menettäminen saattaa tehdä viimeisistä vuosista toisenlaisia kuin kuvitelmissa. Tällaisten menetysten aktiivinen työstäminen auttaa pitämään yllä psyykkistä tasa-painoa (Saarenheimo 2004, 142). Yksittäinen puute, trauma tai menetys ei suoraan johda mihinkään yksittäiseen häiriöön, vaan ihmisellä on taipumus sopeutua, muovautua ja eheytyä (Hari ym. 2015, 47).

Vanheneminen on aina jossain määrin tutusta ruumiinkuvasta luopumista ja uudenlaisen kehosuhteen luomista. Oma keho on aina lähellä – siihen ollaan ”sidottuna”, tahdottiin tai ei. Iäkäs ihminen kertoo kehollaan hyvästä tai pahasta olosta, levottomuudesta, yksinäisyydestä, vuorovaikutuksen tarpeesta. (Siltala 2004, 152–153.) Monet sairaudet, liikkumisen vaikeus, aistien heikentyminen, tehty työ, sodittu sota tai hoidetut lapset näkyvät kehossa. Tarkkasilmäinen voi nähdä vuosikymmenten naurut ja murheet vanhan ihmisen kasvoilla. Oman isoäitini kädet kertoivat raskaasta työstä, isoisäni linkkaava kävely muistuttaa hänen nuorena polveensa saamasta luodista. Kehollisuutemme sitoo meidät maailmaan ja paljastaa meidät toisille – ainakin osittain.

Jos lihaskunto vähenee ja aistit heikkenevät, ihminen ei enää välttämättä pääse joustavasti ihmisten pariin totutulla tavalla. Hanna Uotilan iäkkäiden yksinäisyyttä käsittelevästä väitöstutkimuksesta käy ilmi heikentyneen toimintakyvyn ja yksinäisyyden kokemisen välinen yhteys. Haastatellut yli 75-vuotiaat suomalaiset pitivät yksinäisyyttä kylläkin monisyisenä, muuhunkin kuin kehon muutokseen liittyvänä ilmiönä, mutta liikuntakyvyn ja aistien heikentyminen, kivut ja sairaudet vaikeuttivat mielekkään toiminnan mahdollisuuksia ja lisäsivät siten yksinäisyyden kokemuksia. (Uotila 2011.) Ihmisten välinen vuorovaikutus on audiovisuaalisesti painottunutta, ja täten näön, kuulon tai molempien heikentyminen voi muuttaa ratkaisevasti ikäihmisen mahdollisuuksia olla mielekkäästi yhteydessä toisiin ihmisiin. Siltalan mukaan (2004, 157) monien iäkkäiden on myös vaikea aloittaa

apuvälineiden käyttö, sillä oman avuttomuuden tai vajavuuden paljastamiselle ei ole tilaa kulttuurissa. Siltala kirjoittaa vanhan ihmisen narsistisesti loukatusta itsekokemuksesta, kun hänen haavoittunutta sisäistä tilaansa esitellään ulkoisella näyttämöllä apuvälineiden muodossa. Ajattelen, että laajempi kulttuurinen muutos, kaikenlaisille kehoille annettu arvo ja tila, olisi toivotuin lääke tällaisiin kokemuksiin, mutta myös Siltalan ehdottamat lähipiiristä ja hoitohenkilöstöltä saatu ymmärtämys ja huolenpito ovat tärkeitä keinoja mahdollistaa oman kehon muutosten hyväksymistä. Ikäihmisen kehollisuutta ei pidä supistaa pelkkiin vaivoihin tai vaivojen puutteeseen. Saarenheimon mukaan (2004, 148) mielenterveyden kannalta on keskeistä, miten yksilö tunnistaa ja tulkitsee kehossaan ja kognitiossaan tapahtuvia muutoksia, elämäntapahtumia ja vuorovaikutussuhteita. Nämä ovat taitoja, joita opitaan (tai jäädään vaille oppia) jo lapsena ja koko elämänkulun aikana. Evakkolasten tunnemuistoja ja niiden yhteyttä myöhempään hyvinvointiin tutkineen Eeva Riutamaan mukaan (2016) lapsena koetut tapahtumat jättävät tunnemuistoja, jotka voidaan kokea vielä vanhallaakin iällä voimakkaina kehoistimuksina.

Jos ajatellaan Timo Airaksisen tavoin (2002, 9–10), että kukaan ei oikeastaan ole vanhuuden asiantuntija, sillä vanhuudesta hengissä selvinneitä ja elämänvaihetta reflektoidaan pystyviä ei ole olemassa, voitaisiinko kuitenkin ajatella, että vanhat ihmiset itse olisivat lähimpänä omaan elämäänsä liittyvää asiantuntijuutta? Tästä syystä kaikki vanhuutta koskeva tutkimus, jossa iäkkään oma ääni pääsee kuuluville, on ensisijaisen tärkeää, jos halutaan ymmärtää, millaista on hyvä, mielekäs tai mieleinen vanhuusajan elämä. Hakonen (2008, 36–37) kysyy, minkälaiseen ikääntymistietoon ja ikääntymiskäsityksiin esimerkiksi työelämän käytännöt, vanhuspalvelut tai päätöksenteko perustuvat? Onko vanheneminen sairaudenkaltaista rappeutumista, vai määrittäykö se yhteiskunnallisesti ja sosiaalisesti? Hakosen mukaan normatiivinen ajatus esimerkiksi onnistuneesta vanhenemisesta voi hyvää tarkoittavanakin jättää huomioimatta ikäihmisen yksilöllisenä, elämäkerrallisena toimijana.

2.5 Elämme kunnes kuolemme

Ajatus siitä, että ikää ja ikääntymistä voidaan määritellä monin eri tavoin, on arkikielestä tuttu. Puhumme sisäisen lapsen henkiin heräämisestä, jonkun ikäänsä nuorekkaammasta olemuksesta, raskaan työn lisäämästä kymmenestä vuodesta tai pikkuvanhoista lapsista. Sosiaaligerontologian professori Marjatta Marin (2008, 17–18) vie ajatusta vielä pidemmälle kysyessään, eivätkö myös elämä, syntymä ja kuolema ole sosiaalisesti ja kulttuurisesti määriteltyjä? Syntyykö ihmiselämä hedelmöityksessä, tietyssä sikiövaiheessa vai synnytyksessä? Jo sikiöllä on tiettyjä oikeuksia, ja siihen kohdistetaan toiveita ja odotuksia. Puhutaan myös ihmisen henkisestä tai psyykkisestä kuolemasta, vaikka biologinen ruumis yhä elää. Jotkut kuolevat 25-vuotiaina, mutta heidät haudataan vasta 75 vuoden iässä, kuten sanonta kuuluu. Toisaalta biologisesti kuollut ihminen voi elää toisten muistoissa ja jokapäiväisessä elämässä. Tämä kaikki kertoo Marinin mukaan siitä, että lääketieteellisesti määritellyn ruumiillis-mielellisen elämän lisäksi on myös muuta elämää, joka on osa laajempien prosessien virtaa.

Elämää ei ole helppoa ajatella miettimättä myös kuolemaa. Samoin kietoutuu kuoleman pohdinta aina jollain tavoin elämään. Voimme määritellä kuoleman elämän puuttumiseksi, mutta väite ajaa meidät vastaamaan kysymykseen, mitä elämä oikeastaan on (Scarre 2007, 4). Elämän merkityksen pohdintaa on harjoitettu läpi (filosofian) historian, mutta kuolemasta filosofoiminen ei ole ollut yhtä yleistä, eikä aina hyväksyttävääkään. Yhdysvaltalaisen filosofin Christine Overallin mukaan (2003, 1–3) filosofien välillä on ollut erimielisyyksiä siitä, kuinka kannattavaa kuoleman pohtiminen ihmiselle on; onko kyseessä masennukseen suistava ajanhukka, vai hyödyllinen tai jopa välttämätön aihe pohdittavaksi hyvän elämän saavuttamiseksi? Martin Heidegger kuvasi kuolemaa yleisimmäksi horisontiksi, jota vasten ihmiselämä nähdään. Etäisemmän asenteen kuolemaan ovat ottaneet muun muassa Spinoza, jonka mukaan kuolemaa ei tulisi lainkaan ajatella, ja vielä pidemmälle ajatuksen vienyt Wittgenstein, jonka mielestä kuolemasta ei voinut ylipäätään sanoa mitään, sillä se ei ole tapahtuma elämässä. Kristillisessä perinteessä elämä on ollut kuolemaan valmistautumista, ja elämän ajatellaan alkavan varsinaisesti vasta kuoleman jälkeen. (Airaksinen 2002, 202–203.) Tiibetin buddhalaisuudessa elämä ja kuolema ovat yhtä ja ne ovat täynnä jatkuvia käännekohtia, bardoja, joissa mahdollisuus vapautumiseen ja valaistumiseen on suurin. Kuoleman hetki on bardoista suurin ja latautunein. Se on uusi

luku elämässä ja samanaikaisesti peili, johon heijastuu elämän koko tarkoitus. (Rinpoche 1997, 28–29).

Filosofi Sami Pihlströmin mukaan (2010, 44) yrittäessämme ymmärtää elämää koemme samalla sen epävarman, rikkinäisen ja vaikeasti hallittavan luonteen. Emme voi kenties koskaan täysin ymmärtää elämää, emme arjessamme emmekä filosofiassa ajattelussa, mutta ymmärryksen syventäminen ihmettelyn avulla ei ole tavoitteena turha. Kuoleman ajatuksen torjuminen voi hetkellisesti helpottaa oloa ja auttaa elämään hetkessä, mutta lopuksi saapuu kuitenkin aika, jolloin kuoleman tulo ja kokeminen on väistämätöntä (Airaksinen 2002, 204–205). Myös Overall (2003, 1–3) kallistuu selkeästi jälkimmäisen vaihtoehdon puoleen ja ehdottaa, että kuolevaisuutemme ja elämämme keston pohdinta voi tuoda uusia tärkeitä näkökulmia filosofian ikuisiin kysymyksiin ihmiselämän tarkoituksesta ja ihmisen arvoista. Itse ajattelen, että mitä aiemmin hyväksyy elämän rajallisuuden ja kuoleman väistämättömyyden, sitä aiemmin voi alkaa elää täyttä elämää. Olin päiväkotikäinen, kun heräsin vanhempani keskellä yötä itkuihin, sekavaan huutooni. Olin herännyt kirkkaana piirtyvään ajatukseen: ”kuolen joskus”. Vanhempani tutkivat minut päästä varpaisiin eivätkä löytäneet mitään vikaa. En saanut heille sanottua, mikä minut oli herättänyt, sillä ajatus oli ensi kertaa ajateltuna liian outo ja pelottava sanallistettavaksi. Samansuuntaisia, vaikkakin vähemmän dramaattisia hetkiä olen kokenut myös myöhemmin elämässäni, kun unen ja valveen rajamailla elämäni rajallisuus piirtyy yllättäen mieleeni hämmästyttävän kirkkaana. Kriisit vaikuttavat olevan saman tapaisia pysähdyspaikkoja. Kun arki seisautuu yllättävän tapahtuman vuoksi, elämä sellaisena kuin sen on tuntenut, asettuu uuteen valoon. Olenko käyttänyt vähäiset päiväni oikein, viettänyt tärkeiden ihmisten kanssa aikaa, elänyt itseni näköistä elämää? Vastoinkäymiset muistuttavat kuoleman läheisyydestä ja elämän rajallisuudesta.

Anja Terkamo-Moisioin tuoreen väitöstutkimuksen (2016) mukaan suomalaisten suhtautuminen kuolemaan on neutraali ja sen välttely tai pelkääminen vähäistä, tosin eroja erilaisten ryhmien välillä on: kuoleman pelko on yleisintä nuorten ihmisten keskuudessa, ja naiset pelkäävät kuolemaa hiukan miehiä enemmän. Lisäksi kuoleman pelko on yleisempää parisuhteessa tai avioliitossa olevien keskuudessa, sekä niiden keskuudessa, joilla on lapsia. Erittäin uskonnolliset ihmiset pelkäävät kuolemaa vähiten, ja ei-uskonnolliset ihmiset vähemmän kuin jonkin verran uskonnolliset. Terkamo-Moisio pohtii, että neutraalin ja melko pelottoman

kuolemaan suhtautumisen taustalla voi olla suomalaisten etäännyminen kuoleman arkipäiväisyydestä, sillä kuoleminen tapahtuu nykyään pääosin sairaaloissa. ”Kuoleminen on ihan tavallista”, kuvaa sosiaalipsykologian professori emeritus Antti Eskola (2016, 208) tyttärentyttärensä sanoneen ala-asteikäisenä eräissä hautajaisissa. Mieleeni tulee myös siskonpoikani tuhahtus samassa iässä, kun aikuiset olivat ilmeisesti keskustelleet kuolemasta liian pitkään ja unohtaneet jälkiruoan tarjoilun: ”mutta me ollaan kaikki elossa, ja minä ainakin syön nyt jääteelöä”. Kaikki me kuolemme, ja sitä ennen olisi tarkoituksena elää. Kaksi vuotta ennen kuolemaansa valmistuneessa Vanhuus-teoksessaan Eskola (2016, 211) pohti, että hän ei enää yli 80-vuotiaana viitsi tuhlata aikaansa metafyyssisiin pohdintoihin kuolemasta ja olemattomuudesta. Jäänkin miettimään, onko sekä lapsessa että vanhuksessa samanlainen tarve välittömään hetkessä elämiseen. Vanhalle ihmiselle kuolema ei ole kaukainen ”aikuisten asia”, kuten lapselle, mutta ”kun ymmärtää, että elinaikaa on vähän, sen käyttöä harkitsee tarkoin”, kuten Eskola (2016, 211) asian ilmaisee.

Timo Airaksinen (2002, 203–204) kirjoittaa, että ihminen ei pysty kokemaan kuolemaa, vaikka hän pystyykin kokemaan kuoleamisen; kukaan ei palaa kuolemasta kertomaan, millaista oli kuolla – ainakaan nykyisen länsimaisen käsityksen mukaan. Vaikka kuolema siis onkin Eskolan lapsenlapsen sanoin ”ihan tavallista”, ei se ole kenellekään sitä pohtivalle henkilökohtaisesti, siis kirjaimellisesti ottaen henkilökohtaisesti, tuttua. Pihlströmin mukaan (2010, 118) kuolema ikään kuin värjää kaikkea toimintaamme, sillä se on inhimillisen toimijan perspektiivistä keskeistä. Mikä tahansa tekomme voi olla viimeisemme, ja vaikei se olisikaan, on se silti osa rajallista elämäämme, jonka tiedämme päättyvän (emt 118.) Myös huolemme, surumme tai vastuumme toisen ihmisen kuolemasta määrittyy oman kuolevaisuutemme kautta – vain kuolevaisina voimme ymmärtää elämän merkityksen toiselle olennolle (emt. 122). Harva kykenee Epikuroksen tavoin tyynesti ajattelemaan, että niin kauan kuin me olemme olemassa, ei ole kuolemaa, ja kun kuolema on, ei meitä enää ole olemassa. Moni kaipaa kuoleman kanssa eräänlaista sovintoa, joka toisi rauhan elämiseen ja veisi kuolemanpelon pois. Jotkut etsivät rauhaa tai ratkaisuja uskonnosta, toiset filosofiasta. Voi myös yrittää elää täyttä elämää toteuttamalla unelmiaan, jotta ei joutuisi kuolinvuoteellaan katuun. Ja on niitäkin, jotka käsittelevät asiaa kirjoittamalla aiheeseen liittyvän opinnäytetyön.

3 KRIISI

Mikä on kriisi? Mistä se tulee ja miten siitä selvitään? Onko luontees-sani jotain, joka altistaa kriiseille? (Iltarannan mummo)

Kriisi on keskeinen käsite tässä tutkimuksessa, koska tutkimuksen kohteena ovat iäkkäiden suomalaisten kriisin ja vastoinkäymisten kokemukset omaelämäkerrallisissa kirjoitelmissa. Kirjoituskutsu, jonka avulla kirjoitelmia on alun perin kerätty, alkaa sanoin ”Yli 60-vuotias, miten olet päässyt yli elämän isoista ja pienistä kriiseistä?”. Kutsussa ilmaistaan myös, että etsinnässä on kirjoituksia ”elämäntaidoista, muutosten kohtaamisesta sekä vastoinkäymisten kanssa pärjäämisestä”. (Elämän konkari -kirjoituskilpailu 2013.) Kriisi- ja muutosnäkökulma on ilmeinen, mikä näkyy myös kilpailuun saapuneissa kirjoituksissa. Kriisin käsitettä ei kutsussa avata enempää, vaan kirjoittajat ovat voineet itse päättää, mitkä heidän elämänsä tapahtumista ovat olleet tällaisia pieniä tai isoja kriisejä. Pidän tätä hyvänä asiana, sillä oman kokemuksen määrittämiselle jää enemmän tilaa. Myös Eija Palosaari (2008, 22) pitää kriisin käsitteeseen liittyvää monimerkityksistä käyttöä positiivisena ilmiönä, sillä se heijastelee käsitteen tärkeyttä ja yleisyyttä niin maallikoiden kuin eri ammattilaisten käytössä. Tutkijalle käsitteiden määrittelmien sumeat rajat toki asettavat haasteita. Joka tapauksessa esiyymmärrys kriisistä on tarpeellinen tämän tutkimuksen tutkimusongelman ratkaisemiseksi. Aloitan määrittelemällä erilaiset kriisit ja jatkan kriisien rooliin yksilön elämänsä eri vaiheissa. Luvun lopuksi kuvaan kriisiprosessin kulkua sekä kriiseistä ja vastoinkäymisistä selviämistä.

3.1 Kehityskriisit, elämänsä kriisit ja äkilliset kriisit

Sanana kriisi on kreikkalaista alkuperää (*krisis*), ja se on alun perin tarkoittanut käänkökohtaa, yhtäkkistä muutosta tai kohtalokasta häiriötä. Termiä on käytetty pitkään puhuttaessa talouskriisistä tai lääketieteellisessä yhteydessä sairauden kulun yllättävästä käänköstä. (Cullberg 1980, 10). Palosaaren mukaan (2008,

23) alkuperäismerkitys on pitänyt sisällään myös positiivisemmän ajatuksen kriisistä mahdollisuutena, ja kriisi-sanan käyttö on viime aikoina liikkunut takaisin kohti tällaista tulkintaa. Lienee silti kiistatonta, että kriisi mielletään enemmän negatiiviseksi kuin positiiviseksi asiaksi. Kriisiteorian pohjoismainen uranuurtaja Johan Cullberg (1980, 13) määrittelee psyykkisen kriisin sellaiseksi elämäntilanteeksi, jossa yksilön aiemmat kokemukset ja opitut reaktiotavat eivät ole riittävät käsillä olevan tilanteen ymmärtämiseen ja psyykkiseen käsittelyyn. Kriisityöntekijä Tiina Sjöblom (2011) kuvaa tätä runossaan seuraavasti: ” – – olen tavannut ihmisiä / joiden elämä yhtäkkiä / pysäytettiin / hajotettiin / murrettiin / ilman että heiltä kysyttiin / onko voimia / onko taitoja / onko viisautta / jatkaa elämää eteenpäin – –”. Sjöblomin säkeissä kriisin yllättävyys yhdistyy kriisin voimakkaaseen, arjen pysäyttämään voimaan.

Kriisin käsite ei psykologiassakaan ole yksiselitteinen. Cullbergin jaottelussa kriisi voi olla 1) kehitys- ja elämänkriisi, tai 2) yllättävä, ulkopäin tuleva kriisi. Ensin mainitut kuuluvat ”normaaliin” elämäntilanteeseen, mutta saattavat silti olla joillekin yksilöille tai tietyissä olosuhteissa raskaita. (Cullberg 1980, 14.) Erik H. Eriksonin vuonna 1950 esittämässä psykososiaalisen kehityksen teoriassa tällaisia tapahtumia kutsutaan psykososiaalisiksi kriiseiksi. Kyseessä on tehtävä tai haaste, jonka kohtaaminen tietyssä elämäntilanteessa on välttämätöntä, jotta kehittymistä voi tapahtua. Eriksonin teoriassa kehittyminen on sosiaalinen ja dialektinen prosessi, ja sen suunta – myönteinen tai kielteinen – riippuu kriisin kohtaamisen luonteesta ja lopputuloksesta. Toisin kuin Sigmund Freudin aiemmat teoriat mielen kehitymisestä, Eriksonin psykososiaalinen kehitysteoria kattaa lapsuuden ja nuoruuden lisäksi myös aikuisuuden ja vanhuusvuodet. (Lehtinen ym. 2007, 22–24.) Jokaisessa kahdeksassa elämäntilanteessa ihminen kohtaa uuden perusrisitiidän, jonka (mahdollinen) ratkaiseminen lisää ihmisen varmuutta siitä, että hän voi saavuttaa järjestyksen ja tarkoituksen elämässään (Erikson 1962, 254–256). Toisin kuin yllättävä kriisi, psykososiaalinen kriisi on siis odotettavissa oleva.

Suomalaisessa nykypsykiatriassa Eriksonin psykososiaaliset kriisit on nimetty kehityskriiseiksi, kasvuun ja vanhenemiseen liittyviksi elämänmuutoksiksi, joihin ei yleensä liity haitallisia oireita. Yllättävää kriisiä kutsutaan psykologiassa psyykkiseksi kriisiksi, ja se määritellään Cullbergin tapaan psyykkisen tasapainotilan järkkymiseksi, kun omat sopeutumiskeinot eivät riitä odottamattoman tilanteen hallitsemiseen. On yksilöllistä, kuinka paljon mielensisäistä ärsykekuormitusta

kukin yksilö kestää. Tähän vaikuttavat aiemmat kokemukset, mielenterveyden sen hetkinen tila sekä kuormitusta aiheuttavan tilanteen spesifit, psykologiset merkitykset yksilölle. Kaikilla ihmisillä kestokyky on rajallinen. (Henriksson & Lönnqvist 2011, 258–259.) Samaa kriisin yksilöllistä kokemista kuvaa Hammarlund (2010, 91) määrittäessään kriisin stressin aiheuttajan ja yksilön välisen suhteen tulkinaksi.

Traumaattisesta psyykkisestä kriisistä puhutaan, kun kriisin aiheuttanut tapahtuma selkeästi poikkeaa odotettavissa olevista muutoksista elämässä. Traumaattiselle elämäntapahtumalle on tyypillistä ennakoimattomuus, arjesta poikkeaminen, vakava uhka elämälle sekä fyysiselle koskemattomuudelle. (Henriksson & Lönnqvist 2011, 258–259.) Traumaperäisessä kriisissä koko elämä, sosiaalinen identiteetti, turvallisuus tai elämän tarkoitus koetaan vakavasti uhatuksi (Hammarlund 2010, 91). Saaren mukaan (2008, 15–16) traumalle on lisäksi tyypillistä pitkään jatkuva vaikutus ihmiseen, mikä ilmenee vaikeuksina hallita ja työstää kiihtymyksen tunnetta. Traumatisoituminen voi myös olla seurausta useamman kuin yhden (pienemmän) kriisin kasautumisesta tai kertautumisesta, jolloin kokonaistaakka muodostuu psyykelle liian suureksi (Laitinen & Uusitalo 2008, 107).

Palosaari (2008, 23–24) pitää käytännöllisenä jakaa muun muassa Cullbergin käyttämä kahtiajako kolmeen, jolloin erotellaan 1) luonnolliseen kehityskulkuun kuuluvat **kehityskriisit**, 2) elämän kulkuun kuuluvat mutta pitkäkestoista räsitystä aiheuttavat **elämänkriisit** (eli psyykkiset kriisit) ja 3) **äkilliset kriisit** (eli traumaattiset kriisit), jotka tapahtuvat yllättäen ja aiheuttavat huomattavaa kärsimystä. Asetun tässä tutkimuksessa tämän kolmijaon taakse etsiessäni ymmärrystä tutkittavien elämänkulusta ja kriiseistä. Tarkoitukseni ei ole analysoida, minkä tyyppisiä kriisejä kukin kirjoittajista on kokenut, sillä se ei ole tutkimustehtäväni kannalta olennaista ja tuskin edes mahdollista. Tarkoitan kuitenkin tässä tutkimuksessa kriisillä elämänkriisiä tai äkillistä (traumaattista) kriisiä - yllättävää ja negatiivisena koettavaa tapahtumaa tai elämäntilannetta, jonka kohdatessaan ihminen ei tiedä, kuinka toimia ja/tai hänellä ei ole keinoja tai voimia käsitellä tapahtunutta tai tapahtuvaa. Nämä ovat samalla tapahtumia, joille usein annetaan erityinen merkitys oman elämän kulkua ja sen käännekohtia muisteltaessa ja pohdittaessa

Ennakkoajatuksenani on ollut, että tehtävänannon kriisi on ymmärretty painotusti joko elämäkriiseiksi (esim. työuupumus tai pitkäaikaissairaus) tai äkillisiksi kriiseiksi (esim. puolison kuolema tai yllättävä avioero). On muistettava, että tällaiset jaottelut ovat aina jossain määrin keinotekoisia ja tarkoitettu lähinnä ajattelun avuksi. Viime kädessä yksilö itse määrittää, mikä tietyn tapahtuman tai kokemuksen merkitys on hänelle itselleen. Esimerkiksi Annikki Kaikkosen (2015) tutkimuksessa suomalaisesta pettämisestä uskottomuuden paljastumisen jälkeinen kriisi näyttäytyi useimmilla tutkittavista pitkäkestoisena traumaattisena kriisinä, mutta osalla tavanomaisempana, äkilliseen elämänmuutokseen liittyvänä kriisinä. On syytä huomioida myös, että kirjoitustehtävänannossa puhutaan kriisien lisäksi vastoinkäymisistä. Ymmärrän vastoinkäymisen kriisiä yhtäältä laajempänä ja toisaalta yleistajuisempänä ja vähemmän medikalisoituneena terminä, ja määrittelen sen odottamattomaksi, kielteisenä koetuksi elämäntapahtumaksi. Katson, että kaikki kriisit ovat myös vastoinkäymisiä, mistä syystä tässä tutkimuksessa näitä termejä käytetään myös päällekkäin. Pyrin ammentamaan tutkimuksessani yhtä aikaa psykologian kriisiteorioista ja kasvatustieteen ihmisfilosofiasta.

3.2 Kriisit elämänkulussa

Edellä esitetyn kolmijakoisen kriisimääritelmän perusteella kehityskriisien suhde elämänkulkuun ja elämän eri vaiheisiin on kaikista kriisityypeistä selkein. Myös elämäkriisien ajatellaan kuuluvan luonnollisesti elämänkulkuun, vaikka niiden käsittelyyn tarvitaankin usein ulkopuolista apua. Äkillisten kriisien luonteeseen kuuluu jo määritelmällisesti se, että niiden sijoittumista elämänkulkuun on mahdoton ennustaa. Auto-onnettomuuteen joutuminen, syöpään sairastuminen tai läheisen itsemurha voi tapahtua minkä ikäisenä tahansa, vaikka tiettyjen sairauksien riski toki on suurempi tietyn ikäisenä. Kykymme käsitellä äkillisiä kriisejä saattaa kuitenkin vaihdella eri ikävaiheiden välillä; lapsi on aikuista haavoittuvaisempi kriiseille, ja riippuvaisempi muiden avusta. Seuraavassa käsittelen elämänkulun ja kriisien suhdetta ensin kehityskriisien ja sitten elämäkriisien osalta. Vähemmän tiettyihin elämänvaiheisiin sidottuja äkillisiä kriisejä käsittelen enemmän seuraavassa, kriisin prosessiluonnetta kuvaavassa luvussa.

3.2.1 Kehityskriisit elämäkulussa

Luonnolliseen kypsymiseen liittyvät kehityskriisit ovat osa tiettyä ikää ja elämänvaihetta, ja niiden mukanaan tuomiin haasteisiin vastaaminen kuuluu terveydenhuollon arkeen (Palosaari 2008, 24). Yksilön psyykkisessä kehityksessä keskeistä on minäkäsityksen muotoutuminen. Minäkuvan voidaan katsoa sisältävän kuvan omasta kehosta, omista rooleista ja suhteista muihin ihmisiin, omista kyvyistä ja ominaisuuksista sekä ajatuksen ihanteellisesta minästä. Minän käsite kietoutuu persoonallisuuden käsitteeseen – yksilön tyypilliseen, aitoon ja syvään olemukseen. Kasvatuksen ja koulutuksen tehtävänä nähdään usein yksilön kokonaispersoonallisuuden kasvun tukeminen ja ohjaaminen. (Lehtinen ym. 2007, 13–14.)

Oman olemassaolon havaitseminen on vähittäinen kehitysprosessi, ja lapsen minäkokemus eroaa pitkän sosiaalistumisprosessin läpikäyneen aikuisen minäkokemuksesta (Lehtinen ym. 2007, 17). Eriksonin psykososiaalisen kriisin – modernin termin kehityskriisin – perustana on yksilön ja ympäristön vuorovaikutuksen dynamiikka, mihin teorian nimikin viittaa. Kussakin kehitysvaiheessa yksilö kohtaa haasteen, ja kohtaamisen luonne ja lopputulos muovaavat kehityksen suuntaa. Kehityksen lopputulos ei ole ennalta määritetty, ja aina on myös mahdollisuus työstää edellisten vaiheiden prosesseja. (Lehtinen ym. 2007, 23.) Tällä tavoin esimerkiksi lapsuuden tapahtumia voi käsitellä myöhemmissä elämänvaiheissa ja hakea niille uusia tulkintoja ja merkityksiä.

Eriksonin psykososiaalinen kehitysteoria jakautuu kahdeksaan vaiheeseen eli kriisiin, joista neljä sijoittuu lapsuuteen, yksi nuoruuteen, kaksi aikuisuuteen ja yksi vanhuuteen. Seuraavassa vaiheet ovat lyhyesti kuvattuina, kuten Lehtinen ym. (2007, 24–40) ovat ne esittäneet:

1. *Alle yksivuotiaalla vauvalla* syntyy joko perusluottamus siihen, että vaikeassakin tilanteessa hänen tarpeisiinsa vastataan, tai epäjohtonmukaisen hoidon aiheuttama ahdistuneisuuden ja turvattomuuden tunne. Tätä ensimmäistä vaihetta Erikson piti yhtenä tärkeimmistä kehityksen vaiheista.

2. *Taaperoiän* kehitystehtävänä on itsekontrollin ja tahdon kehittyminen – ympäristön rohkaisemana lapsi oppii säätelemään muun muassa kehon toimintojaan

ja uskaltaa ilmaista omaa tahtoa. Kielteisenä kehitystuloksena voi olla huonoutunne, tunnontarkkuus tai liika itsetietoisuus.

3. *Leikki-ikäisenä* lapselle syntyy ideaalisessa tapauksessa tunne toimintansa merkityksellisyydestä, sekä minän subjektiksi kokemisen elämys. Jos lapsi ei saa aloitteellisuudelleen tukea, vaarana on tunne syyllisyydestä ja tarkoituksettomuudesta.

4. *Kouluikäisellä* lapsella myönteinen kehitystulos on pystyvyyden ja pätevyyden tunne sekä kyky olla toimelias ja utterana. Tämä tarkoittaa myös sisäisen motivaation syntymistä ja vastoinkäymisten sietämistä. Epäonnistuminen koulussa ja vertaisten välisissä suhteissa voivat johtaa huonoon itseluottamukseen ja itsetuntoon.

5. *Nuoruusikään* sijoittuva kehitysvaihe on tunnetuin ja tutkituin Eriksonin kehitysvaiheista, ja se oli ilmestyessään kenties ensimmäinen merkittävä yritys kuvata yksilöllisyyden kasvuprosessia. Nuori etsii eheää kokemusta minästä ja identiteetistä. Kehitystehtävänä on oman tien ja elämän suunnan löytäminen. Jos omaa elämää ohjaaviin päätöksiin ei saada tukea eikä niitä pystytä tekemään, vaarana on roolien sekasorto, kykenemättömyys tehdä päätöksiä ja oman minän vieraus.

6. *Nuoren aikuisen* keskeinen kehityskriisi liittyy läheisyyteen. Toisen ihmisen hyvinvoinnin nostaminen yhtä tärkeäksi kuin oman vahvistaa kykyä rakastaa toista ja ottaa tästä vastuuta. Kielteisenä kehitystuloksena voi toisaalta olla läheisten suhteiden välttely, kykenemättömyys olla muiden kanssa ja siitä seuraava yksinäisyys ja eristyneisyys.

7. *Keski-ikäisen aikuisen* tehtävänä on siirtää omia tarpeita syrjään ja huolehtia tulevista sukupolvista sekä yleisestä, yhteiskunnallisesta hyvästä. Tällainen generatiivisuus ei ole rajoittunut vain vanhemmuuteen, vaan voi suuntautua muihin ja muuhunkin kuin omiin lapsiin. Epäonnistuminen tehtävässä voi johtaa tyhyyden ja tarkoituksettomuuden tunteeseen, lamaantumiseen ja luutumiseen.

8. *Vanhuusiässä* ihminen kohtaa viimeisen kehityshaasteensa, eheytyksen ja epätoivon välisen tasapainon kanssa kamppailun. Elettyyn elämään ja omaan itseensä voi joko olla tyytyväinen ja kokea yhtä aikaa jatkuvuutta ja lopullisuutta, tai

eletyiltä elämältä voi tuntua puuttuvan merkitys. Tällöin masennuksen, katkeruuden, surun ja kuoleman pelon tunteet voivat ottaa vallan.

Erikson esitti psykososiaalisen kehitysteoriansa jo vuonna 1950, mutta vaikutusvaltainen teoria on säilyttänyt asemansa hyvin. Kritiikkiä se on kohdannut muun muassa sen liiasta sitoutumisesta arvoihin, normeihin ja tapoihin. Teoria myös olettaa, että kaikilla on mahdollisuus tehdä valintoja esimerkiksi ammatin suhteen. Eriksonin vanhuuden kuvausta voi pitää rajallisena sen suhteen, että se keskittyy ikääntyvän sisäiseen muutokseen eikä huomioi ympäristön ja elämänhistorian vaikutusta. Puutteistaan huolimatta Eriksonin teoria tarjoaa edelleen tärkeän pohjan identiteetin kehityksen tutkimukselle lapsuudesta vanhuuteen, yksilön ja ympäristön vuorovaikutuksen huomioiden. (Lehtinen ym. 2007, 22–38.)

3.2.2 Elämänkriisit elämäkulussa

Julkisessa keskustelussa elämänkriiseistä on ollut eniten esillä työelämään liittyvä työssä uupuminen eli burn-out. Muita esimerkkejä elämäkulkuun kuuluvista pitkäkestoisista rasisitilanteista ovat pitkäaikaissairaus, ennakoitu konkurssi tai pitkään harkittu avioero. (Palosaari 2008, 24.) Työiän pitkä kesto, työnteon usein välttämätön luonne sekä organisaatioiden sisään rakentuneet hierarkiat vaikuttavat kaikki työntekoon liittyvien elämänkriisien yleisyyteen. Esimerkiksi työpaikkakiusaamisesta kärsii yli 100 000 suomalaista palkansaajaa päivittäin (Työterveyslaitos 2018). Työssä jaksaminen ja työhyvinvointi ovat näinä muuttuvan työn aikoina tärkeitä teemoja niin yksilön elämänlaadun kuin yhteiskunnallisen kestävyiden näkökulmasta. Ihminen pystyy jotenkuten selviämään pitkiäkin aikoja epäsuotuisissa olosuhteissa, mutta pitkittyneellä omien voimien rajoilla toimimisella on hintansa. Työuupumusta tutkinut Laura Sokka löysi väitöstutkimuksessaan (2017) aivokuvantamisen avulla muutoksia työuupuneiden ihmisten aivojen toiminnassa. Työuupuneet reagoivat negatiivisiin äänensävyihin verrokkeja nopeammin, ja normaalia positiivisempiin äänensävyihin tavallista hitaammin. Työuupumus oli myös yhteydessä suurempaan virheiden määrään työssä.

Ihminen saattaa sairastua vakavasti missä kohtaa elämänsä tahansa, ja pitkäkestoisella sairaudella on vaikutuksensa sairastuneen elämäkulkuun. Vakavan sairastamisen merkitystä sairastuneen elämäkulussa tutkinut Heli Kantola

(2007) on tarkastellut autoimmuunitauteihin kuuluvan SLE-sairauden tuomaa elämänmuutosta monesta näkökulmasta. Sairauden välittömiä muutoksia saattoivat olla erilaiset sairauden oireet, kivut ja väsymys. Sairauteen liittyvät tunteet vaihtelivat sekä tutkittavien välillä että yksittäisen tutkittavan sisällä eri ajankohtina. Arkielämän ja sosiaalisten tilanteiden lisäksi muutokset olivat myös syvällisempiä, omaa identiteettiä koskevia. Osa ei suostunut hyväksymään sairautta osaksi itseään, osalla sairaus muutti omaa arvomaailmaa. Sairaus muutti odotettua elämäntulkua, sillä nuorina sairastuneet eivät välttämättä voineet käydä koulua, ja aikuisena sairastuneet taas joutuivat jättäytymään työstä. Uuden roolin omaksuminen oli vaikeaa myös sairauteen liittyvän vaihtelevan kunnon vuoksi, vaikka jossain määrin sairauden kanssa oppiikin elämään.

Myös lapsuutta saattaa varjostaa pitkittynyt kriisin kokemus. Auli Ojurin väitöskirjaansa haastattelemissa väkivaltaa kokeneista naisista moni oli kokenut väkivaltaa jo lapsuudessa, ja näihin kokemuksiin liittyi pelkoa, hylkäämisen tunnetta sekä arvostuksen ja rakkauden puutetta. Epätavallinen lapsuus johti usean kohdalla varhaiseen itsenäistymiseen ja hyvin varhain solmittuihin parisuhteisiin, joihin siirrettiin lapsuudessa toteutumatta jääneet odotukset rakkaudesta ja huolenpidosta. (Ojuri 2004, 187.) Olennaista lapsen hyvinvoinnille on peruskiintymyssuhteen onnistunut muodostuminen ja turvallisten ihmisten parissa kasvaminen. Luotto läheisiin voi korvata muuten puutteellisia olosuhteita lapsuusvuosina. Eeva Riutamaan tutkimus (2016) evakkolasten kokemuksista osoitti, että vaikeista elinolosuhteista huolimatta tutkittavat kokivat vanhempansa pääsääntöisesti turvallisiksi. Riutamaa kutsuu tätä sisäiseksi kodiksi, joka tuo turvaa silloinkin, kun asuinpaikat vaihtuvat tiuhaan (2016, 174).

3.3 Kriisi prosessina

Kriisin kulkua koskevat kuvaukset käsittelevät yleensä äkillistä kriisiä, koska muun tyyppisistä kriiseistä on vaikea eritellä yhtä selkeitä vaiheita. Jossain määrin kriisin vaiheiden voi ajatella koskevan myös elämänkriisejä, varsinkin kun raja elämänkriisin ja äkillisen kriisin välillä on toisinaan sumea. Seuraavassa pyrin kuvaamaan kriisin kulkua, sekä perinteisen shokki-reaktiovaihe-käsittelyvaihe -jaon

kautta, että laajemmin tarjoten myös joitain filosofian näkökulmia esimerkiksi siihen, miksi kriisi pysäyttää ja satuttaa, ja millaisena elämä pienemmän tai suuremman kriisin jälkeen meille näyttäytyy.

3.3.1 Elämää ennen kriisiä

Palosaari kutsuu haavoittumattomuuden illuusioksi sitä, kuinka onnistumme elämään jokapäiväistä elämäämme ajattelematta juurikaan sitä, mitä kaikkia kauheuksia meille voisi sattua. Illuusio tämä on siksi, että tilastojen valossa meidän olisi realistisempaa varautua onnettomuuksiin. Kävisi kuitenkin liian raskaaksi olla jatkuvasti huolissaan kaikesta siitä, mikä voi mennä vikaan. (Palosaari 2008, 50.) Tämän tietävät yleisestä ahdistuneisuudesta kärsivät ihmiset, joilla liiallinen huolestuneisuus ja epävarmuuden huono sietokyky kuuluvat jokapäiväiseen elämään ja heikentävät heidän toimintakykyään (Koponen 2011, 244–245). Normaalitylanteessa kriisi kuitenkin särkee haavoittumattomuuden tunteen ja arjen sujuvuuden (Palosaari 2008, 50).

Kirjassaan Elämänhallinnan haaste Timo Airaksinen kyseenalaistaa elämän vakaan tilanteen olemassaolon. Ihminen ei koskaan saavuta mielenrauhaa, koska meitä huolestuttaa aina jokin, emmekä pysty hallitsemaan kaikkea kerralla. Yritykset lähestyä mielenrauhaa ovat kuitenkin Airaksisen mukaan kannatettavia; ne ovat itse asiassa ainoa toivomme olla vaipumatta toivottomuuteen. Elämänhallinnan kautta voi tavoitella mielenrauhaa, ja osittainkin saavutettu mielenrauha voi suoda meille kokemuksen onnellisuudesta. (Airaksinen 2007, 10–11.) Ihminen voi pyrkiä rakentamaan elämänsä perustukset niin vahvoiksi, että kovinkaan kriisi ei kaada koko taloa. Loppujen lopuksi kriisiin kuitenkin kuuluu määritelmällisestikin se, että siihen ei voi täysin varautua, ja se pysäyttää elämän normaalin kulun. Lohdullista on, että ihmisestä löytyy sisäänrakennettuja keinoja kriisin kohtaamiseen ja että ulkopuolista apua on usein saatavilla. Nummenmaan mukaan (2013, 287–289) tunteet voivat valmistella meitä kohtaamaan sellaisia kriisejä, jotka ovat ainakin jossain määrin ennakoitavissa. Tällainen voi olla vaikkapa vähitellen syntynyt päätös avioerosta tai läheisen kuolema pitkän sairastamisen jälkeen. Tyypillinen reaktio, ahdistuneisuus, itse asiassa suojelee meitä tekemällä

meistä valppaita, jolloin pystymme reagoimaan uhkiin. Pitkittyneenä ahdistuneisuus toisaalta vaikuttaa hyvinvointiimme ei-toivotusti.

3.3.2 Kriisin kulku

Reagointi kriisiin on yksilöllistä, mutta samaan aikaan reaktioilla on omat psykobiologiset lainalaisuutensa. Palosaari kutsuu reaktioiden vaihteellisuutta ”luonnon rakentamaksi henkivakuutukseksi”, sillä kriisin eri vaiheet mahdollistavat kriisin työstämisen pala kerrallaan, ajan kanssa. Palosaari esittelee äkillisen kriisin vaiheet niin kuin ne hänen mukaansa nähdään suomalaisessa kriisipsykologiassa. Pohjana on Cullbergin (1980) yleismalli täydennettyinä Michellin ja Dyregrovin auttamismalleilla. (Palosaari 2008, 53.)

Äkillisen kriisin ensimmäinen vaihe on sokki, jota äkillisen kriisin kokeneet kuvaavat usein epätodellisena tunteena. Sokkivaiheen reaktiot ovat tyypillisesti mekaanisia ja vaistomaisia suojautumistapoja. Sokkiin joutuneen tiedonkäsittely muuttuu niin, että käsitys ajan kulusta hämärtyy, informaatiota taltioituu tehokkaasti, mutta vaaratilanteen kannalta epäoleellisesti. Moni kykenee uskomattomiin fyysisiin ponnistuksiin, jotka eivät normaalioloissa onnistuisi, missä sokkitilanteelle tyypillisestä tunteiden puutumisesta on apua. Jotkut saattavat jähmettyä paikoilleen, toiset taas joutua paniikkiin, mikä johtaa irrationaaliseen käyttäytymiseen. Sokkin kesto on noin vuorokausi, mutta tilanteesta riippuvat erot voivat olla suuret. Pitkittyneestä sokista puhutaan, kun kyseessä on vakava traumatisoituminen ja koko oma olemassaolo tuntuu uhatulta. Näihin kokemuksiin liittyy usein dissosiaatio-oireita. Sokkityyppinen tila voi myös palata jonkin muiston tai ärsykkeen muistuttaessa tapahtuneesta. (Palosaari 2008, 54–63.)

Sokkia seuraa reaktiovaihe, jolle on tyypillistä tunteiden epäjohdonmukainen vaihtelu ja muisti- sekä keskittymisvaikeudet. Mieleen tunkeutuu muistivälähdyksiä tapahtuneesta, joiden avulla mieli koittaa rakentaa kokonaiskuvaa tapahtuneesta. Kokemus voi ottaa voimille ja olla epämukava mutta tärkeä – mieli avautuu sille, mitä on tapahtunut ja mikä tapahtuneen merkitys on. Reaktiovaihe ilmenee myös kehossa, joka saattaa olla vapiseva, pahoinvoiva, liian kylmä tai kuuma. Tämä on ohimenevää ja vain hyväksi. Reaktiovaiheen kesto on noin pari

viikkoa, mutta tässäkin vaiheessa yksilölliset erot ovat suuria ja vaiheeseen palautuminen uudelleen mahdollista. (Palosaari 2008, 63–65.)

Työstämis- ja käsittelyvaiheessa kokemuksen käsittely hidastuu ja kääntyy sisäänpäin. Toisin kuin reaktiovaiheessa, tapahtuneesta ei yleensä haluta kertoa muille. Tapahtunutta käsitellään tietoisesti tai tiedostamatta, eikä hiljalleen tapahtuvaa edistymistä välttämättä huomaa helposti. Tässä vaiheessa voi esiintyä muistamis- ja keskittymisvaikeuksia sekä ärtyisyyttä. Kriisin kokenut saattaa vaikeuttaa poissaolevalta ja vetäytyvältä. Jotkut päivät ovat parempia, toiset huonompia. (Palosaari 2008, 60–67.)

3.3.3 Kriisistä selviäminen

Kärsimys voi jalostaa, mutta toisinaan se vain pysäyttää ja estää. Moni eläisi mielellään ilman kaikista kivuliaimpia kokemuksia ja oppisi ennemmin onnesta (Palosaari 2008, 15). Psykkinen kriisi on kivulias kokemus, josta voi kummuta ymmärrystä ja kehitystä, mutta yhtä hyvin sisäänpäin kääntymistä ja taantumista (Cullberg 1980, 109). Pitkän kriisin jälkeen olo on usein uupunut, kun aivot ja elimistö pyrkivät palautumaan lepotilaan yliviirittyneisyyden tilasta ollakseen taas valmiita kohtaamaan mahdollisia tulevia uhkia. Usein ilmenee surun tunnetta, jonka tarkoituksena on suojella ylikuormittumiselta ja antaa aikaa toipumiselle, vaikka tunne voikin olla musertava. (Nummenmaa 2013, 294–295.) Katseen kääntäminen kohti tulevaisuutta on kuitenkin merkki siitä, että akuuttivaiheesta on edetty kohti tapahtuneen hyväksymistä, sillä kriisin keskellä ihminen harvoin pystyy tai haluaa suunnitella elämäänsä muutamaa tuntia tai päivää edemmäs. Kriisin luonne vaikuttaa siihen, onko uudessa elämänvaiheessa kyse tapahtuneen täydellisestä taakse jättämisestä (esimerkiksi ero väkivaltaisesta kumppanista, johon on saatava etäisyyttä) vai uuden asian kanssa elämään oppimisessa (kuten krooninen sairaus, joka on kenties hyväksyttävä osaksi loppuelämää) (vrt. Cullberg 1980, 143).

Palosaari (2008, 74–75) kyseenalaistaa meille kaikille tutun sanonnan ”aika parantaa haavat”, sillä ajankulu saattaa vain peittää kokemuksia, ja hyvä toipuminen vaatii usein muutakin kuin ihmelääkkeenä pidettyä aikaa. Ajalla on kuitenkin

oma roolinsa toipumisen rytmittämisessä ja tilan antamisessa surutyön tekemiselle. Kovien kokemusten käsittely vaatii usein pitkäkestoista työskentelyä. Parisuhteessa pettämistä tutkineen Kaikkonen väitöskirjan (2015) mukaan muutos henkilön ajattelussa, käyttäytymisessä ja suhteessa toisiin tapahtuu sitten, kun muutos on ensin saatu aikaan paitsi henkilön käsitysjärjestelmissä, myös hänen vuorovaikutusmalleissaan toisten kanssa. Tutkittavilla tämä oli tapahtunut pariterapian kautta. Terapia oli tarjonnut pareille mahdollisuuden kertoa yhteistä tarinaa uskottomuudesta ja ymmärtää toinen toistensa tunteita ja toimintaa. Terapia voi toimia vielä vuosienkin viiveellä koetusta vastoinkäymisestä, jos vanhat ahdistukset nousevat pintaan, ja toisinaan käsiteltävien asioiden takaa nousee jotain ennakoimatonta, jonka käsittelyn tarvetta ei ole aiemmin ymmärtänyt (Palosaari 2008, 112).

”Keho muistaa myös silloin, kun siihen ei ole osunut”, kirjoittaa Eija Palosaari (2008, 140). Oli vastoinkäyminen sitten aiheuttanut fyysistä kipua tai ei, koemme ja elämme kriisin kehollisina olentoina. Itse asiassa keholliseen maailmassaolon voi ajatella olevan ainoa tapamme olla olemassa (Mäkikoskela 2007, 317). Keho on se osa meistä, joka näyttäytyy muille ihmisille kaikkine ilmeineen, eleineen ja toisinaan näkyvine tunnereaktioineen. Kehomme paljastaa meidät, mutta kuten Nummenmaa toteaa (2013, 295), se myös auttaa meitä viestimällä toisille, että tarvitsemme heidän apuaan. Joskus keho reagoi tapahtumiin viiveellä, jolloin traumaattiset asiat saattavat palautua mieleen yllättäen, vaikka tietystä kosketuksesta tai liikkeestä. Palautuminen voi olla kirkas muistikuva tai epämääräisempi tunnemuisto. (Palosaari 2008, 140–141). Riutamaan mukaan (2016, 13) usein metaforiksi naamioituvat tunnemuistot ovat tiedostamattomia ja vaikeasti sanallistettavia kokemuksia. Osa Riutamaan tutkimista lapsena evakkoon joutuneista ikääntyvistä ihmisistä hämmästeli muistelun myötä esiin nousseiden niin positiivisen kuin negatiivisten lapsuusaikaan liittyvien tunnemuistojen tuoreutta. Merkityksellisinä koettuja tapahtumia voi olla yllättävän helppo palauttaa mieleen, vaikka aikaa niistä olisi ehtinyt kuulunut vuosikymmeniä.

4 TUTKIMUKSEN METODOLOGIA

Ei muistiaan voi tyhjentää kuin pärekoppaa. (Sinipiika)

Kahdessa edeltävässä luvussa on pyritty määrittelemään ja kuvaamaan tämän tutkimuksen kohteina olevia ilmiöitä. Tämä luku muodostaa tutkimusraportin kolmannen ja viimeisen teorialuvun, mutta se keskittyy tieteellisen *tiedonmuodotuksen* teoriaan. Luvun tarkoituksena on kuvata, miten tutkittavasta ilmiöstä, iäkkäiden ihmisten kriisikokemuksista elämäkerrallisessa kehyksessä, voidaan saada tietoa ja millä ehdoilla kyseistä tietoa voidaan pitää pätevänä. (Vrt. Ikonen 2001, 445). Luku alkaa kokemuksen käsitteen määrittelystä ja kokemuksen tutkimisen mahdollisuuksien erittelystä. Tämän jälkeen tarkastelen tarinan ja kertomuksen käsitteitä narratiivisessa tutkimuksessa. Siirryn sitten kuvaamaan muistamisen ja totuuden suhdetta narratiivisuuteen. Luvun lopuksi avaan narratiivisen tutkimuksen sekä yhden narratiivisen tutkimuksen alalajin, elämäkertatutkimuksen, luonteita ja ominaispiirteitä.

4.1 Kokemuksen tutkiminen

Kokemuksen tutkijan ensimmäinen tehtävä on selvittää itselleen, mitä hän tarkoittaa kokemuksella – vaikkei käsitys vielä tutkimuksen alussa olisikaan täysin eheä (Perttula 2011, 149). Harin ym. mukaan (2015, 104–109) ihmisen tietoisuudesta voidaan erottaa neljä osa-aluetta: tajuisuus, tarkkaavaisuus, kokemuksellinen tietoisuus ja reflektiivinen tietoisuus. Tajuisuus tarkoittaa reagoimista ulkoihin ärsykkeisiin ja tarkkaavaisuus ärsykkeiden laukaisemaa huomion suuntaamista. Kokemuksellinen tietoisuus sen sijaan määrittellään subjektiivisen sisällön perusteella. Kokemuksen subjektiivisuus on yhtäältä sitä, että tietoiset tapahtumat tapahtuvat jonkun henkilön tietoisuudessa (eli subjektiivisesti), ja toisaalta sitä, että niiden sisällöt ovat yksityisiä. Kokemuksellista tietoisuutta on vaikea tutkia, ja subjektiivisten tuntemusten havainnointi on aina riippuvainen niiden koki- jasta. Kokemuksellista tietoisuutta voi yrittää kuvailla kielellisesti, ja tämä onkin

kokemuksen tutkimuksen tavoite. Neljäs tietoisuuden osa, refleksiivinen tietoisuus eli tietoinen ajattelu tarkoittaa juuri tätä, kielellistettyä tietoisuutta. Perttulan (2011, 149) määritelmän mukaan kokemus on sitä, mitä todellisuus (eli käytännössä elämäntilanne) ihmiselle tarkoittaa. Ihmisellä on siis kokemuksia vain asioista, jotka tarkoittavat heille jotain eli kuuluvat heidän elämäntilanteeseensa. Filosofisessa työssään paljon kokemusta tutkinut John Dewey ajatteli, että kokemuksesta ei voida irrottaa siitä ympäristöstä, jossa kokeminen tapahtuu. Kokemusta määrittävät yhtä aikaa sekä kokijan omat ominaisuudet, että ympäristön olosuhteet niin, että ne ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään. (Alhanen 2013, 52.)

Myötäillen edellä esittelemiäni ajattelijoita määrittäessäni tässä tutkimuksessa kokemuksen tietyssä ajassa ja paikassa vuorovaikutuksellisessa suhteessa syntyväksi yksilön sisäiseksi, yksilölle itselleen merkitykselliseksi (merkitystä kantavaksi) tapahtumaksi. Toisen ihmisen kokemukseen ei ole suoraan pääsyä, mutta sitä on mahdollista lähestyä ja lähentyä refleksiivisen tietoisuuden kautta, esimerkiksi kielellisesti. Tämä tutkimus pyrkii lisäämään ymmärrystä kriisikokemuksesta tarkastelemalla kokemuksen kielellistämisiä – elämäkertoja eli kertomuksia – ja löytämällä ja tulkitsemalla niistä löytyviä tarinoita eli narratiiveja. Kokemus ankkuroituu aikaan ja paikkaan, ja se ottaa välitettävän muotonsa tarinassa – ajattelun, tietämisen ja ymmärtämisen perusvälineessä.

4.2 Kertomukset, tarinat ja narratiivisuus

Ihmiset rakentavat identiteettiään kertomusten avulla ja tulkitsevat maailmaa jatkuvasti rakentuvana kertomuksena. (Heikkinen 2010, 145.) Tarina on ihmismielelle niin luontainen tapa tehdä selvyyttä omasta elämästä ja ympäristöstä, että usein emme edes tiedosta, kuinka tarinallisuus kietoutuu koko inhimilliseen elämäämme. Kun ihmiseltä kysyy, miksi hän teki niin kuin teki, hän vastaa yleensä kertomuksen muodossa (Kaasila 2008, 41). Elämää ei voi tavoittaa sellaisenaan, vaan se on sidottu kulloiseenkin esitykseen siitä. Ihminen ei ole pelkästään tarinansa kertoja, hän on myös kertomansa tarina. (Säntti 2007, 35.)

Elämän muutostilanteita ja tarinallisuutta tutkinut Vilma Hänninen (2000, 20) määrittelee väitöskirjassaan tarinan käsitteen Aristoteleen runousopin pohjalta.

Tarina on elämää jäljittelevä merkityskokonaisuus, jolla on alku, keskikohta ja loppu. Lisäksi sillä on juoni, eli tarinan pääosa, johon nähden tarinan eri osat saavat merkityksensä. Kertomus on tarinan esittämistä merkkien muodossa. Yksi kertomus sisältää monia tarinoita, eli se voidaan tulkita monella tavalla. (Hänninen 2000, 20.) Esimerkiksi Tuhkimosta on olemassa esityksiä eli *kertomuksia* (balletteja, kuvakirjoja, elokuvia), joita yhdistää merkitysrakenne eli *tarina*, perheenjäsenten sortaman nuoren naisen kasvutarina, ”tuhkimotarina” (Hänninen 2010, 161). Kertomus on ikään kuin tarinoiden ulkoasu, tai toisin sanoen, kertomus kätkee sisäänsä tarinoita. Heikkisen mukaan (2010, 143) narratiivisessa tutkimussuuntauksessa kertomusta pidetään yleensä yläkäsitteenä ja tarinaa sen alakäsitteenä, mutta hän itse käyttää narratiivia, kertomusta ja tarinaa väljästi toistensa synonyymeina. Tässä tutkimuksessa kuitenkin ajattelen Hännistä mukaillen tutkimusaineiston kirjoituksia kertomuksina (juonellisina esityksinä elämästä), joista on löydettävissä erilaisia tarinoita eli narratiiveja. Kertomukset ovat tarinoiden ilmiäsuja.

Laitinen ja Uusitalo (2008, 110) kuvaavat narratiivista lähestymistapaa tieteiden väliseksi keskusteluverkostoksi, jota yhdistää tarinan käsite. Narratiiviseksi käännteeksi kutsuttu narratiivisten tutkimustapojen yleistyminen viime vuosikymmeninä ammentaa erityisesti ranskalaisesta strukturalismista 1960-luvulta. Tästä klassisen strukturalismin vaiheesta siirryttiin 1980-luvun aikana jälkistrukturalistiseen narratologiaan, jota luonnehtii tieteenalojen, metodologioiden ja hypoteesien moninaisuus. (Webster & Mertova 2007, 26.) Tutkimuskirjallisuudessa narratiivisuus on lisääntynyt eksponentiaalisesti noin 1980-luvun puolivälistä alkaen ja erityisesti 1990-luvulla. Vuoden 1990 paikkeilla narratiivisuuden vaikutus alkoi näkyä myös suomalaisissa tutkimuskäytänteissä. (Heikkinen 2010, 144.)

Millä tavoin tarinallisuutta sitten voidaan käyttää apuna tieteellisessä tutkimuksessa? Narratiivi- ja elämäkertatutkimuksessa tavoitellaan loppujen lopuksi aivan samaa asiaa kuin tieteessä yleensä, eli tietoa tietystä asiasta tai ilmiöstä. Ajatuksena on, että ihminen on nimenomaan tarinoiden kautta havaittavissa, tavoitettavissa ja tutkittavissa. (Säntti 2007, 24.) Polkinghorne (1995, 5) määrittelee narratiivisen tutkimuksen joukoksi laadullisia tutkimusmenetelmiä, joita yhdistää tarinoiden käyttö ihmisten toiminnan kuvaamisessa. Elliottin mukaan myös määrällisiä menetelmiä, kuten kyselytutkimusten tilastollisia monimuuttuja-analyysejä voidaan tarkastella narratiivisesti, vaikka se onkin harvinaista. Elliott esittää

Hinchmanin ja Hinchmanin määritelmän narratiiveista ihmistieteiden tutkimuksessa: selkeässä järjestyksessä olevia diskursseja, jotka yhdistävät mielekkäällä tavalla tapahtumia tietyille yleisölle ja siten tarjoavat näkemyksiä maailmasta ja/tai ihmisten kokemuksista maailmassa. Määritelmä kokoaa yhteen kolme narratiivien pääpiirrettä: narratiivit esitetään kronologisesti, ne koetaan merkityksellisiksi ja ne on tuotettu tietyille yleisölle. (Elliott 2005, 1–4.)

Polkinghornen mukaan (1995, 23) on olemassa kaksi pääasiallista tapaa tehdä narratiivista analyysia, *narratiivien* analyysi ja *narratiivinen* analyysi. Narratiivien analyysi liikkuu tarinoista yleisiin elementteihin ja narratiivinen analyysi yleisistä elementeistä tarinoihin. Narratiivien analyysia kutsutaan myös *kategoriseksi analyysiksi*, ja narratiivista analyysia *holistiseksi analyysiksi* (Kaasila 2008, 46), mitkä ovatkin termeinä kuvaavimmat. Kategorinen analysointi tarkoittaa tiettyjen teemojen tai kategorioiden etsimistä analysoitavista teksteistä (käytännössä tekstikatkelmia), jotka käsittelevät kiinnostuksen kohteena olevia ilmiöitä. Näitä vertailemalla pyritään löytämään kyseisten ilmiöiden yleisempiä ilmenemismuotoja. (Kaasila 2008, 46). Holistista lähestymistapaa voi kutsua myös juonentamiseksi, jolloin tutkija muokkaa alkujaan vailla selkeää juonellista muotoa olevan kertomuksen (esimerkiksi haastattelun) selkeän juonen sisältäväksi tarinaksi – tai useamman kertomuksen yhdeksi suureksi tarinaksi. Esittelen käyttämäni narratiivista lähestymistapaa tarkemmin luvussa 5.3, jossa kuvaan käyttämiäni tutkimusmenetelmiä ja aineiston analyysia.

4.3 Muistamisesta, unohtamisesta ja totuudesta

Kertoessaan tarinaa omasta elämästään ihminen palauttaa muistinsa avulla mieleensä tietyssä ajassa ja paikassa koetun kokemuksen. Kalakosken mukaan (2014, 15–23) muistilla tarkoitetaan tietojen, taitojen ja kokemusten säilymistä mielessä, sekä niiden kertaamista, tallentamista ja mieleen palauttamista. Valtaosa kaikesta havaitsemastamme unohtuu saman tien. Arkiset asiat unohtuvat helpommin, ja erityiset säilyvät mielessämme pidempään. Aiemmat muistot myös muokkautuvat uusien muistojen myötä. Saarenheimo (2012, 10) kuvaa muistia yhdeksi keskeiseksi tavaksemme olla olemassa. Se mahdollistaa oppimisen ja

tulevaisuuden suunnittelun, luo elämäämme jatkuvuutta ja avaa portteja menneisyyteen. Ilman muistia olisimme hukassa, ja toisaalta elämä olisi mahdotonta, jos muistaisimme aivan kaiken. Saarenheimon mukaan (2012, 25–26) ihmiset ovat ”tarinankertojia, jotka muokkaavat menneisyyttään, nykyhetkeään ja tulevaisuudensuunnitelmiaan niin, että ne parhaalla mahdollisella tavalla sopivat yhteen sen kuvan kanssa, joka heillä on itsestään tai jonka he haluavat näyttää itsestään muille.” Muistelu ja tarinankerronta ovat siis yhtä aikaa itsensä määrittelyä ja sosiaalista kanssakäymistä.

Saarenheimon kuvaama muokkaaminen ei kuitenkaan aina ole hallinnassamme toivomallamme tavalla. Unta tavoitteleva voi joutua häätämään mielestään epämiellyttäviä muistoja, jotka saapuvat tahtomatta juuri silloin, kun haluaisi rauhoittaa mielensä. Traumaattisen kriisin kokeneelle muistitoiminnan hallitsemattomuus on kivuliaan tuttua. Draaisma (2011, 7–8) kuvaa muistia omatahtoiseksi koiraksi, joka paneutuu makuulle, minne haluaa ja noutaa meille asioita, jotka olimme jo kerran heittäneet pois. Näitä elämämme sattumuksia tallennamme omaelämäkerralliseksi eli autobiografiseksi muistiksi kutsuttuun osaan muistiamme, joka on Draaisman mukaan yhtä aikaa muistikirja ja unohduskirja. Vaikka Schacterin mukaan (1996, 89–93) menneisyys näyttäytyy meille helposti sekalaisena kokoelmana kuvia ja katkelmia, on omaelämäkerrallisella muistillamme perusrakenteensa, joka jakautuu kolmeen hierarkkiseen tasoon: 1) vuosissa tai vuosikymmenissä mitattavat pidemmät ajanjaksot tai elämänvaiheet, 2) päivissä, viikoissa tai kuukausissa mitattavat yhdistelmät tapahtumista ja 3) sekunneissa, minuuteissa tai tunneissa mitattavat lyhytkestoiset, spesifit tapahtumat. Esimerkki ensimmäisestä voisi olla koko opiskeluaika, toisesta lomamatka ja kolmannesta saapuminen kokoukseen valmistautumattomana. Schacterin mukaan tarinoita kertoessaan ihminen käyttää yleensä jokaista kolmea tasoa niitä keskenään limittäen ja yhdistellen. Muistellessaan ihminen liikkuu kerronnassaan lyhyt- ja pitkäkestoisten sekä yleisten ja spesifien muistojen välillä. Kertoessaan elämäntarinaansa kertoja yhdistelee kaikkia kolmea tasoa, ikään kuin kooten palapeliä yksittäisistä muistikuvista, näkökulmaa laajentaen ja supistaen. Tämä palapeli on samalla narratiivista jatkuvuutta menneisyyden ja nykyisyyden välillä, ja se on merkittävä tekijä identiteetin muodostuksessa.

Kielen avulla voimme kuvata toisillemme kokemusmaailmaamme. Muistelu ei ole vain menneen todellisuuden kuvaamista, vaan myös nykyisen todellisuuden tuottamista. Eheän kertomuksen tuottaminen kasvattaa kerrotun etäisyyttä elettyyn elämään, sillä elämä itsessään ei varsinaisesti ole jäsentynyttä ja eheää. (Huotelin 1996, 30-31.) Kertomusten totuudellisuuden asettavat kyseenalaisiksi paitsi muistin rajallisuus, myös kertojan tarkoitusperät, kulttuuriset kertomisen konventiot ja se, kenelle kertomus osoitetaan. Rikkonaiset, muuntuneet ja jopa valheelliset kertomukset voivat kuitenkin välittää jotain olennaista sen kertojasta ja kertojan kokemuksesta. Elämäkertatutkimuksen suomalaiseen sosiologiaan tuonut J.P. Roos on sanonut omaelämäkerran olevan ”genre, jossa fiktiivinen ja non-fiktiivinen aines aina taistelevat keskenään”. Kiinnostavaa ei ehkä olekaan, kuinka täydellisesti ihmisen muisti tallentaa tapahtuneet ja kuinka muuttumattomina nämä kokemukset välittyvät muille ihmisille. Varsinkin kriisien ja vastoinkäymisten kohdalla on mielenkiintoista, mitkä asiat ovat niin merkityksellisiä, että ne vielä vuosikymmenienkin kuluttua palautuvat mieleen ja ne halutaan kertoa myös muille.

4.4 Elämäkertatutkimus narratiivisen tutkimuksen alalajina

Erilaiset tutkimustyytit – eli tutkimusstrategiat tai tutkimusotteet – eroavat toisistaan sen suhteen, mitä tutkimuksessa tarkastellaan. Tarkastelun kohde ilmenee esimerkiksi sellaisissa laadullisten tutkimustyyppien nimissä kuin diskurssianalyysi, toimintatutkimus tai historiatutkimus. Samaan tapaan elämäkertatutkimuksen kohteena on luonnollisesti elämäkertojen tarkastelu. (Hirsjärvi 2009, 191.) Narratiivis-elämäkerrallisessa tutkimuksessa elämän eri episodit liitetään narratiivisen ajattelun avulla toisiinsa. Tutkittavaa ilmiötä tarkastellaan tällöin suhteessa kerrottuun elämään. Narratiivista tutkimusta voidaan tehdä myös ajallisesti suppeasta jaksosta, mutta elämäkerrallinen tutkimus kaipaa analyysiinsä kertomuksia, jossa kerrottava aikaväli on pidempi. (Erkkilä 2011, 211.) Elämäkerta eli biografia voidaan määritellä toisen henkilön laatimaksi selvitykseksi jollain tavalla merkittäväksi luokitellun henkilön elämästä. Omaelämäkerta eli autobiografia taas on henkilön itse omasta elämästään laatima kirjallinen kuvaus, joka voi olla julkinen ja painettu, tai painamaton, kuten esimerkiksi kirjoituskilpailuun

lähetetyt kirjoitukset. (Säntti 2007, 29.) Elämä- ja omaelämäkertoissa elämää selostetaan yleensä lapsuudesta alkaen ja nykyhetkeen edeten. Juonellinen rakenne voi kärsiä koko elämän käsittävässä kertomuksissa, kun taas jonkin tietyn tapahtuman ympärille rakentuviissa tarinoissa se on yleensä dynaamisempi. (Hänninen 2010, 163.) Säntti (2007, 30) kutsuu tällaista yksittäisiin tapahtumiin keskittyvää tarinaa elämäntarinaksi erotuksena elämän kokonaisvaltaisesta esityksestä, elämäkerrasta. Traumanarratiiveja tutkineet Laitinen ja Uusitalo (2008, 122) huomauttavat, että kaikki tarinat eivät ole ehyitä eivätkä välttämättä näytädy kuulijalle mielekkäinä, sillä vaikeita kokemuksia voi olla mahdotonta muodostaa selkeäksi tarinaksi. Heidän mukaansa kertomisen prosessi on kuitenkin merkityksellinen, vaikka itse narratiivi ei olisikaan selkeä.

Paanasen mukaan (2008, 22–23) elämäkertatutkimuksessa ollaan kiinnostuneita yksilön elämän jokapäiväisistä sosiaalisista kokemuksista, jotka saavat merkityksensä osana yksilön elämäkertaa. Omalle toiminnalle luodaan jatkuvasti merkityksiä vuorovaikutuksessa ympäröivän maailman kanssa, ja tätä sosiaalista tulkitaan myös oman elämäkerran kautta. Elämänkertomus on yksilön vapaamuotoinen kertomus, jossa yksilö voi valita, mitkä asiat ovat relevantteja. Tutkimuksessa elämänkertomusten avulla voidaan lähentyä sitä, miten yksilöt konstruoivat tiettyjä sosiaalisia ilmiöitä tietyssä kohtaa elämäänsä ja millaisia merkityksiä ne saavat, sekä miten nämä merkitykset muuttuvat elämän aikana. Tämän tutkimuksen lähtökohtana ovat iäkkäiden suomalaisten tarinat kriisien ja vastoinkäymisten kokemuksista. Kirjoittamalla kokemuksistaan tutkittavat ovat konstruoineet tarinansa kertomuksiksi. Näiden kertomusten voidaan ajatella muuttuvan narratiiviksi, kun tutkijana analysoin niitä narratiivisesta näkökulmasta (Vrt. Kujala 2007, 27.)

5 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimusraportissa on edellä pyritty kuvaamaan tutkimuskohdetta teoreettisesti – mitä siitä on kirjoitettu aiemmin, mitkä sen erityispiirteet ovat ja millä tavoin siitä voidaan saada pätevänä pidettävää tietoa (vrt. Ikonen 2001, 445). Elämän, kuoleman, elämäkulun, iän ja vanhenemisen teemat ovat toivoakseni tarjonneet lukijalle työkaluja ymmärtää tutkimuksen kohdejoukon, iäkkäiden kokemusmaailmaa. Lisäksi kriisin käsitteen avaamisella ja kriisiprosessin kuvaamisella on pyritty rakentamaan esiymmärrystä aineistossa kuvatuille kriisikokemuksille ja niiden analysoinnille. Kolmantena ja viimeisenä teoriaosuutena on edellä käsitelty elämäkerrallisuuden ja narratiivisuuden metodologista taustaa ja peruskäsitteistöä. Tältä pohjalta siirryn esittelemään tämän tutkimuksen ydintä ja liikuttavaa voimaa, tutkimuksen tarkoitusta ja tutkimuskysymyksiä, minkä jälkeen kerron tutkimuksessa käytetystä aineistosta, iäkkäiden ihmisten kirjallisista elämäkertoista. Luvun lopuksi, ennen tuloksiin siirtymistä, esittelen ne konkreettiset tavat, joilla olen lähestynyt aineistoa ja pyrkinyt vastaamaan tutkimuskysymyksiin.

5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvailla ja tulkita kriisikokemuksia sellaisena kuin ne näyttäytyvät ikääntyvien suomalaisten elämäkerrallisten kirjoitusten valossa. Tutkittavaa ilmiötä tarkastellaan suhteessa kerrottuun elämään ja sen eri vaiheisiin (vrt. Erkkilä 2011, 211). Tutkimuksessani kysyn:

Millaisia ovat iäkkäiden suomalaisten kertomukset kriisikokemuksista osana heidän elämäkulkuaan?

-Millaisia kriisejä kirjoituksissa käsitellään?

-Mitkä ovat kuvattujen kriisien olosuhteet?

-Millaisia ovat kriisien ratkaisut?

-Millaisia merkityksiä koetuille kriiseille annetaan?

välttämättä sovi sellaisenaan tutkittavaksi, vaan tutkijan tulee kytkeä se omiin tutkimusintresseihinsä. Arkistojen materiaalit, kuten tässä tutkimuksessa käytettävät muistelmat, ovat yksi esimerkki valmiista aineistoista. (Vrt. Hirsjärvi 2009, 186–188.) Laadullisesti painottuneen tutkimuksen kirjallinen aineisto on yleensä luokiteltavissa joko yksityisiin dokumentteihin tai joukkotiedotuksen tuotteisiin. Joukkotiedotuksen tuotteet ovat esimerkiksi sanoma- ja aikakauslehdet, yksityisiä dokumentteja taas esimerkiksi päiväkirjat, muistelmat ja kirjeet (Tuomi & Sarajärvi 2009, 84).

Tutkimuksen aineistona käytetyt yksityiset dokumentit ovat 60 vuotta täyttäneiden suomalaisten miesten ja naisten kirjoitelmia. Kyseessä on Suomen Mielen-terveysseuran ja ET-lehden yhdessä keräämä materiaali Elämän konkari -nimiseen kirjoituskilpailuun. Elämän konkari -kirjoituskutsua levitettiin vuosina 2012–2013 useissa eri lehdissä, internetissä, sosiaalisessa mediassa ja sähköpostilistoilla. (Elämän konkari -kirjoituskilpailu 2013, 3.)

Kirjoituskutsu oli seuraavanlainen:

”Yli 60-vuotias, miten olet päässyt yli elämän isoista ja pienistä kriiseistä? Mitä ymmärrystä tai taitoja olet niiden myötä saanut? Mikä tuo iloa elämääsi? Jaa tärkeät kokemuksesi, kerro tarinasi ikätovereillesi ja muille! Suomen Mielen-terveysseura kerää suomalaisten yli 60-vuotiaiden kirjoituksia elämäntaidoista, muutosten kohtaamisesta sekä vastoinikäymisten kanssa pärjäämisestä. Tavoitteena on nostaa esiin konkareiden konstit ja kokemus. Kolme parasta kirjoitusta palkitaan. Kilpailu toteutetaan yhdessä ET-lehden kanssa.” (Emt 7.)

Lisäksi kirjoittajia ohjeistettiin kirjoittamaan 1–10 sivua, lähettämään teksti sähköpostilla ja merkitsemään kirjoituksen alkuun nimimerkki, ikä ja sukupuoli. Kirjoituskutsussa informoitiin myös kirjoitusten tallentamisesta Yhteiskuntatieteelliseen tietoaarkistoon sekä mahdollisuudesta kieltäytyä oman kirjoituksen päätymisestä tutkimuskäyttöön. (Emt 7.) Olen saanut luvan Yhteiskuntatieteellisestä arkistosta kyseisen aineiston käyttöön tätä pro gradu -tutkielmaa varten 25.4.2017.

Alkuperäinen aineisto koostuu 69 erillisestä Word-tiedostomuotoisesta kirjoituksesta, joiden tekijöistä 42 on naisia ja 27 miehiä, joiden iät ovat 60 ja 92 ikävuoden välillä. Aineistoa on yhteensä 398 sivua. Vaikka kirjoituskutsussa ei etsitty erityisesti muistelmia tai omaelämäkerran kirjoittamista, on suuressa osassa kirjoituksia kerrottu omasta elämästä järjestyksessä lapsuusvuosista alkaen aina kirjoitushetkeen saakka.

Tässä tutkimuksessa alkuperäinen aineiston kirjoitusten määrä on rajattu 28 kirjoitukseen, joista 20 on naisten ja kahdeksan miesten kirjoittamia. Kirjoittajien iät vaihtelevat 60 ja 88 ikävuoden välillä. Kirjoitusten pituus on yhdestä kymmeneen sivua, ja yhteensä analysoitavaa tekstiä on 140 sivua. Perustelen rajaamista ja kuvaan siihen liittyvää prosessia seuraavassa, tutkimusmenetelmiä ja analyysin vaiheita käsittelevässä luvussa.

5.3 Tutkimusmenetelmät ja tutkimuksen kulku

Luvussa 4 on kuvattu elämäkertoihin ja tarinallisuuteen liittyvää käsitteistöä ja elämäkerrallis-tarinallisen tutkimusotteen tieteellistä taustaa. Seuraavaksi kerron tarkemmin menetelmistä, joita juuri tässä tutkimuksessa on käytetty. Tutkimusmenetelmät ovat hioutuneet vähitellen sekä tämän tutkimuksen aineistoon, että laajemmin muihin narratiivisiin ja elämäkerrallisiin tutkimuksiin tutustumisen kautta.

5.3.1 Elämäkerrallis-narratiivinen tutkimusote tässä tutkimuksessa

Narratiivisuudella tarkoitan tässä tutkimuksessa kokonaisvaltaista otetta. Tutkijana olen sitoutunut siihen ajatukseen, että juuri tarinoiden avulla pääsemme lähelle sitä, mikä on olennaista ihmisyydessä ja ihmisenä kasvamisessa. Narratiivisuus ilmenee ensinnäkin aineiston kertomuksellisessa luonteessa: aineisto koostuu lapsuudesta vanhuuteen etenevistä juonellisista kertomuksista, jotka on suunnattu tietyille yleisölle – tutkijoille ja suomalaisille lukijoille. En kuitenkaan suhtaudu kertomuksiin fiktiona tai satuina, vaan niiden kertojille tosina (vrt. Erk-

kilä 2011, 201). Olennaista ei ole tarinan ja todellisuuden yksi yhteen -vastavuus, eikä se itse asiassa ole mahdollistakaan. Tärkeää on se, kuinka tarina voi olla ikkuna kertojansa elämysmaailmaan. Ymmärrän kertomukset kirjoittajiensa pyrkimyksinä ilmaista heille merkityksellisiä asioita elämästään. Samalla kertomukset ovat oletettavasti sellaisia, joiden kirjoittaja ajattelee kiinnostavan tai auttavan lukijoita ja tutkijoita, joten ne voidaan tulkita myös pyrkimyksenä vaikuttaa toisiin ihmisiin.

Narratiivisuus näkyy tässä tutkimuksessa myös tavassa lukea aineistona olevia kertomuksia. Narratiivisessa tutkimuksessa ensimmäisellä lukukierroksella aineiston lukutavan tulee olla samanlainen kuin kaunokirjallisuutta lukiessa – kirjailijan sanomalle avoin, eläytyvä ja ”tarinoiden kanssa ajatteleva”. Toisella lukukerralla aineistosta voi jo etsiä tarkempia vivahteita. (Vrt. Hänninen 2010, 167). Viimeisenä narratiivisuus näkyy aineiston analyysin tavassa. Tässä tutkimuksessa on tehty, kuten narratiivisessa analyysissä usein, yhdistelty elementtejä niin kategorisesta kuin holistisestakin analyysistä, painottaen kuitenkin kategorista analyysia.

Elämäkerrallista tästä tutkimuksesta tekee sen elämäkertoista koostuva aineisto ja tutkijan kiinnostus näissä kertomuksissa kuvattaviin jokapäiväisiin, sosiaalisiin kokemuksiin, joita kertojat tulkitsevat osana elämänsä kulkuaan. Tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita kriisikokemuksista eri elämänvaiheissa, ja näiden elämänvaiheiden välisistä suhteista. Mielenkiintoinen elämäkerrallinen elementti on myös aineiston muistelunäkökulma: millä tavalla aiempien elämänvaiheiden tapahtumat asettuvat ymmärrettäviksi ajan tarjoaman etäisyyden kautta?

5.3.2 Tutkimuksen alkuvaiheet

Tutkimusprosessi sai alkunsa kuukausia ennen aineiston löytymistä. Alun perin tarkoituksena oli kerätä aineisto, joka liittyisi iäkkäiden ihmisten kehollisuuden kokemuksiin ja vanhenemiseen. Mielenkiintoinen Yhteiskuntatieteellisestä arkistosta löytynyt aineisto kuitenkin muutti tutkimuksen suuntaa, vaikka iäkkäät ihmiset ja vanheneminen säilyivätkin teemoina myös uudessa tutkimusasetelmassa. Saatua luvan aineiston käytölle, latusin sen tietokoneelleni ja ymmärsin jo no-

pealla vilkaisulla haluavani työskennellä juuri tämän aineiston parissa. Aloitin tu-
lostamalla koko aineiston ja lukemalla sen kertaalleen läpi yrittäen suhtautua sii-
hen mahdollisimman avoimesti ja uteliaasti.

Aloittelevalle tutkijalle oli vaikeaa nähdä, että valmiiseen aineistoon ei voi pakot-
taa mitä tahansa kysymyksiä, varsinkin kun olin jo lukuvuoden verran ehtinyt täyt-
tää päätäni kiinnostavilla pro gradu -aiheilla. Vasta todella ymmärrettyäni aineis-
tolähtöisyyden tärkeyden valmista aineistoa käytettäessä, kriisiteema alkoi kuin
itsestään nousta aineistosta, mitä vauhdittivat varmasti psykologian sivuaineopin-
toni sekä taustoittivat omat kriisikokemukseni. Aineiston laajuus asetti omat haas-
teensa; alusta asti vaikutti siltä, että aineistoa tulisi rajata, mutta tutkimuskysy-
mysten ja metodologian ollessa vielä kehitteillä perusteltavissa olevia rajauseh-
toja oli vaikea löytää. Toisen lukukerran jälkeen päätin kirjoittaa jokaisesta 69 ta-
rinasta itselleni tiivistelmän, jotta pystyisin hahmottamaan suuren aineiston pa-
remmin. Lähes 400 sivua tiivistyi helpommin hallittavaksi 35 sivun kokonaisuus-
deksi, jota käytin pitkän tutkimusmatkaa eräänlaisena työkirjana.

Kirjallinen kertomusaineisto ja Janne Sántin väitöskirjan (2007) esimerkki ohjasi-
vat minua tutustumaan narratiiviseen ja elämäkerralliseen tutkimukseen, mikä
auttoi luomaan ehdot aineiston karsinnalle. Analysoitaviksi valikoituivat kirjoitel-
mat, jotka täytyivät kolme ehtoa. Ensimmäkin kirjoituksen tuli olla tarinamu-
dossa, eli siinä oli oltava juonen avulla yhteen punotut alku keskikohta ja loppu
(vrt. Hänninen 2002, 20). Toisekseen kirjoituksen oli oltava omaelämäkerraksi
luokiteltavissa, mikä tarkoittaa henkilön itsensä kirjoittamaa, kokonaisvaltaista
oman elämän kuvausta, jossa käsitellään eri elämänvaiheita lapsuudesta van-
huuteen (vrt. Sántti 2007, 29–30). Kolmanneksi kirjoituksissa tuli olla yhden tai
useamman kriisin kuvaus. Osa kriiseistä oli kirjoittajien itse eksplikoimia (esim.
nimim. Iltarannan mummo: ”Vielä viimeisenä työssäolovuotena jouduin kriisiin, eli
työpaikkakiusatuksi”), osa valikoinnista tapahtui tutkijan tulkinnan perusteella, tu-
keutuen määritelmään kriisistä elämäntilanteena, jossa yksilöllä ei ole voimia tai
osaamista käsitellä ja ymmärtää välittömästi tilannetta, jonka hän kohtaa. Rajauk-
sen jälkeen analysoitavaksi jäi 28 omaelämäkerran aineisto, jonka kokonaispi-
tuus oli 140 sivua. Siirsin aineiston laadullisen aineiston analysointia helpotta-
vaan Nvivo-ohjelmaan.

5.3.3 Kertomusten rakenneanalyysi, koodaaminen ja luokittelu

Käyttämäni aineiston analyysitapa myötäilee William Labovin kertomusten rakenneanalyysia (1981), johon olen alun perin tutustunut Pirkko Sandelinin väitöskirjassaan (2007) käyttämänä. Sandelin on tutkinut terveydenhuollon työntekijöiden työssä kokemaa väkivaltaa ja analysoinut työntekijöiden kirjoitelmista sekä litteroiduista haastatteluista muodostunutta aineistoaan pelkistämällä sen sisältöjä ja rakenteita ydinkertomuksiksi Labovin rakenneanalyysin avulla. Sandelinin analyysi jakautuu väkivallan kokemusten 1) orientaatioon, 2) toimintaan, 3) ratkaisuun ja 4) arviointiin. Sandelinin luokittelua myötäillen ja hieman muokaten olen omassa analyysissäni pelkistänyt kertomusten kriisikokemukset ydinkertomuksiksi, jotka jakautuvat kokemusten 1) olosuhteisiin 2) tapahtumiin, 3) ratkaisuihin ja 4) arviointiin.

Labovin mukaan (1981, 226) useimmat narratiivit tarjoavat neljänlaista orientoivaa tietoa: aika, paikka, kuvattuun tapahtumaan osallistuvat ihmiset sekä heidän toimintansa juuri ennen tapahtumaa tai sen alussa. Kutsun Labovin orientaatiota analyysissäni kertomuksen *olosuhteiksi* ja tarkoitan niitä paikkoja, elämäntilanteita ja elämänkulun vaiheita, joihin kriisi sijoittuu sekä niitä ihmisiä, jotka ovat mukana kriisikertomuksissa. Sandelinin käyttämä termi ”toiminta” sopii hyvin hänen analysoimiinsa väkivaltakertomuksiin, mutta kriisianalyysissäni käytän laiveampaa termiä *tapahtumat*, jolla tarkoitan kriisiin liittyvää tapahtumaketjua: mitä sen aikana tapahtuu, kauanko kriisi kestää ja millaisia vaiheita siihen sisältyy. Kriisin *ratkaisuille* tarkoitan niitä tapoja ja keinoja, joilla kriisi saa päätöksensä, jos saa. Kriisin *arviointiin* kuuluvat kysymykset kriisin seurauksista ja seurausten merkityksistä. Erityisesti pyrkimyksenä on tarkastella kriisiä kasvatustieteellisestä näkökulmasta, potentiaalisena oppimis- ja kasvukokemuksena (Vrt. Labov 1982; Sandelin 2007.) Lasten kertomukset keskittyvät usein toimintaan, mutta vanhelessaan ihminen liittää kertomuksiin yhä enemmän arvioivia elementtejä. Kysymys ei silloin ole pelkästään siitä, mitä tapahtui, vaan myös siitä *mitä ei tapahtunut*. Arviointi ilmenee tällöin kertomuksissa muun muassa negaatioina, futuureina, erilaisina tapaluokkina ja vertaamisina. (Labov 1982, 226.)

Nvivo-ohjelman avulla koodasin aineiston jakamalla ensin jokaisen kertomuksen elämänvaiheisiin: lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen ja vanhuuteen. Koodaus

auttoi hahmottamaan kirjoittajien elämänvaiheita sekä kriisien ja vastoinkäymisten asettumista suhteessa heidän elämänkulkuihinsa. Nämä neljä kategoriaa alakoodasin edelleen tekstistä useiden lukukertojen jälkeen nousseiden teemojen mukaan. Lapsuuden alakodeja olivat esimerkiksi ”vanhemmat”, ”sota”, ”maaseutu” ja ”kiusaaminen”. Alakoodien avulla pyrin hahmottamaan kussakin elämänvaiheessa vallitsevia olosuhteita sekä tärkeitä ihmisiä ja asioita. Toisella koodauskierroksella otin keskiöön kriisit ja vastoinkäymiset, ja koodasin ne edellä kuvattua rakenneanalyysiä hyödyntäen: oman koodinsa saivat kriisien ja vastoinkäymisten 1) olosuhteet, 2) tapahtumat, 3) ratkaisut ja 4) arviointi. Koodausten perusteella loin taulukon (liite) havainnollistamaan sitä, mihin elämänvaiheisiin kunkin kirjoittajan kuvaamat kriisit ja vastoinkäymiset asettuvat.

Laajan aineiston kokonaisvaltainen kahteen kertaan koodaaminen oli monen kuukauden työ, mutta lopulta se helpotti huomattavasti tulosten saamista. Etsin vastauksia kriisien olosuhteisiin ja tapahtumiin liittyviin tutkimuskysymyksiin käsitellen jokaista elämänvaihetta erikseen ja etsien aineistosta yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Vastoinkäymisten ratkaisuun ja arviointiin liittyviin kysymyksiin etsin vastauksia tarkastelemalla vuorollaan kummankin kategorian koodauksia ja hyödyntämällä aiempia koodauksiani kunkin elämänvaiheen teemoista. Nvivo mahdollisti tällaisen eri koodausvaiheiden ristiin käyttämisen näyttämällä sivupaneelissa esimerkiksi sen, mitkä kohdat kirjoitusten arviointikohdista liittyivät heidän vanhempiansa. Liikun myös jatkuvasti edestakaisin koodattujen tekstikatkelmien ja alkuperäisen, kokonaisen tekstin välillä, jotta välttyisin liialliselta kokonaiskertomuksen pilkkomiselta. Nvivo mahdollisti tässä myös kokonaiskertomuksen lukemisen halutuilla teemoilla koodattuna, mahdollisuus jota käytin erityisesti kahta jälkimmäistä tuloslukua kirjoittaessani.

Viitaten luvussa 4.2 käsittelemiini narratiivisen tutkimuksen analysointitapoihin, tässä tutkimuksessa tekemäni narratiivinen analyysi on ollut pääasiassa kategorista. Tutkimuksen alkuvaiheissa tekemääni kertomusten tiivistämistä voisi pitää holistisena analyysivaiheena. Samoin tutkimustuloksieni esitystavassa lukija voi havaita siirtymän ensimmäisen tulosluvun selkeästä kategorisesta otteesta, toisen tulosluvun astetta holistisempaan ja viimeisen luvun edellistäkin kokonaisvaltaisempaan otteeseen. Käytännössä tämä näkyy tavassa integroida tekstiotteet aineistosta osaksi tutkijan tulkinnallista kertomusta. Olen rakentanut tämän esitystavan y ajatellen lukijaystävällisyyttä, sillä alun pidempien lainauksien kautta

lukija tutustuu vähitellen tutkittaviin ja heidän kertomuksiinsa, minkä jälkeen lainaukset kulkevat rinnakkain tutkijan ääneni kanssa, ja lopulta sulautuvat siihen. Tämän viimeisen vaiheen voisi tulkita yhdeksi suureksi holistiseksi kertomukseksi, mutta toisaalta siinä kuuluvat myös tutkittavien erilaiset, joskus vastakkaiset äänet ja tavat tulkita kriisien merkitystä elämässään.

5.4 Tutkimuseettiset kysymykset

Tutkimuksen eettisyys kietoutuu kysymykseen siitä, mitä on hyvä tai laadukas tutkimus. Tuomi ja Sarasjärvi esittävät merkittävänä hyvän tutkimuksen kriteereinä yhtäältä tutkimuksen sisäisen johdonmukaisuuden, joka konkretisoituu tutkimusraportin argumentaatioissa, toisaalta tutkimuksen eettisen kestävyuden. Eettisesti kestävä tutkimus ei ole vain kriteerilistojen ruksaamista, vaan vaatii tutkijalta eettistä sitoutumista kaikissa tutkimusprosessin vaiheissa. (Tuomi & Sarasjärvi 2009, 127.) Tutkijalta vaaditaan herkkyyttä ja ammattitaitoa huomata juuri oman tutkimuksensa ongelmakohdat (Eskola & Suoranta 2008, 59).

Suomessa tieteelliseen tutkimukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä käsittelee Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). TENK jakaa ihmistieteitä koskevat eettiset periaatteet kolmeen osa-alueeseen: 1) Tutkittavan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, 2) vahingoittamisen välttäminen sekä 3) yksityisyys ja tietosuoja. Itsemääräämisoikeuteen sisältyy esimerkiksi se, että tutkimukseen osallistumisen tulee olla vapaaehtoista ja tutkittavia tulee informoida riittävästi. Vahingoittamisen välttäminen tarkoittaa henkisiltä haitoilta suojaamista sekä taloudellisten ja sosiaalisten haittojen välttämistä. Yksityisyyden suoja on Suomen perustuslailla suojattu oikeus. Tutkimuksessa yksityisyyden suojaaminen tarkoittaa tutkimusaineiston suojaamista, sen asianmukaista säilyttämistä ja hävittämistä sekä yksityisyyden huomioimista tutkimusjulkaisuissa. (TENK 2009, 1–11.)

Koska tässä tutkimuksessa käyttämäni aineisto ei ole itse keräämäni, eettinen paine kohdistuu kohdallani vähemmän tiedon hankintaan (kohdat 1 ja 2) ja enemmän tiedon käyttöön (kohta 3). Tutkittavan itsemääräämisoikeudesta ja vahingoittamisen välttämisestä todettakoon kuitenkin, että tutkittavat ovat itse vapaaehtoisesti ja aktiivisesti lähettäneet kirjoituksensa kirjoituskilpailuun. Eri medioissa jul-

kaistuissa kirjoituskutsuissa on kerrottu, että kilpailuun vastaanotetuista kirjoituksista toimitetaan julkaisu ja tekstejä voidaan käyttää Suomen Mielenterveysseuran sekä ET-lehden materiaaleissa. Lisäksi kutsussa on kerrottu, että kirjoituksia käytetään tutkimustarkoituksiin, minkä kirjoittaja voi kuitenkin halutessaan kieltää ilmaisemalla asian kirjoituksensa alussa – tämän tuloksena viisi kirjoitusta onkin poistettu aineistosta. Anonymiteettia suojaavat kirjoittajien käyttämät nimimerkit, ja lisäksi kirjoituksista on arkistoinnin yhteydessä poistettu tapauskohtaisesti kolmansiin henkilöihin liittyviä tunnistetietoja. (Elämän konkari -kirjoituskilpailu 2013.)

Aineiston asiallisessa ja turvallisessa siirtämisessä ja käsittelyssä olen tukeutunut ja sitoutunut Yhteiskuntatieteellisestä tietoarkiston (Aila) käyttöehtoihin ja Ailassa sijaitsevien aineistojen yleisiin käyttöehtoihin. Ailan käyttöehtoihin kuuluu muun muassa se, että otan tutkijana vastuun kaikista käyttäjätunnuksellani tehdyistä toimenpiteistä (Tietoarkisto 2018). Aineistojen yleiset käyttöehdot sitovat minut käyttämään aineistoa vain ilmoittamaani käyttötarkoitukseen (Pro-gradu -työhöni) ja hävittämään aineiston sen jälkeen. Aineistoa on myös pidettävä pois ulkopuolisten ulottuvilta ja aineiston siirtämisessä noudatettava varovaisuutta. Aineiston tietoihin liittyvien henkilöiden tietosuojaa ei saa vaarantaa aineiston käytössä eikä tutkimusjulkaisussa. Aineiston tekijänoikeudet kuuluvat sen alkuperäiselle kerääjälle, ja tekijöihin on viitattava asianmukaisesti. Näihin aineiston yleisiin käyttöehtoihin sitoutumalla olen sitoutunut samalla noudattamaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimia eettisiä periaatteita. (Vrt. Tietoarkisto 2014.)

Alusta asti minulle on tutkijana ja ihmisenä ollut selvää, että käyttöni suotuun aineistoon on suhtauduttava kunnioituksella. Olen asettunut jokaisen tekstin äärelle kuin kohtaisin niiden kirjoittajan kahdenkeskisessä keskustelussa. Tämän asenteen olen pyrkinyt pitämään silloinkin, kun teksti on alkanut tuntua yhdeltä suurelta massalta ja koodatut tekstinkatkelmat ovat vilisseet silmissäni. Jokaisen tekstin takana on kokonainen ihmiselämä, ja jokaisen tekstin takana on ihminen, joka haluaa tulla kuulluksi. Pyrkimys laadukkaan tutkimuksen tekemiseen on ollut paras tapa kunnioittaa tämän heitä ja heidän kertomuksiaan.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on ollut kuvailla ja tulkita iäkkäiden suomalaisten kriisikokemuksia heidän elämänsä aikana. Seuraavassa esitän tutkimuksen tulokset niin, että aloitan vastaamalla luvussa 6.1 tutkimuskysymykseni kahteen ensimmäiseen alakysymykseen: ”Millaisia kriisejä kirjoituksissa käsitellään?” ja ”Mitkä ovat kuvattujen kriisien olosuhteet?” Luvussa 6.2 vastaan kolmanteen alakysymykseen ” Millaisia ovat kriisien ratkaisut?” ja lopuksi luvussa 6.3 neljanteen alakysymykseen, ”Millaisia merkityksiä koetuille kriiseille annetaan?” Tulosluvussa vuorottelevat suorat lainaukset kirjoittajilta ja niitä yhteen, ”suureksi tarinaksi” nivouttava oma tutkijan ääneni. Lainauksen yhteydessä esitetään kirjoittajan itse itselleen antama nimimerkki, ja suluissa tämän sukupuoli (N=nainen, M=mies) ja ilmoitettu ikä kirjoitushetkellä.

6.1 Kriisit kirjoittajien elämänsä aikana

Kaikkia tässä tutkimuksessa analysoituja tarinoita yhdistää se, että niissä käsitellään yhtä tai useampaa kriisiä. Taulukkoon 1 (liite) on koottu jokaisen kirjoittajan (N = 28) kokemat kriisit, niin että ne on asetettu niiden ajoituksen mukaan joko lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen tai vanhuuteen. Kaikissa tapauksissa tietyn tapahtuman kriisiksi luokittelu tai luokittelematta jättäminen ei ole ollut yksinkertaista. Tutkijan asemassa olen pyrkinyt parhaani mukaan tulkitsemaan kirjoituksia ja löytämään sieltä negatiivisina koetut elämäntapahtumat, joilla on merkitystä kertojan elämänsä aikana ja vaikutus hänen hyvinvointiinsa. Myös ikäkausiin jaottelussa olen joutunut pohtimaan eri ikäkausien rajojen sumeutta. Molemmissa rajauksissa olen tukeutunut tämän tutkimuksen käsitteenmäärittäisiin (ks. luku 2.1 Ikä ja elämän vaiheet, sekä luku 3.1 Erilaisia kriisejä). Esittämäni taulukko on yksinkertaistus, jonka avulla olen pyrkinyt selkeyttämään kuvaa kriisien ja vastoinikäymisten suhteesta elämänsä aikana. Taulukon tehtävänä on yhtäältä ollut helpottaa omaa analyysityötäni, ja toisaalta sen tarkoituksena on auttaa lukijaa hahmottamaan, millaisia kirjoittajia aineiston takana on ja millaisia vastoinikäymiä he ovat kokeneet. Olen edelleen tiivistänyt tätä taulukkoa kuuteen luokkaan,

jotka kuvaavat sitä, mihin teemoihin kohdatut kriisit ja vastoinkäymiset liittyvät ja merkinnyt taulukkoon 2, missä elämänvaiheessa kunkin tyyppinen kriisi aineiston kirjoituksissa esiintyy.

Taulukko 2. Kriisin luonne ja esiintyminen elämäkulussa tutkimuksen aineistossa.

Kriisin luonne	Lapsuus	Nuoruus	Aikuisuus	Vanhuus
Vaikeudet lapsuuden perheen jäsenten kanssa	x	x	x	
Sota ja köyhyys	x		(x)	
Vaikeudet koulussa / koulutuksessa	x	x	x	
Vaikeudet työelämässä		x	x	
Omaan Terveystilaan liittyvät vaikeudet	x	x	x	x
Vaikeudet parisuhteessa ja omiin lapsiin liittyvät vaikeudet		x	x	x

6.1.1 Lapsuuden kriisit











Kaikissa tutkimissani tarinoissa kuvataan lapsuutta, koska olen pitänyt tarinoiden elämäkerrallisuutta yhtenä kirjoitusten valintakriteerinä tutkimukseen, ja elämäkerrallisuuteen kuuluu määritelmällisesti kertomuksen ulottuminen lapsuudesta nykyhetkeen. Lyhimmillään lapsuuskuvaus on muutaman virkkeen pituinen (kuten nimimerkin Toivo Rikas kirjoituksessa, jossa lapsuuden kuvaaminen kattaa 2,5% koko sanamäärästä), pisimmillään lähes koko kirjoitus on lapsuuden kuvaimista (kuten ”Purrin” kirjoituksen lähes 84% lapsuuskuvausosuus). Seuraavassa kuvaan lapsuuden kriisien luonnetta sekä niitä olosuhteita, joissa ne esiintyvät.

Kasvua köyhyyden ja sodan keskellä

Millaisessa ympäristössä kirjoittajien elämä sai alkunsa? Kirjoittajat ovat kirjoitusajankohtana ilmoittamansa iän pohjalta laskettuna syntyneet noin vuosina 1926–52, eli pääosin 1900-luvun toisella neljänneksellä. Vuosikymmenittäin eritellen, yksi kirjoittaja on syntynyt 1920-luvulla ja yhdeksän kirjoittajista 1930-luvulla.

Enemmistö kirjoittajista, yhteensä 14 heistä, on syntynyt 1940-luvun kuluessa. Lisäksi kolme kirjoittajista on syntynyt 1950-luvulla, aivan vuosikymmenen alussa. (Taulukko 3.)

Taulukko 3. Tutkimusjoukon jakaantuminen ilmoitetun sukupuolen sekä arvioidun synnyinajan-
kohdan mukaan

1920-luku	1930-luku	1940-luku	1950-luku
			
			
			

Roosilaisia sukupolvia ajatellen voidaan kirjoittajien katsoa kuuluvan lähinnä suuren murroksen sukupolveen, eli niihin, jotka ovat syntyneet sodan aikana tai pian sen jälkeen ja jotka ovat kokeneet nuorina aikuisina 1960-luvun murroksen (vrt. Roos 1987, 55–56). Maaseutu elinympäristönä sekä maanviljely ja eläintenpito elinkeinona piirtyvätkin tarinoissa normina, joihin ei montaa poikkeusta löydy. Suomen itsenäistymistä seuranneiden 20 vuoden aikana työvoimaa siirtyi paljon maanviljelystä teollisuuteen ja palveluammattaihin, mutta maaudistusten myötä maanviljelijöistä tuli aiempaa varakkaampia ja itsenäisempiä (Meinander 2017, 216). Osalla kirjoittajista lapsuus on ollut työntäyteistä, mutta toimeentulo suhteellisen turvattua:

Synnyin sodan keskelle pienviljelijäperheeseen. (Sinipiika, N71)

Olen tyypillinen ns sanottujen suurten ikäluokkien edustaja. Synnyimme sisareni kanssa 1945 pienviljelijä perheeseen. Kotipaikka oli äidin koti, isä oli tullut ns kotivävyksi. Peltoa oli runsas 10 hehtaaria metsät olivat menneet ns sisarusuuksina äidin sisaruksille lähes tyystin. Tulo tuli kotiimme lypsykarjasta. Isä oli edistyksellinen ja meillä oli ensimmäinen "eissiire" lehmä jo kuuskymmen luvulla. Uudempi lehmärotu lypsi paljon enemmän kuin tavallinen suomen karja. (Kaksois-sisko maalta, N67)

Lapsuuteni vietin maaseudulla kauniissa ja rauhallisessa ympäristössä. Perheessämme arvostettiin työntekoa ja ihminen oli arvokas silloin, kun hän suoritti työnsä hyvin. (Sitkeä, N63)

Maatalous toi jonkinlaista turvaa myös sodan keskelle. Lisäksi pystyttiin auttamaan toisia, huonompiosaisia. Kovalla työllä ja luovuudella pärjättiin vaikeissakin olosuhteissa:

Talo ja tila pieneni, sillä lain mukaan piti antaa monta kymmentä hehtaaria siirtoväelle, jonka maat olivat joutuneet viholliselle. Naapureiksemme tuli karjalaisia kalastajia, joiden pyydyksiä kadehdimme, mutta olihan meilläkin omat rysämme ja mertamme, joilla saatiin kalaa. Sitä paitsi osasimme metsästä langoilla lintuja ja jäniksiä. (Kiteen kelmi, M81)

Opettajien omaelämäkertoja tutkinut Sääntti (2007, 107) kiinnitti huomiota kirjoittajien tapaan kertoa niukkuudesta ja puutteellisista oloista idylliseen sävyyn. Tämän tutkimuksen aineistossa erityisesti ”Maijan ystävän” kertomusta määrittää vastaavanlainen ”ylpeän selviämisen eetos”, jota vielä korostaa nykyajan lasten ihmettely:

Monesti Maija miettii, että jos voisi siirtää aikakelloa 60-70 vuotta takaisin päin, jolloin kaikki lapset eläisivät muutaman kuukauden sen aikaista elämää, niin toivottavasti heidän silmänsä aukeaisivat näkemään, millaista oli elämä heidän isovanhemmillaan samassa iässä. (Maijan ystävä, N75)

Nyky aikaan verrattuna poikkeuksellista oli ainakin sodan aiheuttamat muutokset, jotka koskettivat tavalla tai toisella kaikkia suomalaisia. Vuosien 1939–40 talvisota vei 24 000 suomalaisen hengen, ja taisteluissa haavoittuneita oli 66 000. Karjalasta ja Hankoniemeltä evakuoitiin lähes 400 000 siviiliä. Evakuoidut maanviljelijät saivat lain turvaaman oikeuden uuteen maahan. (Meinander 2017, 231.) Oma syntymä tai ensimmäiset muistot ovat sota-ajan lapsilla liittyneet tähän poikkeukselliseen yhteiskunnalliseen tilanteeseen:

Varhaisemmat muistot jäivät pienen tytön mieleen sodan syttymisestä ja isän lähtemisestä sotaan. (Maijan ystävä, N75)

Olisikohan elämäni ensimmäinen kriisi voinut ollut syntymäni? No, sitä en itse tiedä- vain toisten kertomana: sota-aika, äidin oli mentävä synnyttämään minut Helsinkiin Naistenklinikalle Kouvolasta käsin. Oliko syy se, että synnyin kuukautta ennen laskettua aikaa, sitä ei koskaan kerrottu enkä sitä itsekään kysynyt. Siihen aikaan ei lapsi saanut kysellä sopimattomia asioita, niin ainakin oli tilanne minun perheessäni. Paluumatkasta Kouvolaan on kerrottu, että Helsingissä oli pommitukset päällä, taksimies oli sanonut, että kyydittävän omalla vastuulla hän ajaa asemalle. (Katjusha, N70)

Lapselle sota-aika näyttäytyi arjen hämmentävinä muutoksina sekä aikuisten muuttuneena käytöksenä:

Varhaisemmat muistot jäivät pienen tytön mieleen sodan syttymisestä ja isän lähtemisestä sotaan. Mummi oli tuonut kaupassa käydessään aina jotakin hyvää tuliaiseksi, mutta nyt kauppoissa ei ollutkaan karkkeja eikä hedelmiä. Pieni tyttö ei ymmärtänyt, mihin kaikki makeat loppuivat. (Maijan ystävä, N75)

Siinä kylässä, jossa asuimme oli radio vain parissa talossa. Ihmisten levottomuuden lapsikin aisti ja viimeistään silloin kun illalla piti äidin mukana lähteä uutisia kuuntelemaan kilometrien päähän vaikka oli synkkää ja pimeää. Niihin aikoihin näkyi yötaivaalla merkillisiä suuria ilmapalloilta näyttäviä värikkäitä palloja. Palloja vartioitiin, mutta lieneekö koskaan selvinnyt mitä ne olivat? (Mekko, N77)

Kaiken kaikkiaan sodan vaikutukset kirjoittajien lapsuuteen ja lapsuudenaikaiseen hyvinvointiin vaihtelevat eri kirjoittajien välillä. Varakkaammasta perheestä kotoisin oleva kirjoittaja ”Pimmeli” käsittelee sodan kirjoituksessaan toteamalla: ”kävimme hyviä kouluja ja lapsuutemme oli turvallinen, sodasta huolimatta”. Toista ääripäätä edustaa ”Iltarannan mummo”, jonka vanhempien veljien lisäksi myös isä joutui yli-ikäisenä sotaan. Kirjoittajaan vaikutti tuntuvasti veljen psyykinen sairastuminen sodan seurauksena. Myös isän luonnetta sota-ajan kokemukset pahensivat:

Hän sairastui suurlavantautiin ja oleskelu puoli vuotta sotasairaalassa teki ennestäänkin vaikealuonteisesta miehestä pedon. Siihen vaikutti suuresti hänen kahden vuorokauden makailu valekuolleena ruumishuoneella, josta löytyi elävänä, mutta muuttuneena. (Iltarannan mummo, N78)

Yhteiskunnallisista tekijöistä merkittäviä lapsuuden vastoinkäymisten syitä olivat siis aineellinen puute ja sotaolot. Ne korostuvat muutamassa kirjoituksessa, mutta eivät esiinny toisissa lainkaan, mikä kertonee yhtäältä yhteiskunnallisesta eriarvoisuudesta ja toisaalta silkasta sattumasta. Sotaa ja köyhyyttä selkeämmin lapsuutta vaikuttavat kriisiyttäneen vanhempien kasvatustenetelmät ja vaikeat luonteet. On syytä kuitenkin nähdä asioiden mahdolliset syy-yhteydet ja huomioida sodan vaikutukset vanhempien psyykeeseen, mikä tulee kertomuksissa erityisesti isien kohdalla esille.

Turvaton koti

Äidin ja isän merkitys lapsuudessa korostuu kertomuksissa odotetusti. Kahden vanhemman perheet eivät nykyäänkään ole itsestäänselvyys, mutta kirjoittajien lapsuudessa syynä toisen vanhemman läsnäolon puuttumiselle oli (avio)erojen sijaan ennen kaikkea suurempi kuolleisuus. Sodan, sairauksien tai tapaturmien vuoksi kaikilla ei ollut lainkaan mahdollisuutta luoda suhdetta äitiin tai isään:

Äitini Helmi odotti minua seitsemännellä kuulla raskaana kun tapahtui työtapaturma, jonka seurauksena isäni Vihtori kuoli. (Mekko, N77)

Elämäni ensimmäinen kriisi oli 10kk:n ikäisenä, jolloin äitini kuoli "lentävään keuhkotautiin". Tosin tätä kriisiä en tietenkään muista. (Maisa, N67)

"Tellervo" kuvaa menettäneensä kymmenen vanhana molemmat vanhempansa, kun hän päätyi siskonsa kanssa lastenkotiin isän kuollessa aivohalvaukseen ja äidin sairastaessa skitsofreniaa. Lasten surutyön tukeminen oli lastenkodin johtajalle vieras ajatus:

Marraskuun puolivälissä johtaja ilmoitti [Siiri]lle ja minulle, että isä oli kuollut. Kyyneleet valuivat poskilleni, vapisin ja itkin ääneen, [Siiri] nyyhkytti vieressäni. Johtaja ihmetteli, miten me sellaista isää voimme itkeä. Ei saanut puhua, ei itkeä, eikä surra. Ei ollut ketään, joka olisi lohduttanut. Me sisarukset emme osanneet puhua keskenämme kodin tapahtumista, niin kauheita ne meille olivat. (Tellervo, N66)

Lapsen elämässä läsnä oleva vanhempi ei sekään aina taannut hyvinvointia. Kirjoittajat saivat usein jommaltakummalta enemmän rakkautta, mikä parhaissa tapauksissa teki siedettävämmäksi sen, että toinen vanhemmista oli kylmä, etäinen tai jopa väkivaltainen. ”Haden” isän kasvatustapoihin kuuluivat rangaistuksilla uhkailu, syyllistävä moittiminen ja vihakohtaukset:

Äidiltä saimme kuitenkin rakkautta ja jonkinlaista pullantuoksuista lämpöä, jota sävytti aran varuillaanolon tunnelma: ”Ollaan tässä vaan kivasti yhdessä ja niin, ettei isä suutu!” (Hade, M68)

Nimimerkin ”Uteliäs elämälle” kohdalla isän lempeys taas pelasti luhistumiselta äidin väkivaltaisuuden edessä. Kirjoittaja kuvaa isän rakkauden olleen hänen lapsuudessaan niin väkevä, että se auttoi häntä vielä aikuisiän vastoinkäymisissäkin.

Itkin monet kerrat pimeässä, kylmässä porstuassa yksin ja avuttomana, jonne äitini jätti minut arestiin, hakattuaan ensin mattopiiskalla pitkin luisevaa pikkutyttöä selkää. En koskaan saanut selitystä, mistä syystä minua kullakin kerralla hakattiin, uhkauksen kyllä sain joka kerralla: jos kerron isälle, että äiti löi, silloin isä hakkaa vieläkin lujempaa. Luulin, että asia todella on niin ja pidin visusti suuni kiinni, vaikka tiesin, olin varma isäni rakkaudesta. (Uteliäs elämälle, N60)

”Pimmelin” tarinassa isä on taustalla olemassa, mutta huomion vie narsistinen äiti, joka tuntuu yrittäneen systemaattisesti pilata tyttärensä itsetunnon läpi tämän elämän:

Hän arvosteli kaikkia tekemisiäni pilkallisesti eikä antanut minulle mitään arvoa. Hänellä oli tapana ihmetellä ulkomuotoani kun en ollut kaunis niin kuin hän. Sinä et varmaankaan pääse naimisiin kun sinulla on paksut nilkat ja omituisen lyhyt nenä, trubbnäsa, niin kuin isällä. Isäkin sanoi sinun purnertavasta tukastasi, että se on vapaalippu helvettiin. (Pimmeli, N78)

Kirjoittajilla vaikuttaa kuitenkin olevan ymmärrystä vanhempiensa käytöstä kohtaan, kaikista rajuimmista tapauksista. Edellä mainittu Pimmeli kirjoittaa, ettei hän ”haluaisi uskoa, että hän [äiti] tarkoitti paha. Karjalaisena hänellä oli vaan

niin vilkkaasti toimivat aivot, että kaikki mikä hänen aivoissaan kulki tuli suusta ulos ilman jarruja.” Kirjoittaja pohtii millainen äiti olisi ollut ilman sairauttaan: ”ehkä hän olisi voinut olla minullekin joskus valloittava.” Samoin ”Tellervon” (N66) kertomus skitsofreeniseksi kuvaavastaan äidistä on surullinen, mutta myötätuntoinen. Vaikka kirjoittaja pelkäsi äitinsä toisinaan vaarallistakin käytöstä, hän pyrki ymmärtämään äidin käytöksen ja sairauden syitä, ja suri äitiään suuresti tämän kuollessa. Myös ”Sitkeä” ja ”Katjusha” löysivät aikuisena ymmärrystä vanhempiin kohtaan:

Uskon, että vanhempani ovat toimineet niissä oloissa juuri niin, kun ovat ymmärtäneet. Se on riittävää. Voin olla heistä kiitollinen. Jos joku toimintatapa on tuntunut väärältä, sen annan anteeksi. (Sitkeä, N63)

En kuitenkaan muistele lapsuuttani ja varhaisnuoruuttani huonona aikana, vaan äitini, mummoni ja isoisäni varmaan kasvattivat minua parhaan oman tietämyksensä mukaan. Olen sen moneen kertaan näin vanhemmalla iällä kyllä pystynyt myöntämään. Kiitos heille, jo aikaa sitten poisnukkuneille. (Katjusha, N70)

Vanhempien lisäksi, ja toisinaan heidän sijaansa, lapsuuden tärkeitä läheisiä ovat kirjoittajille olleet sisarukset, lähisukulaiset ja lemmikkieläimet. Nimimerkille ”Miia Outo” turvahenkilö löytyi monelle ”joukkoon kuulumattomalle” lapselle tutusta paikasta:

Kirjaston täti oli luottoystäväni. Pakenin kirjoihin elämän raadollisuutta ja aineellista köyhyyttä ympärilläni. Niinpä minulla oli jo nuorena melkoinen yleissivistys, tiesin paljon historian eri aikakausista ja tapahtumista. Vetäydyin omaan sisäiseen maailmaani. Ajattelin, että jotkut ihmiset syntyvät yksinäisiksi ja erilaisiksi ja että olin yksi heistä. Kirjojen orvoille ja rujoille sankaritarille kävi loppujen lopuksi hyvin ja kai itsekin elin pää pilvissä, kuvitellen pystyväni vielä joskus ”näyttämään” kiusaajilleni ja kaikille, jotka epäilivät pärjäämistäni. (Miia Outo, N67)

Sisarusten rooli korostuu esimerkiksi vanhempansa lapsena menettäneen ”Tellervon” kohdalla, jolle erityisesti kaksossisko on tukena ja turvana. Siksi onkin erityisen traagista, kun myös kaksossisko myöhemmin sairastuu äidin tavoin skit-

sofreniaan. Sisarusten rooli toistensa kaitsijoita tulee myös esille joissain kirjoituksissa, joissa suhde nuorempiin sisaruksiin vaikuttaa enemmän vanhemman roolilta kuin tasavertaiselta toveruudelta. Huonoista väleistä esimerkkinä toimii nimimerkin ”Selvinnyt” kirjoitus sisarustensa toimista, joita voisi kutsua koti-kiusaamiseksi tai kotiväkivallaksi:

Kiitos, kiitos, että olen hengissä! Elokuvassa Yksi lensi yli käenpesän, Jack Nicols tapetaan tyynyllä painamalla. Mutta minä olen selvinnyt! Kiitos siitä! Suurperheessä, kaukana susirajalla oli kummallinen tapa huvitella kiusoittelemalla ja pilkkaamalla toisia. Vanhemmat sisarukset olivat tietenkin siinä hyviä, mutta minä, perheen pienin, jäin jalkoihin. Silloin, kun silmä vältti, pari isompaa sisarustani painoi minut sängylle mahalleen ja panivat tyynyn päälle sekä itse tai toinen istui tyynyn päälle. Ilmeisesti tämän pilan huvittavuus oli siinä, että kun minut siitä päästettiin, hypin vimmatusti ja yritin saada henkeä. Se oli varmasti hauskaa. Myös se on varmaankin hauskaa, kun sisarukset heittävät huulta syömisestäsi, ”tänään s. söi kaksi pippuria” jne. Yleensä teetpä mitä teet, olet vitsikäs, sinulle nauretaan, viisastellaan, olet tyhmä. Joku sisaruksistani on sanonut, että he kaikki itkivät, kun vielä minä synnyin. (Selvinnyt, N63)

Kirjoittajalle ”Elämä on” tärkeäksi lapsuuden turvahahmoksi vaikeissa olosuhteissa muodostui tädin koira:

Isä lähti töihin Pohjois-Suomeen ja äiti jäi etsimään asuntoa Helsingistä. Me elimme tuon ajan Savossa, maalaistalossa, äidin siskon perheessä. Olimme kuin ”sotalapsia” kotimaassamme. Ero ja hyläytyksi tulemisen pelko koteloitui sisääni. Ikävääni lievitti suomenpystykorva Pia. Se kulki rinnallani maalaistalon arjessa. Muita lapsia ei vielä silloin ollut leikkikaverinani, sisko vasta opetteli kävelemään.. Pia-koiran koppiin käperryin kun oli ikävä. Koiran lämmin turkki ja tasainen hengitys rauhoittivat. (Elämä on, N62)

Koti ja lähimmät perheenjäsenet ovat pienen lapsen tärkein kasvuympäristö. Turvaton tai olematon suhde vanhempiin kriisiyttää koko lapsuuden. Aikuisella ihmisellä on lasta huomattavasti paremmat mahdollisuudet poistua vahingoittavasta ympäristöstä. Lapsi sopeutuu ja mukautuu parhaansa mukaan, mutta kirjoituksista nousevat esille herkässä kasvuvaiheessa tuntuvasti mieleen painuneet negatiiviset kokemukset. Lapsen ja ympäristön välisen dynamiikan perusta luodaan lapsuudessa. Eriksonin teorian (ks. s. 21–23) mukaiset alle kouluikäisen

kehitystehtävät – perusluottamuksen rakentaminen vanhempiin, tunne oman toiminnan merkityksellisyydestä ja uskallus ilmaista omaa tahtoa – ovat kaikki suuressa vaarassa, jos suhdetta vanhempiin varjostaa väkivallan uhka. Mahdollisina negatiivisina kehitystuloskina ovat turvattomuuden, huonouden ja tarkoituksettomuuden tunteet, jotka vaikuttavat edelleen lapsen seuraaviin kehitysvaiheisiin ja tämän valmiuteen suhtautua mahdollisiin vastoinkäymisiin.

Kuinka selvitä koulusta hengissä?

Kodin lisäksi kirjoittajien tarinoissa lapsuuden näyttämönä toimii koulu. Hyviä muistoja koulusta ei juurikaan kuvata, ja huonot ovat sitäkin kivuliaampia. Tässäkin kohtaa on syytä muistaa, että kirjoituskilpailun tehtävänanto on ohjannut kertomaan elämään liittyvistä negatiivisista kokemuksista. Positiiviset muistot liittyvät näissä tarinoissa lähinnä mieleenpainuviin opettajiin. Monesti kuitenkin juuri opettaja pahensi lapsen koulukokemusta:

Oli tiukka paikka, kun kansakoulun suuressa ruokalassa, jossa useita satoja lapsia söi samaan aikaan, opettaja pysäytti huudollaan ruokailun ja kehotti kaikkia katsomaan vaaleahiuksista poikaa, joka syö väärällä kädellä. Ja kaikki tietenkin katsoivat minua. (Iso Hoppe, M63)

Myös ”Vompatti” (N79) kirjoittaa sadistisesta opettajasta, joka kiusasi häntä vuosia. ”Keneltäkään en pyytänyt apua. Jotenkin tilanteista vain selvisin.” Kaikkiaan kuusi kirjoittajista kertoo tulleen kiusatuksi koulussa. ”Iltarannan mummo” kertoo kestäneensä kohtelua opinhaluisuutensa ja lahjakkuutensa voimalla:

Jo kansakoulussa aloin tuntea tuskaa, joutuessani kiusatuksi. Ei puhuttu koulukiusaamisesta. Ei ollut koulukuraattoreja, tai psykologeja. Ei kerrottu kotona koululla tapahtuneista asioista. Itkettiin yksin koulumatkalla, tai huusin nurkassa. Joskus kun oli tarpeeksi kova sisäinen tuska, itku tuli toisten nähden koulun pihalla. (Iltarannan mummo, N78)

Nimimerkillä ”Selvinnyt” on läpi koko elämänsä ollut vaikeuksia luottaa itseensä, niin kovat jäljet kokemus omasta ”tyhmyydestä” jätti:

Menet kouluun, sinne on vain kaksi tai kolme kilometriä, mutta se tuntuu olevan maailman äärissä. Sinua pelottaa. Et ole käynyt juurikaan kotimetsiä kauempana. Ja mitä kohtaat. Sinulle nauretaan ja haukutaan sorakieleksi. Lakkaat puhumasta. Syömisestä koulussa tulee jokapäiväinen itku. Jo ruokalaan mennessä alat itkeä. Opettaja pöydän päässä katsoo sinua ja kippaa täyden kauhallisen inhottavaa ruispuuroa tai kesäkeittoa lautassellesi. Istut ja itket. Opettaja räjähtää. Kaikki katsovat sinua. Lopulta myös opettaja itkee. Ja miten mahtaa sujua oppimisesi. Tämän päivän valossa sinulla oli lukivaikeus, mutta silloin moista sanaa ei tunnettu. Olit vain tyhmä, kotona ja koulussa. Oli ristiriita, kun itse et mielestäsi ollut tyhmempi kuin muutkaan oppilaat, mutta miksi et oppinut lukemaan sujuvasti niin kuin toiset? (Selvinnyt, N63)

Useammassa tarinassa nousee esille se, kuinka kiusatun lapsen oli kestettävä kiusaaminen, eikä heikkoutta saanut näyttää pyytämällä asiaan puuttumista. ”Iltarannan mummon” (N78) mukaan ”silloin kasvatettiin meitä lapsia itkemättömiksi”. Tällainen kasvatustapa näkyi myös kotona, kuten myöhemmin ahdistuneisuudesta kärsineen nimimerkki Sitkeän (N63) luona, jonka mukaan ”kielteisiä tunteita ei saanut ilmaista ja myönteisiä tunteita ei osattu näyttää”. Kirjoittajien kipeimmät koulumuistot vaikuttavat aineiston perusteella liittyneen koulukiusaamiseen – niin oppilaiden kuin opettajienkin puolelta. Koulunkäyntiin on liittynyt pelkoja ja epävarmuuksia. Kiusaamiseen puuttuminen ei näyttäydä yleisenä, vaan lapsilta tunnutaan vaaditun voimaa selvitä vastoinkäymisistä yksin. Ymmärrystä ei ole löytynyt sairauksille, lukemisen ongelmille, vasenkätisyydelle eikä orpoudelle. Joillain kirjoittajilla on onneksi myös hyviä muistoja yksittäisistä ymmärtävistä opettajista sekä mahdollisuudesta käydä koulua ja oppia.

Ei tilaa heikkoudelle tai herkkyydelle

Lapsuuskuvauksista nousi yhteiskunnallisten olojen, perheen ja koulun lisäksi esille myös omaan persoonaan ja henkilökohtaiseen kokemusmaailmaan liittyviä pohdintoja, joita haluan nostaa esille. Kriisinäkökulmasta nämä liittyvät lähinnä sairauksiin sekä jossain määrin siihen, miten oma persoonallisuus ja ulkomaailma kohtaavat. Useamman kirjoittajan kohdalla herkkyyys ja arkuus ovat olleet lapsuudessa piirteitä, joita muut eivät ole ymmärtäneet tai arvostaneet. Kovan kurin kodissa varttunut ”Sitkeä” kertoo myöhemmin ”opetelleensa rohkeaksi” kotinsa epäjohdonmukaisesta kasvatusympäristöstä vapauduttuaan:

Olin arka, yliherkkä ja sisäänpäin kääntynyt. Jos kotiimme tuli vieraita, luikin yläkertaan pakoon ja kun jokin asia koulussa ei kiinnostanut, mietin omia asioitani. (Sitkeä, N63)

Lapsen sairaus saattaa olla niin voimakas kokemus, että se alkaa näyttäytyä osana omaa persoonaa. Ympäristön ymmärtämätön suhtautuminen ja tiedonpuute niin vanhemmilla kuin lapsella itsellään vääristävät lapsen kuvaa itsestään. Sairautta aletaan pitää omana vikana ja heikkoutena. ”Iltarannan mummon” sydänvika julistettiin koko koulun kuullen ja hän kärsi suurta tuskaa läppävikaiseksi nimittelystä, muun koulukiusaamisen lisäksi. ”Miia Oudon” kömpelyyden ei ymmärretty johtuvan hänen silmäviastaan, ja lapsi itsekään ei tiennyt mikä oli normaali terveydentila ja mikä ei:

Luulin, että kaikki muutkin potevat päänsärkyä ja muita kipuja, mutta eihän se niin ollutkaan, tajusin sen tavatessani ihmisiä, joilla ei ollut koskaan särkenyt päätä. Kiroukseni on ollut se, että olen aina näyttänyt suhteellisen terveeltä ja minun on luultu teeskentelevän. (Miia Outo, N67)

”Oman tien kulkijan” (M65) kohdalla ymmärtämättömyys tuli terveydenhuollon puolelta. Lapsi kärsi syntyessään happivajauksesta ja aivoverenvuodosta. Hänen vanhempiaan käskettiin huolehtimaan ”liian vaikeasta vauvasta” itse. Pojan ollessa alle kouluikäinen terveydenhoitajan vastaanotolla oli kerrottu, että lapsi ei koskaan oppisi lukemaan. ”Kun sitten opin itsekseni lukemaan, ihmettelivät vanhemmat mistä nyt on kyse.” Nimimerkki Sinipiika kertoo joutuneensa eristetyksi ikäisistään ”työllä ja häpeällä”, kun häntä käytettiin pienviljelijäperheen työvoimana, mutta hänen terveydentilastaan vaiettiin:

Olin hento ja riisitauti väänsi sääreni. Onneksi ne oikenivat ennen koulun menoa, joten irvailu loppui, mutta 10-vuotiaana sairastuin ja jouduin käyttämään pari vuosikymmentä lääkitystä, joka uuvutti, vaati jatkuvaa kontrollia, aiheutti jälkiseurauksia ja useita leikkauksia. Sairaudestani ei puhuttu koskaan kotona, se salattiin kaikilta. Sairauteni vuoksi minua kiusattiin koulussa sekä henkisesti että fyysisesti, eikä siihen kukaan puuttunut. (Sinipiika, N71)

Lapsuudessa alkava ja koko elämän jatkuva identiteettikehitys tapahtuu vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Tästä ympäristöstä lapsi hakee hyvänolon elämyksiä, jotka koostuvat oman kehon hyväksymistä, oman elämänsä ohjaamisesta ja toisten hyväksynnästä (Lehtinen ym. 2007, 27.) Lapsuuden sairastamiskokemukset kytkeytyvät kokemukseen oman lähiympäristön tuesta ja asenteista. Häpeily, haukkuminen ja vähemmydentunteet nousevat esille vielä vanhanakin muistellessa. Sairaustarinoissa näkyy selviämisen pakko. Selviytyjän rooli on pienelle lapselle raskas yksin kantaa.

6.1.2 Nuoruuden kriisit

Nuoruudessa jatkuu se elämän perustaitojen rakentaminen, jolle on luotu (vahva tai hatara) pohja lapsuudessa. Lapsuusajan rajoitetummasta elämänpiiristä liikutaan kohti suurempaa itsenäisyyttä ja valinnanvaraa. (Koivusilta & Rimpelä 2000, 156.) Rajatessani nuoruutta omaksi analyysin osaksi, olen lapsuuden loppu- ja aikuisuuden alkupisteitä etsiessäni kiinnittänyt huomiota kirjoittajien käyttämiin ilmaisuihin teini-iästä, murrosiästä ja nuoruudesta sekä sellaisista tapahtumista kuten rippikoulu tai ammatilliseen koulutukseen, oppikouluun tai lukioon meneminen. Näkemykseni mukaan nuoruutta käsitellään 24 kirjoituksessa 28:sta. Lyhimmillään kyse on parin virkkeen pituisesta maininnasta, joka lähinnä kuljettaa kertomuksen juonta lapsuudesta aikuisuuteen. Pisimmällään nuoruuden kuvaus kattaa 15 tai 20 prosenttia koko tarinasta. Näin on esimerkiksi kirjoittajalla ”Uteliias elämälle” (N60), jonka äidin käytös vaikeutti merkittävästi hänen nuoruusvuosiensa, tai nimimerkillä ”Hade” (M68), jonka tarinan olennainen käännekohta – alkoholiin tutustuminen – tapahtuu nuoruusiässä. Yhteensä yhdeksän kirjoittajaa kuvaa nuoruuteen sijoittuvaa kriisiä. Nämä liittyvät omaan ja läheisten terveydentilaan sekä läheisten kuolemiin. Muuten nuoruuskuvaukset pitävät sisällään paljon kerrontaa ja pohdintaa opinnoista ja ammatinvalinnasta. Ammatinvalintaa ohjaavat esimerkiksi (vaatimattomat) todistukset, ruoanhankinnan välttämättömyys, sattuma, vanhempien tahto sekä naisilla sukupuoleen kohdistuvat odotukset. Lisäksi näihinkin valintoihin vaikuttavat osalla koetut kriisit ja vastoinkäymiset.

Kasvukipu ja perhepiirissä

Kirjoittajien nuoruuden kriisit ja vastoinkäymiset liittyvät ennen kaikkea läheisiin perheenjäseniin. Sekä nimimerkeillä Pimmeli että Utelias elämälle ongelmia aiheutti äiti, jonka käytös oli jatkumoa kirjoittajien lapsuudesta. ”Pimmelin” maanis-depressiiviseksi ja narsistiseksi kuvaama äiti oli kirjoittajalle ”kuin varjo erämaassa” myös tämän teinivuosina:

Nuoruusvaiheessani hän kiusasi minua poikaystävästäni ja pyrki aina sotkemaan suunnitelmani. Hän tunkeutui asioihin, jotka eivät hänelle kuuluneet ja saattoi minut epätoivoisiin tilanteisiin. Hän pilasi nuoruuteni suuret hetket, kuten ylioppilaaksitulon ja häpäpäiväni. (Pimmeli, N78)

”Utelias elämälle” selvisi nuoruusvuosistaan isänsä rakkauden ja tätiensä tuen avulla. Nuoruusvuosia leimasi yritys pysyä poissa kotoa ja kaukana äidistä. Tätiensä tuesta huolimatta tilanne oli lopulta niin huono, että kirjoittaja pakeni sitä menemällä naimisiin:

Teini-ikäiseksi tultuani vaihtuivat äitini hakkaamiset henkiseksi kiusaamiseksi. Hän keksi mitä ihmeellisempiä juoruja ja valheita minusta (--). Uskomaton henkinen painostus kotona vaan kiihtyi, milloin vinoiltiin siitä, kun käyn kouluja, milloin siitä, että syön ruokaa kotona. Olin 165 cm ja painoin vain 40 kg, yritin syödä niin että pysyn terveenä ja hengissä, en yhtään mitään ylimääräistä, kun sellaista ei edes ollut. Useimmat koulupäivät päättyivät lounastaukoon. Kävin kotona lämmittämässä jonkun einoksen ja äitini säästi ja ruuvasi omia keksittyjä uskomattomia sairaita juttuja minusta, en voinut muuta kuin itkeä ja syödä. Turvonneella naamalla oli vaikeata mennä iltapäiväksi kouluun, polkaisin pyöräni siis tätiäni kotia kohti, aina jompikumpi tädeistä oli kotona. (Utelias elämälle, N60)

Kirjoittajien nuoruutta kriisiyttivät myös läheisten sairaudet ja kuolemat. ”Selvinnyt” joutui kohtaamaan isänsä epäoikeudenmukaisen kuoleman, ja kaiken lisäksi hän päätyi töihin samalle työmaalle, jossa isä kuoli:

Tulet rippikoulusta kotiin. Elämämme suurin järkytys ja menetys on tapahtunut. Isä on tapaturmaisesti kuollut työmaallaan. Olet hiljaa ja kuulostelet

puheita. Opit vihaamaan paikallista suuryritystä, jossa isäsi menetti henkensä huolimattomuuden vuoksi. Rakennus, jossa isä työskenteli, oli koe-käytössä, suojakaiteet puuttuivat. Tänä päivänä työsuojelurikos ei olisi mennyt läpi, mutta silloin se painettiin ns. villaisella. Se oli vain kuulemma onnettomuus. Yrityksen johto pelotteli äitiäni, että oikeustoimi tulee kalliiksi. Toiminnasta vastaavat "herrat" kävivät vain kahveilla hautajaisissa ja "ystävällisesti" tarjosivat minulle ja äidille mustan auton kyydin muistotilaisuuspaikalle! Ammattiyhdistys piti myös suunsa kiinni. (Selvinnyt, N63)

"Iltarannan mummo" taas menetti nuorena äitinsä sairauskohtaukseen, ja suru yhdistettynä omaan sydänvikaan ja raskaaseen työhön koulun keittäjänä, siivoojana ja vahtimestarina oli viedä kirjoittajalta hengen:

Äitini kuolema aiheutti minulle surua ja siitä seurannutta unettomuutta ja väsymystä. Opettaja alkoi poikaystävänsä kanssa ivaila, kun viihdyin yksin ja halusin mennä iltaisin töiden tehtyä ulos kävelemään, tai luokkaan soittelemaan urkuharmonilla. Se oli minun selviytymistä surusta. Olisin halunnut myös lukea, mutta energiani ei riittänyt sellaiseen valtavan työmäärän hoidettuani koko talvena. Toinen koululla asuvista opettajista halusi olla omissa oloissaan, joten hänestäkään ei ollut tukea. Hän kartteli minua. Kuolemasta puhuminenkin oli hänelle kauhistus. (Iltarannan mummo, N78)

Samalle kirjoittajalle tuskaa tuotti myös veljen psyykkinen sairaus. Elettiin aikaa, jolloin mielen sairautta ei hyväksytty eikä ymmärretty samalla tavalla kuin somaattisia sairauksia. Lähimmäisen psyykkiseen sairauteen liittyi häpeää, ja tämä häpeäntunne synnytti lisää häpeää:

Veljeni psyykkinen sairaus oli kuin painajainen. Sehän oli luuranko suvun ja meidän sisarusten kaapissa, josta ei puhuttu julkisesti. Se oli niitä sairauksia, joista oli kaikissa koulujen hakukaavakkeissa erillinen kysymys: onko suvussa keuhko- tai mielisairautta? Valehtelin. En halunnut enää tulla kiusatuksi. (Iltarannan mummo, N78)

Veljensä menetti myös "Elämänkoulu", jolle veljen äkillinen kuolema tarkoitti samalla käännöstä oman elämän suunnassa, kun perheyriykselle tarvittiin uusi jatkaja:

Ainoa veljeni, liikkeen jatkaja, kuolee lyhyen sairauden jälkeen lopetettuaan juuri kaupallisen koulutuksen. Isäni juostessa äidin kaulaan autosta, jossa veljeni valkoinen arkku lepää kuin korokkeella, teen päätökseni:

- En opiskele kotitalouden opettajaksi. Menen kauppaopistoon. Täällä minua tarvitaan. (Elämänkoulu, N81)

Lähimmäisen sairastuminen tai menehtyminen voi olla vaikea paikka nuorelle, joka vielä rakentaa omaa identiteettiään ja ymmärrystä ympäröivästä maailmasta. Lapsuuteen verrattuna resilienssiä on todennäköisesti enemmän, mutta tukea tai edes lupaa kriisien käsittelyyn olisivat kirjoittavat nuoruudessaan varmasti tarvinneet enemmän.

Ääni takertuu kurkkuun

Läheisten kohtaamien vaikeuksien lisäksi nuoruuskertomuksissa esiintyi omaan terveyteen liittyviä vastoinkäymisiä, kuten jo aiemmin mainitut ”Iltarannan mummon” sydänongelmat ja nimimerkin ”Uteliias elämälle” äitinsä käytöksestä johtuvavähäinen syöminen ja uupuminen. Hade taas alkoi kärsiä nuoruudessa oireista, joihin hän ei löytänyt ymmärrystä eikä helpotusta:

Aiemmin olin tuntenut itseni kaverieni hyväksymäksi, mutta vähitellen aloin jännittää. Tähän asti ongelmitta sujunut luokan edessä esiintyminen olikin vaikeaa. Ääni tarttui kurkkuun, kädet hikosivat ja vapisivat. Sydän jyskytti kuin hengenhdässä ja happi tuntui loppuvan. Tällaiset oireet lisääntyivät ja voimistuivat. Pahinta ja epäreilua oli, ettei ollut mitään keinoa niiden hallitsemiseksi. Jännittäminen synnytti voimakkaita huonommuuden, epäonnistumisen ja häpeän tunteita, jotka täytyi salata ja piilottaa. Luulin ettei kelläkään muulla tällaisia tuntemuksia ole, enkä kehenkään niin paljon luottanut, että olisin niistä uskaltanut kertoa. Eikä minulla ollut edes sanoja näistä asioista puhumiseen. (Hade, M68)

Helpotus oireisiin löytyi rentotunnelmaisesta tuttavaperheestä, joka oli omaan kovan kurin kotiin verrattuna kuin paratiisi. Perheessä tarjoiltu viinilasillinen oli kuitenkin ensimmäinen askel kohti vuosikymmenten päihderiippuvuutta. ”Aprakkaa” alkoivat lukioiässä vaivata väsymys ja keskittymisvaikeudet:

Pian ylioppilasjuhlien jälkeen syy selvisi monenlaisten, osin vaikeittenkin tutkimusten ja koepalojen ottamisen jälkeen. Kaulassani todettiin sisään-päin kasvanut, rypäleinen kyhmystruuma. Lääkärin mielestä ainoa oikea hoitokeino oli leikkaus. Mahdollisista riskeistä kukaan ei kertonut. Toisaalta en myöskään itse osannut mitään kysellä. Nuori ja kokematon kun olin. (Aprakka, N63)

Leikkauksessa ”Aprakan” toinen äänihuuli halvaantui, ja vaikka välitön haitta ei ollut suuri, oli se alku tapahtumaketjulle, joka kriisiytti kirjoittajan elämää tulevina vuosina.

Osalla lapsuudessa alkanut koulukiusaaminen jatkui myös nuoruusvuosina, ja pahimmissa tapauksissa otti työpaikkakiusaamisen muodon aikuisuudessa. Kerroinnassa siirtymät aikuisuuteen tapahtuvat yhteiskunnallisten riittien kautta: kotoa muuttamalla, töihin menemällä ja / tai avioitumalla. Vanhempien ote ja vaikutus kirjoittajiin helittää osalla, kun taas osa on – mielellään tai vastentahtoisesti – vanhempiensa kanssa tiiviisti tekemisissä. Kuvaan astuvat hyvät, kelvolliset ja kamalat aviopuolisot sekä lapset, joiden saaminen kuvataan poikkeuksetta positiivisena asiana mutta joiden omat vastoinkäymiset tuovat myös kirjoittajille suuria.

6.1.3 Aikuisuuden kriisit

Kirjoittajien 1950-60 -lukujen paikkeille sijoittuvaan nuoruuteen verrattuna nykyajan työelämän aloittaminen on selkeästi siirtynyt yhä pidemmälle elämänkulussa. Nykyään vielä 25-vuotiaistakin suurin osa on työelämän ulkopuolella (Ilmarinen 2000, 173). Osalla kirjoittajistamme on ollut aikuismaisia vastuita jo lapsuudessa. Varsinkin maaseudulla työnteko on ollut osa lapsuutta. Kotoa muuttaminen, parisuhteen aloittaminen ja kokopäivätyön tekemisen näen kuitenkin selkeinä vanhemmista ja lapsuudenkodista irrottautumisen riitteinä, ja näiden perusteella olen rajannut teksteistä aikuisuuden kuuluvat jaksot. Aikuisuuden vastoinkäymiset liittyvät kirjoittajilla ennen kaikkea työhön, parisuhteeseen ja omaan terveydentilaan. Myös opintoihin, lapsiin sekä vanhempiin ja sisaruksiin liittyvistä kriiseistä ja vastoinkäymisistä on kirjoitettu. Lähimmäisen kuolema tai sairastu-

minen on koskettanut monen elämää. Seuraavassa esittelen kirjoittajien aikuisuuden kriisejä ensin opintojen ja työn osalta, sitten eri ihmissuhteiden kautta ja lopuksi kirjoittajien omaan terveyteen keskittyen.

Opiskelua auktoriteettien alistamana

Opiskelu näyttäyty kirjoituksissa lähinnä positiivisessa valossa: mahdollistajana ja innostajana. Opiskelu onkin ollut enemmän ratkaisu kriisiin kuin sen aiheuttaja. Monelle aikuisena opiskelleelle opinnot ovat antaneet toisen mahdollisuuden. Tämä on linjassa Roosin (1987, 54–56) suuren murroksen sukupolven kuvauksen kanssa: edellisen sukupolven työntekokeskeisyys alkaa vähitellen muuntua opiskelukeskeisyydeksi opintomahdollisuuksien lisääntyessä. Esimerkiksi kotitalousteknikko ”Sitkeälle” (N63) opiskelu mahdollisti siirtymisen hänen suuren intohimonsa, taiteen pariin. Muun muassa yrittäjänä ja sairaanhoitajana toiminut ”Uteliäs elämälle” (N60) opiskeli kirjoitushetkellä edelleen – iltalukiassa saadaksesen ”lätsän päähän”.

Negatiiviset kokemukset opiskelusta liittyvät oppilaitoksessa tapahtuneeseen kiusaamiseen ja syrjintään. Lapsena sydänvikansa ja veljensä mielenterveydellisten ongelmien vuoksi kiusattu ”Iltarannan mummo” joutui myös ammattiin kouluttautuessaan kiusaamisen kohteeksi:

*Jaostonjohtajaksi terveydenhoito-oppilaitoksessa ensimmäisellä lukukaudella osui opettaja, joka teki kaikkensa, ettei minusta olisi tullut hoitajaa.—
— voimia se kysyi, siitä jaostonjohtajan hirveästä arvioinnista selviytyminen.
(Iltarannan mummo, N78)*

Myös ”Sinipiialla” kiusaajana oli opettaja. Konttoritöitä tehnyt mutta opettajan työstä haaveillut kirjoittaja opiskeli töiden ohella lukion oppimäärän ja pääsi yliopistoon. Yliopistossa hän kohtasi kuitenkin samaa, sairauksiinsa liittyvää syrjintää kuin työssäänkin:

Veltolla kädellä oli tukala kirjoittaa, sillä usein kirjoitusaluslana oli sylissä pidettävä tarjotin, joten illalla käsi ja hartiat olivat turtana, mutta koetin hukuttaa kipuni ja häpeäni opiskeluun. Sitten alkoi "niskatuki-naisen" nöyryyttäminen, suoranaan ajojahti, mutta kenelle olisin voinut kertoa. Sain päivittäin tuntea, että yliopisto on terveitä, ei vammaista varten. Minulta evättiin mm. todistus suoritetusta tutkinnosta, koska "ei kaltaistanne voi päästää opettajaksi." (Sinipiika, N67)

Tilanne helpottui, kun kirjoittaja vaihtoi pääainetta, mutta lopputyön tarkastajaksi tulikin sama kiusaaja. Lopulta kirjoittaja valmistui alemmilla arvosanoilla kuin olisi mielestään ansainnut. Lannistuneena hän luopui haaveilemastaan urasta yliopistolla ja suuntasi opettajantöihin. Tarina osoittaa, kuinka yhdellä henkilöllä voi olla suuri vaikutus ihmiselämän kulkusuuntaan, vaikka ympärillä olisikin ollut muita hyvää tahtovia henkilöitä. Sisukaskin luonne voi taipua riittävässä paineessa.

Toinen yliopisto-opiskelija, nuoruudessaan ahdistuneisuudesta kärsimään alkanut "Hade" ei kokenut huonoa kohtelua yliopistolla, mutta opiskelumaailma uutena, kodin piiriin verrattuna paljon vapaampana ympäristönä oli otollinen maa-perä hänen vahvistuvalle päihderiippuvuudelleen:

Aloittaessani opinnot Helsingin yliopistossa mielessäni oli kuitenkin kirkkaana muisto Mosel-viinin vaikutuksesta. Miesten koulu ei ollut jännityksiäni poistanut, mutta nyt vapaa opiskelijan elämä mahdollisti vastalöydetyin taikajuoman omaehtoisen käytön. Fredrikinkadun ja yliopiston välillä oli useampiakin ravintoloita... (--) Pian kyllä totesin, että tyttöystävä ja opinnoissa menestyminen eivät sallineet jatkuvaa ja miltei jokapäiväistä, vieläpä lisääntymään pyrkivää alkoholinkäyttöä. (Hade, M68)

Uudenlainen vapaus tuntui positiiviselta muutokselta lapsuuden ja nuoruuden ahdistaviin olosuhteisiin verrattuna. Se mikä vaikutti ratkaisulta ahdistukseen, oli kuitenkin Hadelle uuden kriisin alku.

Työelämä aikuisuuden kriisien päänäyttämönä

Polveilevat opinto- ja työpolut eivät ole vain nykyajan ilmiö, vaan 1950–70 -luvuilla työelämäään siirtyneillä kirjoittajillammekin opiskelu ja työ usein vuorottelivat, ja uran kulkusuunta ja työllisyystilanne ottivat uusia suuntia - toisilla vapaasta

halusta, toisilla olosuhteiden pakosta. Merkittävä osa kirjoittajien aikuisuusku-
vauksista käsittelee työtä. Osa on kertonut työurastaan vaihe vaiheelta, mutta on
niitäkin, jotka mainitsevat työnteon lyhyesti. Kuten muissakin elämänvaiheissa ja
-alueissa, pisimmät työelämäkuvaukset ovat ymmärrettävästi niissä kirjoituk-
sissa, joissa työelämään liittyy kriisi tai vastoinikäyminen. Kirjoituksissa esiinty-
vien kriisien ja vastoinikäymisten aiheina ovat tyytymättömyys työhön, työssä uu-
puminen, työpaikkakiusaaminen, rahan puute, työpaikan tai oma henkilökohtai-
nen konkurssi, työttömyys, irtisanominen ja eläkkeelle siirtyminen.

Toimeentulon epävarmuus on aiheuttanut huolia usealle kirjoittajalle. Kaikki kek-
sittävässä olevat keinot käytti hyväkseen ”Kiteen kelmi” (M81), jolla opiskelun puu-
tetta paikkasi yritteliäisyys, kädentaidot ja milloin mihinkin projektiin mukaan läh-
teneet perheenjäsenet. Jääkiitäjästä edettiin hevosvetoiseen diligenssivaunuun
– teatteriesityksineen ja teemajuomineen. Maataloudella itsensä elättänyt ”Kak-
sois-sisko maalta” sai miehineen kokea pienillä tuloilla sinnittelyn. Vaikeuksista
selvittiin, mutta ei seurauksitta:

*Silloin oli vielä uskoa tuollaisten pikkutilojen kannattavuuteen. Muutaman
vuoden jälkeen sitten selvisi ettei ole tuollaisilla pikkutiloilla päätulon anta-
jan tulevaisuutta. (--) Velkaa oli aivan liian paljon tuloihin nähden. Korkoja
maksoimme huikeat määrät, mikä oli jälkikäteen ajatellen typerää. Jou-
duimme ne korkorahat ottamaan metsän myynnistä seuraavat noin 10
vuotta. Olisihan kannattanut ottaa radikaalimmin tuloa metsästä ensimmai-
senä ja toisena vuonna ja koettaa sitä velkaa lyhentää. No sitten kun oli
kymmenen vuotta asuttu oli velkojen uudistus. Silloin teetettiin ns kannat-
tavuus laskelmat kahdessakin paikassa ja pankkia vaihdettiin. Pikkuhiljaa
koheni talous. Tiukkuus ja elämän rankkuus oli tuonut miehelle tavan pai-
netta hellittää alkoholilla. (Kaksois-sisko maalta, N67)*

Toisilla kirjoittajilla työtilanteen muutokset ovat olleet enemmän äkillisiä kriisejä.
Irtisanominen tapahtui pahimmillaan ilman ennakkovaroituksia, kuten opettajan
toimestaan irtisanotulle ”Toivo Rikkaalle” kävi. Tapahtuneen yksityiskohtaisen
muistelun pitkän ajan jälkeen voi tulkita tarkoittavan, että sillä oli kokijalleen suuri
merkitys. Epäloogiselta reaktiolta tilanteeseen vaikuttava lasten kanssa lumi-
myrskyssä leikkiminen sekä oodin kirjoittaminen vaikuttaa kriisiteorioiden valossa
shokkireaktiolta elämän perustaa horjuttaneeseen kriisiin:

Tuli kiirastorstain aamu. Lapset heräilivät ja söivät illasta säästyneet letut. Sää oli muuttunut tuuliseksi ja satoi sakeana räntää. Kun aamutoimet olivat rauhoittuneet, soitin rehtorille ja kysyin, mitä minun opetussuunnitelmalleni oli käynyt? Kysymyksen jälkeen rehtori oli hetken hiljaa ja sanoi suoraan: "Johtokunta lakkautti sinun virkasi. Sinullahan on kolmen kuukauden irtisanomisaika." Tieto tuli kuin pommi tajuntaani. Sanoin vain: "Kiitos tiedosta." En osannut kysyä miksi ja minkä vuoksi. Olin saanut uuden mahdollisuuden! Pitkän yksinäisen hiljaisuuden jälkeen sanoin lapsilleni, että nyt lähdemme ulos. He kaikki kysyivät silmät suurina, että voimmeko mennä ulos tällaisella ilmalla. Me voimme! Melkein myrskysi. Lumi ja räntä pyyhälsi melkein vaakasuorana kasvoille. Me kävelimme pitkän lenkin. Lapset iloitsivat ja leikkivät lumihiihtaleilla. -- Päivä kului iltaan. Lapset vaipuivat uneen. Jäin yksin. Menin kirjoituskoneelle ja aloin kirjoittamaan. Kirjoitin Oodin ilolle! (Toivo Rikas, M75)

Tekstiilyrityksen myyntikonttorissa mieluista ja pitkää uraa tehnyt "Elämä on" sai kokea työelämän muutoksen nahoissaan. Yhteiskunnalliset muutokset tarkoittivat muutoksia yksittäisten ihmisten työnteon tapoihin ja työn tahtiin:

Tein tulosta vuosia, kunnes voimani alkoivat ehtyä. Aloittaessani tarjoukset kirjoitettiin koneella, lähetettiin postitse ja asiakkaita tavattiin henkilökohtaisesti ja kiireettä. Tuli tietokoneet, yhä kehittyneemmät ja tehokkaammat ohjelmat, henkilökohtainen tulosvastuu, globalisaatio ja lama. Olin organisaation tilastoissa edustaja no 042. Firma myytiin taas kerran, uudet johtajat, uudet tavoitteet. Kokemus ja hiljainen tieto oli evvk (=ei voisi vähempää kiinnostaa). Työuupumus, stressi ja tulospainet veivät minut ajoittain sairauslomalle. Palaaminen oli kerta kerralta vaikeampaa. Lopullinen nöyryytys ja irtisanominen 59-vuotiaana. Olin loppuun ajettu, liian vanha. Sain mennä. Tässäkö se oli - minun työurani? (Elämä on, N62)

"Miia Outo" jakaa nimimerkin "Elämä on" kokemukset työelämän muutoksesta, joka hänen kohdallaan johti loppuun palamiseen ja masennukseen. Kirjoittaja kuvaa ajan hengen muutosta näin:

Tietotekniikan kehityksen myötä vielä 1980-luvulla käytetyt työvälitteet toimistoissa, lankapuhelimet, sähkökirjoituskoneet ja alkeelliset mikrotietokoneet tuntuvat täysin antiikkisilta. Entinen rauhallisempi aika ja kehitys lop-

pui 1990-luvun lamaan. Sen jälkeen maailma ei ollut enää entisensä, kovuus elämän kaikilla osa-alueilla oli tullut hitaamman kehityksen ja pehmeämpien arvojen tilalle. (Miia Outo, N67)

Yhteiskunnalliset muutokset koskettivat myös yrittäjänä toimineita kirjoittajia. ”Ninjamiehen” kohdalla konkurssi tarkoitti vastoinkäymistä myös suurelle määrälle muita ihmisiä:

Oli karmeaa kokemus sanoa neljäkymmentä ihmistä irti työpaikastaan, mutta muukaan ei auttanut. Omat ja pankilta lainatut rahat olivat loppu, ja vouti kolkutteli ovella. Ei ollut enää paikkaa mihin mennä leipäänsä tienamaan. Vallesmanni oli laittanut riippulukon firman oveen, eikä minulla ollut siihen avainta. (Ninjamies, M68)

”Ninjamiehelle” konkurssi ei tarkoittanut pelkästään työstä luopumista, vaan elämä meni muutenkin uusiksi. Perheen lähtö ja tuttavien kartteleva käytös jättivät kirjoittajan käsittelemään tapahtunutta yksin:

*Ryypäsin muutamia kymmeniä pulloja viinaa ja mietiskelin, mitä tekisin. Vaimokin lähti lasten kanssa nostelemaan, kun nimismies kävi parin poliisin kanssa tyhjentämässä kotimme. Hän vei television ja muun arvokkaamman omaisuuden. (--) Pistin käteni ristiin ja rukoilin, että Jumala auttaisi minua ja pelastaisi minut tästä kurjuudesta. Rukoilin päivästä toiseen ja yötkin, kun en saanut nukutuksi. Se ei auttanut. Olin uskontokirjoista lue-
nut, että Jumala suojelee kaikkia ihmisiä ja auttaa heitä heidän vaikeuksissaan. Ei auttanut. Konkurssiin joutuminen ei tainnut olla tarpeeksi suuri vaikeus. Aloin epäillä, että Jumalaa ei ollut olemassa. (--) Kun konkurssini oli julkaistu lehdessä, en kehdannut kadulla liikkeessani katsella ihmisiä silmiin. Vain harvat entisistä tuttavista ja ystäväistä tervehtivät ja tulivat juttelemaan. Tuntui siltä, että monien kunnan kansalaisten silmissä en ollut enää edes ihminen. (Ninjamies, M68)*

Myös ”Iso Hoppe” koki 1990-luvun laman vaikutukset. Rahat menivät, avioero tuli ja ystävät kaikkosivat. Kirjoittaja kuvaa tuntojaan seuraavasti:

Kova paikka väärä ratkaisuja tehneelle vähän yli nelikymppiselle miehelle. Syyllisiä on turha etsiä, mutta pakko on inhimillisyyden nimissä sanoa, että MINÄ en yksin ollut ”töpännyt”. Pankkien löysä lainoitushalu ja –into oli minulle, pankissa nöyrästi ja kunnioittaen vierailemaan tottuneelle, loukku, johon lankesin. Syyllisiä ei oppien mukaan kannata etsiä, mutta tässä tapauksessa niitä oli monia. Tässä suhteessa jonkun lausahdus siinä tilanteessa, että ”elämä jatkuu hei!” on vähintäänkin kammottava! Tällaisiakin kuulin silloin. Onnekseni töitä riitti minulle koko laman ajan ja näin pääsin sen ylitse. Mutta kyllähän se satutti. Voisi sanoa, että silloin arvoni muutuivat. (Iso Hoppe, M63)

Yhteiskunnallisista muutoksista heijastuvien vaikeuksien lisäksi kirjoittajiemme työelämää hankaloittivat myös vaikeat ihmissuhteet työpaikoilla. Työpaikkakiusaamista käsittelee neljä kirjoittajaa. ”Katjusha” (N70) kuvaa kokemusta ”traumaattisimmaksi kriisikseen”, jota kesti vuosia. Jo yliopisto-opiskelijana syrjintää kohdannut, monista sairauksista kärsinyt ”Sinipiika” (N71), sai osakseen samantyyppistä kohtelua myös työelämässä, jossa muut opettajat ja esimiehet sabotoivat hänen opettajantyötään ja kasasivat tälle tehtäviään. Myös nimimerkki Ivar Leuhosen kertomus on ennen kaikkea tarina työpaikkakiusaamisesta. Kuten aiemmin kuvatuissa aikuisiän koulukiusaamistarinoissa, myös tässä kiusaajina ovat lähinnä esimiesasemassa olevat henkilöt. Uuden 50-vuotiaana saadun työpaikan oudot kuviot alkoivat hahmottua heti alussa, kun eräs työntekijä kirjoittajan kertoman mukaan ”savustettiin ulos lesboutensa vuoksi”. Tämä oli vain ensimmäinen monista työpaikan kummallisuuksista, jota itseään Eivoriksi nimittänyt kirjoittaja kuvaa:

Esimieheksi nimitetty [Selja] valitsi entiselle paikalleen epäpätevän henkilön [nimi muutettu, Miina]n, joka alkoi päteä [Selja]n oikeana kätenä. Asiat saivat omituisia mittasuhteita, kun tämä uusi henkilö [Miina] kertoili esimiehelle väritettyjä tarinoita muista alaisista. [Selja] uskoi kaiken. Yksi joutui lähtemään ja Eivorin savustus alkoi. Esimies kiihdytti itsensä raivokohtauksiin tarkoituksellisesti vieraiden ihmisten läsnä ollessa. (--) [Selja] sabotoi Eivorin töitä ja syytti tätä sitten huolimattomuudesta. Eivor määrättiin työkyvyn arviointiin. [Miina]n sepittämät väritetyt tarinat olivat vakuuttaneet [Selja]n siitä, että Eivorilla on dementia-oireita. Tehtiin kallis tutkimus, viisi tunnin sessiota muistitestejä, minkä jälkeen työpaikkalääkärin asiantuntemus ja etiikka voittivat ja [Selja]n oli nieltävä totuus; 60-vuotiaan Eivorin työkyvyssä ja muistissa ei ole mitään vikaa. (Ivar Leuhonen, N61)

”Ivar Leuhonen” selvisi työpaikkakiusaamisesta läheistensä tukemana sekä etätyöhön ja lopulta osa-aikaeläkkeelle siirtymisellä, mutta ”Iltarannan mummon” tilanne muuttui hengenvaaralliseksi. Osastonhoitaja sairastutti käytöksellään monta muutakin työntekijää:

Samaan aikaan jäi se mukava ylihoitaja eläkkeelle. Hänen tilalleen tuli minäkeskeinen nuori nainen, jolle osastonhoitaja ja apulaisosastonhoitaja antoivat hoitajista omanlaisiaan lausuntoja. Jouduin käymään useita kertoja ylihoitajien puhutteluissa. Niissä sain luonteestani ja käytöksestäni kuulla asioita, joita en tunnustanut omaavani. Rehellisyyteni oli pahasta, olihan se ristiriidassa osastolta annettujen lausuntojen kanssa. Noista kahdenkeskisistä keskusteluista ei jäänyt todisteita joten nekin käännettiin minua vastaan. Johtavan ylihoitajan erään puhuttelun jälkeen olin aikeissa tehdä itsemurhan. Työkaverit saivat pelastettua. Vaikka asiaa selvitettiin ylläkkäriä myöten, ei valheenpuhujaa löytynyt. Syylliseksi osoittautui tuo nuori osastonhoitaja vasta kymmenen vuotta myöhemmin. Hän oli viestitellyt valheita ylihoitajille, joilla ei ollut todellista tietoa osaston tilanteesta. Lopulta ulkopuolisten painostuksesta, tuo osastonhoitaja siirtyi toiseen työpaikkaan, jatkaen samaa linjaa edelleen. (Iltarannan mummo, N78)

Työkyky rakentuu ihmisen voimavaroista, jotka koostuvat terveydestä, toimintakyvystä, koulutuksesta, osaamisesta, arvoista, asenteista, motivaatiosta ja työtyytyväisyydestä. Työelämässä nämä voimavarat ovat vuorovaikutuksessa työn vaatimusten, työympäristön ja työyhteisön kanssa, eli työkyvyn toteutuminen rakentuu yksilön ominaisuuksien lisäksi myös työympäristön ominaisuuksista. (Ilmarinen 2000, 174.) Työssä käyminen on yleensä suuri osa aikuisikäisen ihmisen elämää, eikä olekaan yllättävää, että pitkiin työuriin voi sisältyä paljon vastoinkäymisiä. Läheisistä ihmisistä voi näissä vastoinkäymisissä olla suuri tuki, kuten osa kirjoittajista kuvaa kertomuksissaan. On myös heitä, joilla suhteet läheisiin ovat entisestään kriisiyttäneet elämää.

Parisuhteen ongelmat ja puolisoon liittyvät kriisit

Kirjoituksissa käsitellyt, läheisiin ihmisiin liittyvät kriisit koskevat omia vanhempia ja muita sukulaisia, omia lapsia, mutta ennen kaikkea avo- tai aviokumppania. Viisi kirjoittajaa kertoo avioerostaan, kuudella kirjoittajalla on ollut väkivaltainen,

aggressiivinen tai alistava puoliso, ja kolme kirjoittaa puolisonsa uskottomuudesta. Myös alkoholiongelmia, tyytymättömyyttä kumppanin valintaan ja entisen puolison kuolemaa käsitellään. Osa käsittelee myös omaa vajaavaisuuttaan kumppanina.

Parisuhteen kriisejä käsitellään 22 kirjoituksessa 28 kirjoituksen kokonaismäärästä. Monella kirjoittajalla liitto on solmittu varhain ja nopean tuttavuuden jälkeen, mikä ei välttämättä kannu pitkälle. ”Kaksois-sisko maalta” (N67) kuvailee avioitumista edeltäviä tunnelmia sanoin ”Muistan että ajattelin kun kirkon käytävää marssin, että onkohan tämä oikea teko sittenkään”. Tellervo meni naimisiin vuoden tuttavuuden jälkeen läheisyyttä ja turvallisuutta saadakseen, ja liitto päättyi eroon. Nimimerkille ”Utelias elämälle” syynä avioliittoon oli ennen kaikkea hänen elämäänsä suuresti hallitsevan äidin hiljentäminen:

Kerttu-täti sen keksi: menet heti kihloihin tämän ”keikkaretkusi” kanssa, silloin äitisi, jolle on kulissit hyvin tärkeitä, joutuu esittämään parempaa roolia. Menimme kihloihin samantien ja sain ”rauhan” käydä kouluni loppuun. Häät olivat komeat, onni ja hauskuus ylimmillään. Rakkaus oli sisarus-rakkautta omalta puoleltani, mutta se riitti, sain elämän johon äitini ei kuulunut. (Utelias elämälle, N60)

”Jälkiviisas” aavisti edessä olevat myrskyt, mutta meni silti naimisiin tytön kanssa, jonka kanssa hänellä oli jo nuorena ollut tytön itsemurhayritykseen päättynyt suhde:

Kaksi vuotta myöhemmin kohtasimme Tampereen yliopiston portailla. So-taväki aikana olin saanut itse kokea hylkäämisen ja suhde virkosi henkiin. Rakkautta se ei ollut silloinkaan, mutta mitä huonommin meillä meni, sitä lujemmaksi muuttui sisäinen kahle. Pian huomaisimme menneemme kih-loihin ja sitten tanssittiinkin häitä. Alttarilla sanomani tahdon on elämäni suurin valhe. Tiesin sen ja aavistin seuraukset, mutta en ymmärtänyt, mistä oli kyse. (Jälkiviisas, M66)

Myös Katjushalla parisuhde eteni nopeasti avioliitoksi, jonka kauheuksia hän kesti kuvitellun rakkauden voimalla. Ja kesti niin hyvin, että pari palasi jo erottu-aan vielä kertaalleen yhteen ennen lopullista eroaan:

Ensimmäinen tuttavuuteni miessukupuoleen johti toisena opiskeluvuotena nopeaan kihlautumiseen ja avioliittoon vuotta myöhemmin. Mies oli narsisti, sanan pahimmassa mielessä ja minä hullun lailla rakastunut tyttö-hupakko, joka ei ymmärtänyt yhtään mistään mitään. Haaveili ja kuvitteli ja rakasti, vaikka kaikki oli päin mäntyä- vieraita naisia, alkoholia, lyömistä, ilkeilyä, haukkumista, mollaamista, hirveää mustasukkaisuutta, itsemurhayrityksiä monine vatsahuuhteluineen jne. (Katjusha, N70)

Nimimerkille Iltarannan mummo ei pidempikään seurustelu paljastanut hänen tulevan miehensä todellista luonnetta. Kirjoittajan narsistiseksi kuvaama puoliso oli hurmaava kaikille muille, mutta kodin seinien sisällä hän oli manipuloiva ja sairaalloisen mustasukkainen:

Mieheni todellinen luonne paljastui melko pian yhteen muuttamisen jälkeen. Anoppini ehti varoittaa minua ennen ensimmäistä vihanpurkausta. En uskonut anopin sanoja mieheni petomaisuudesta, vaikka hän vannoi tuntevansa poikansa. Piti uskoa, kun se tapahtui. Silloin tajusin, miksi hän ei ollut vienyt kotiinsa. Ehken äitinsä olisi varoittanut minua silloin, mikäli sekään olisi tehonnut. (Iltarannan mummo, N78)

Pelko, häpeä ja toivo paremmasta pitivät narsistien puolisoja avioliitoissaan pitkään. ”Elämä on” jaksoi liittoaan kaikkiaan 30 vuotta, joihin sisältyi hyvinkin mustia vaihteita:

Ensimmäiseen vastoinkäymiseen en kaatunut. Yritin viimeiset kymmenen vuotta parhaani. Yritin jopa niin että olin menettää itse henkeni. Jorvin psykiatrisella osastolla, sikiöasennossa peiton alla maatessani ajattelin vain olevani vihdoin turvassa, koiran kopissa. Lääkäri kysyi olinko halunnut kuolla vai vain paeta. Halusin paeta henkisestä painajaisestani, avioliittoni helvetistä. Silloin en tiennyt mitään narsistisesta persoonallisuushäiriöstä. (Elämä on, N62)

Tarinat narsistisista puolisoista kertovat suhteista, joissa on myös hyviä päiviä ja toivoa paremmasta. On tärkeinä pidettyjä kulisseja, on rakkaita kotitaloja, lapsia ja sukulaisia, on annettu lupaus yhteisestä elämästä. Liitosta ei haluta luopua

ilman taistelua, ja toisinaan taistelu on viedä hengen. Narsistinen puoliso myös saattaa manipuloida kumppaninsa luulemaan, että syy on tämän. ”Pimmeli” kuvaava puolisonsa hiljaista dominointia:

Jos nuorena vaimona en ollut mieleinen, hän murjotti. Ei puhunut päiväkausiin, ei huomenta eikä hyvää yötä. Kodissamme puhui hiljaisuus, joka oli raastavan kovaäänistä. Se kätkettiin siihen, että minä olin syyllinen. Puhuin vääristä asioista, käytin väriä sanoja ja käyttäydyin muutenkin epätoivotulla tavalla. Opin aistimaan kodin tunnelman jo ulko-ovella. Vapisevin sormin työnsin avaimen lukkoon ja haistoin heti, mikä oli tunnelma. Se oli hiilenmusta mykkyys. Se oli kuin iso möykky, joka levittäytyi kodin joka nurkkaan, tarttui seiniin ja huonekaluihin kuin liima. Sitä ei saanut pois pesemällä eikä hankaamalla. Se ahdisti tavattomasti. Olin aina tehnyt jotain väärin. Lisäksi minulla oli omituinen tapa liehua. Ystävät pyysivät luokseen. Saisin mennä vain avioliiton kustannuksella. Usein jätin menemättä. Jos kuitenkin menin, alkoi murjotus jo ennen lähtöäni. Olin kummallinen vaimo. Muille naisille kuulemma riitti koti ja mies. Murjotus jatkui päiväkausia. (Pimmeli, N78)

Taitavalla valehtelijalla voi olla pitkään salasuhte rinnalla, kuten ”Iltarannan mummon” (N78) puolisollla eläkevuosinaan. Joskus myös kelvolliselta vaikuttanut kumppani pettää. Nimimerkin ”Maijan ystävä” muuten odotettuja ja tasaisia polkuja etenevään elämäntarinaansa tulee täyspysähdys, kun hänen puolisonsa paljastuu petolliseksi. Kirjoittaja kertoo tarinaansa kolmannessa persoonassa, Maija-hahmon kautta:

(--) tapahtui niin kuin niin monelle avioparille nykyään tapahtuu. Mies löysi salarakkaan, joka vieraili mökillä ”emäntänä”. Maija ei olisi millään sitä uskonut todeksi. Kaikki tuntui romahtavan! Kaikki yhteiset ponnistelut ja elämä tuntui muuttuneen yhdeksi sotkuksi. Se oli shokki, sillä eihän kukaan usko tuollaista tapahtuvan itselleen. Samaan aikaan Maijan työpaikka meni konkurssiin. Tuntui, että koko elämä loppuu. Se aika on Maijan mielessä yhtä harmaata massaa, jota ei haluaisi edes muistaakaan. Ei tuntunut päivän valoa löytyvän mistään. (Maijan ystävä, N75)

Anteeksipyyntö, erillään oleminen, salasuhteen kasaan kuivuminen ja kirjoittajan pohdinnat avioliittolupauksesta johtivat lopulta parin takaisin yhteen palaami-

seen. ”Hän oli antanut anteeksi miehelleen, mutta sanoi, ettei kuitenkaan koskaan tule tuota surullista aikaa unohtamaan.” Turvattoman lapsuuden ja nuoruuden kokenut ”Tellervo” meni naimisiin läheisyyden ja turvallisuuden kaipuusta. Hän päätyi eroamaan pettävästä puolisoista, kun liitto ei tarjonnut hänen kaipaa- maansa:

Koin avioliitossa turvallisuuden tunnetta vain pitämällä työpaikastani kiinni, tuttavan mielestä minun olisi pitänyt jäädä kotiin hoitamaan pieniä lapsiani. Aviollisista ristiriidoista huolimatta pidin huolta itsestäni kuntoilemalla, vaikka ajatukset risteilivät kaiken aikaa mieheni ja kotiasioiden ympärillä. Otin yksipuolisesti eron, koska mieheni ei laittanut niemeään erohakemukseen. (--) Miehelläni oli vuosikautia ollut suhde toiseen naiseen. Tunsin itseni todella hylätyksi ja loukatuksi. (Tellervo, N66)

Onnellisen lapsuuden eläneelle ”Elämäkoululle” aikuisuus oli ”surusta suruun kulkemista”. Puolison osoittaututtua väkivaltaiseksi alkoholistiksi lohtua toivat lapset ja toive paremmasta:

Kohtaan hurmaavan miehen. Hälytyskellot eivät soi. Hääkellot kilkattavat kahden vuoden päästä. Pian miehen käyttäytyminen muuttuu. Hän alkaa lyödä ja juoda. Räjähdyksivaara leijuu koko ajan ilmassa. (--) Alkuvuosina miehelläkin on pieniä valoisia aikoja. Myöhemmin hän lentää omia rientojaan. Jättää lapset rauhaan. Toivo paremmasta ei jätä minua. Ei ole koskaan jättänyt. Eroajatus, sitten kun se on mahdollista, tuo lohtua. (Elämäkoulu, N81)

Nimimerkin ”Elämä on” puoliso kärsi alkoholiongelmasta, joka pilasi pariskunnalta niin lomamatkat kuin perhejoulut. Kirjoituksissa selkeästi miesten ongelmana esiintyvä alkoholi on tässä kertomuksessa pariskunnan yhteinen:

Vihasin sitä, mutta sorruin itsekin sen valheelliseen helpotukseen. Geeneissäni on alttius tähän sairauteen, sen olen tajunnut jälkeensä. Hetkellinen pako todellisuudesta, joka ei vastaa odotuksia - ja herääminen raadolliseen todellisuuteen. Nuorena, 60-luvulla koettu vapauden huuma, toivo ja kaikkivoipaisuus kantoivat vielä 70- ja 80-luvun pitopöydissä. 90-luvun alussa aloin voida pahoin. (Elämä on, N62)

Vakaakin parisuhde voi joutua koville olosuhteiden muuttuessa vaikeiksi. ”Kiteen kelmi” (M81) koki epävarmuutta sairauden koettelemasta mieskunnostaan, mutta kirjoituksessa kauniissa valossa esitetty puoliso tuli vastaan: ”[Milla] otti minut rakastavaan käsittelyyn, suukotteli minut laukeamaan ja koetti ymmärtää minua.” Taloudelliset ongelmat ja niiden myötä lisääntynyt puolison alkoholinkäyttö saivat ”Kaksois-siskon maalta” (N67) hankkimaan eron varalle oman asunto-osakkeen, mutta lopulta pariskunta jäi yhteen. Nimimerkki Iso Hoppe pohtii paljon itseään parisuhteen osapuolena:

Näitä parisuhteita on sittemmin tullut elettyä enemmänkin. Ikäisekseni olen ollut kyseenalaisesti edelläkävijä avioliittojen/avoliittojen määrässä, vaan en todellakaan laadussa. Aina ne ovat päättyneet jonkinlaiseen kriisiin. Joko olen teoretisoinut parisuhdetta sen aikana tai pyrkinyt saamaan yliotteen miehenä kumppanista eri tavoin tai ohjaamaan muuten vain parisuhdetta. Vallan tuntu miehenä on hivellyt. Useita eri syitä on ollut, jotka ovat johtaneet kriisiin ja parisuhteen loppumiseen. Nytemmin olen tajunnut nykyisen suhteen aikana, että josko ”peiliin katsominen” olisi joskus ja jopa useamminkin paikallaan. Olen saanut siitä palautettakin tilanteittain. Näin kauan on kestänyt tajuta näin yksinkertainen asia. (Iso Hoppe, M63)

Parisuhteen kriiseiltä vaikuttaa välttyneen vain ”Maisa” (N67), joka muista kirjoittajista poiketen on aikuisen elämänsä yksin – silloin tällöin jotakuta miesystävää tapaillen. Parisuhde on vaativin taitolaji, kuten Iso Hoppe kirjoittaa, ja kumppanin valinta vasta vaikeaa onkin. Moni on päätenyt suhteeseen nopealla päätöksellä, jota olosuhteet ovat vauhdittaneet. Eron jälkeen on toisaalta saatettu löytää sopivampi puoliso, ja tällöin on ehkä itsekkin ollut kypsempi suhteeseen.

Kun läheisiin sattuu

Aikuisiässä tärkeisiin läheisiin kuuluvat puolisoiden lisäksi lähes kaikilla kirjoittajilla lapset. Omiin lapsiin liittyviä vastoinkäymisiä näissä kirjoituksissa ovat huoltajuuden menettäminen, toteutumaton haave lapsista, lasten sairaudet sekä menehtymiset. Vaikka side omiin vanhempiin itsenäistymisen myötä höltyy, voi vanhemmilla olla merkittävä rooli myös ihmisen aikuisiässä, varsinkin jos vanhemman terveydentila aiheuttaa varttuneille lapsilleen huolta. Kirjoittajamme kertovat

myös vanhempiensa ja sisarustensa (mielen)terveysongelmista sekä menehtymisistä.

”Pimmelin” äidin dominoiva ja manipuloiva käytös ulottui myös kirjoittajan aikuisikään, kun esimerkiksi tämän häissä äiti varasti show’n. Isän kuollessa äidin tila huononi entisestään:

Silloin ymmärsin ensimmäisen kerran, että hänessä oli sairaita piirteitä. Hän villiintyi edessään olevasta vapaudesta ja siitä, että saisi vihdoin olla taloudellisesti itsenäinen. Isän kuolema laukaisi maanisdepressiivisyyden. Se alkoi voimakkaalla maanisella kaudella ja ilmeni omituisena, suorastaan makaaberina käytöksenä ja mauttomuuksina. (--) Raha poltti hänen hallussaan ja se oli käytettävä. Hän tuhlasikin mielettömän määrän isän omaisuudesta typeryyksiin ja turhuuksiin ja antoi ulkopuolisten harhauttaa itseään. Äiti oli usein täysin arvostelukyvytön. (Pimmeli, N78)

Kirjoittaja huolehti äidilleen parempaa hoitoa ja otti itselleen etäisyyttä myötäilemällä äidin puhetta, jotta taistelut heidän välillään eivät olisi vieneet kaikkia voimia. Ennen kuolemaa hän antoi äidilleen anteeksi, ja sen jälkeen käsitteli asiaa kirjoittamalla. ”Voin ajatella häntä kiitollisuudella ilman kaunaa ja hoitaa hänen hautaansa asianmukaisesti. Olihan hän minun ainoa äitini, joka antoi minulle tämän värikkään elämäni.”

Myöskään nimimerkin ”Uteliias elämälle” (N60) suhde äitiin ei ollut aikuisenakaan ongelmaton, vaikka ”sisaravioliitto” auttoikin saamaan tähän etäisyyttä. Kirjoittajan kolmannen lapsen syntyessä kuolleena kirjoittajan äiti syytti juuri lapsensa menettänyttä suruteatterin esittämisestä. Myöhemmin kirjoittaja pääsi käsittelemään äitisuhdettaan terapiassa. Isän kuollessa ja äidin yrittäessä huijata tyttäreltään perintöä, kirjoittaja päätti lopettaa yhteydenpidon äitiin, jonka viimeiset sanat tyttärelleen olivat: ”Pakko sanoa ennen kuolemaa, mutta sinua en koskaan halunnut ja olin pettynyt kun synnyit.” Näistä äitikirjoituksista näkee kirjoittajien monet yritykset ratkaista ongelmia ja ymmärtää vanhempiaan, mutta aina ei paraskaan yritys riitä, jos toisesta osapuolesta ei ole tulemaan vastaan.

Vanhemman menettämistä aikuisiällä kuvaavat myös nimimerkit Maisa, Tellervo ja Joutsenlaulu. ”Tellervo” kärsi äitinsä heikosta mielenterveydestä, mutta suhde äitiin oli ollut kuitenkin läheinen ja tärkeä, joten myös menetys oli vaikea:

Äidin kuolema oli minulle shokki. Itkin melkein hysteerisesti, kun näin kirkon ja sen pihalla veljeni [Hanne]ksen vaimoineen, kolme äidin sisarta ja omat sisarukseni. Vapisin ja nyyhkytin, kun äiti laskettiin pimeään hautakuoppaan, mutta luulen, että kuolema oli äidille helpotus. (Tellervo, N66)

”Maisa” oli menettänyt äitinsä jo alle vuoden ikäisenä ja kasvanut isänsä ja äiti-puolensa kanssa. Isän menetys aikuisena tarkoitti lopullista luopumista biologisista vanhemmista:

Se oli torstaipäivä, kun matkustin Tampereelta äidin hälyttämänä, muutama tunnin olin sairaalassa isän luona ja siihen hän nukahti ikiuneen. Onneksi sain olla siinä läsnä. Hautajaiset olivat kolmen viikon kuluttua ja sain työnantajalta loman siihen asti, että saimme asiat kuntoon. Kun sen jälkeen palasin Tampereelle, suru pääsi vasta valloilleen, siellä yksin iltaisin ajatella, että olen nyt orpo, ei isää, ei äitiä. Vaikkakin oli ”äiti”. (Maisa, N67)

”Joutsenlaulu” hoiti huonokuntoista ja alkoholisoitunutta äitiään pitkään kotonaan työssäkäynnin ja perheestä huolehtimisen ohessa. Lopuksi kotihoito ei enää riittänyt, ja äiti otettiin sairaalaan. Kirjoittaja masentui äitinsä kuoltua:

Äiti jaksoi elää vielä noin kuusi viikkoa. Joka aamu, päivä ja ilta kävin häntä syöttämässä ja juttelemassa sen verran kuin jaksomme. Olimme molemmat puhkiupuneita. Keväällä lomani alkaessa äiti vajosi tajuttomuuteen ja nukkui pois hento käsi kädessäni 10.4.1989. Surin syvästi äidin pois meno. Nyt minulla oli usein toivomaani aikaa, mutta en osannut iloita siitä. (Joutsenlaulu, N68)

Sisaruksiin liittyviä aikuisiän vastoinikäymisiä on nimimerkeillä Pimmeli ja Tellervo. Kuten Pimmelin äiti, myös tämän veli kärsi mielenterveyden ongelmista, ja siskonsa auttamisyryksistä huolimatta välit menivät lopulta poikki kesämökkiriihtojen vuoksi. Veli omi yhteisen kesäpaikan, kirjoitti herjakirjoituksia siskostaan mökin oveen, lukitsi muut ulos ja lopulta myrkytti kaivoveden. Asia meni oikeuteen asti. Sisarusten välit eivät olleet enää korjattavissa:

Hän suorastaan nautti siitä, mitä toimillaan sai aikaan. Veljeni luultavasti katsoo toimineensa kaikessa täysin oikein ja minun olevan mielenvikaisen. Psykopaatilla ei ole omaatuntoa eikä hän tajua rikkovansa lakeja. (Pimmeli, N78)

”Tellervon” sisko sairastui heidän äitinsä tavoin skitsofreniaan, mikä aiheutti Tellervolle suurta tuskaa, sillä sisaret olivat kasvaneet tiukasti toisiinsa kietoutuneena ja selvinneet lapsuuden kauhuista yhdessä:

Äidin lisäksi olin menettänyt kaksoissisareni vaikealle sairaudella, ihan kuin minulta olisi revitty jokin jäsen irti ruumiistani. Pienestä asti olimme leikki-neet, juosseet ja kävelleet vieri vieressä samaan tahtiin. Koulun kokeissa vastasimme melkein samalla tavalla, vaikka istuimme eri puolella luokka-huonetta. Olimme yhdennäköiset, mutta minä olen aina ollut temperament-tisempi kuin [Siiri]. Opettajat pitivät meitä identtisinä kaksosina ja nuorena olimme mukana kaksostutkimuksissa. Olin apea ja yksinäinen, mutta mi-nulla oli hyvä työpaikka ja asunto. Ilmoittauduin iltalukioon opiskelemaan ja niin päiväni ja iltani olivat työntäyteiset. Surin sisareni kohtaloa ja itkin salaa öisin. Viikonloput ja kesälomat vietin yksin, koska harvat ystäväni lähtivät koteihinsa lomailemaan. Kun menin Koskenmäessä käymään, eräs ihmi-nen oli varma, että minäkin tulen mielisairaaksi. (Tellervo, N66)

Aikuisiän kertomuksissa kirjoitetaan omista jälkeläisistä lämpimään sävyyn; lapset ovat toivottuja ja rakastettuja vaikeissakin elämäntilanteissa. Moni olisi silti mielellään selvinnyt lastenhoidosta helpommalla. Nykyisenkaltainen yhteiskun-nallinen tuki lapsenhoidolle oli vasta alkutekijöissään. Yksin lapsiaan huoltanut ”Miia Outo” joutui koville työn, sairauksiensa ja vanhemmuuden välillä tasapaino-tellessaan:

Jouduin menemään takaisin töihin, kun nuorempi lapsi oli vasta kymmen-kuinen. Kunnan järjestämästä hoitopaikasta ei ollut tietoaakaan, vaan kuljin naapuristossa kyselemässä, kukahan voisi ottaa lapseni hoitoonsa, että pääsisin töihin? Poikaa hoitivat puolen vuoden aikana alakerran stressaan-tunut kotiäiti, ystävättäreni saksalainen mies, sätkä huulestaan, ja työtön nuori tyttö, joka nukutti vauvaa 25-asteen pakkasessa parvekkeella. (Miia Outo, N67)

”Jälkiviisas” kuvaa aikaa, jolloin molempien vanhempien elämänhallinta oli heikkoa, ja lopulta huoli lapsesta antoi voimaa tehdä elämäntilanteeseen muutoksia:

Jälleen makasimme molemmat vilttihoidossa, josta minä luikahdin välillä juomaan. Poika oli enimmäkseen molempien isovanhempiensa luona. Työttömyyden ja krapulan patistamana tajusin, että pojastamme tulee vielä täysorpo, ellen saa parisuhdetta katkaistuksi. (Jälkiviisas, M66)

”Katjusha” ei saanut lasten isältä tukea vanhemmuudelle, eikä hänen paljossa auttanut äitinsäkään lopulta luottanut tyttärensä kykyyn olla äiti:

Sitten jonkun vuoden kuluttua aloin odottaa ensimmäistä lastamme -ei ollut kotia, ei mitään. Miehelläni oli vakituinen opettajan paikka, mutta minulle ei ollut paikkaa hänen elämässään eikä lioin lapselle. Käski lähteä äitini elätettäväksi ja niinhän tein, ei ollut vaihtoehtoja. Onnettomien yhteensattumien vuoksi aloin odottaa hänelle toista lasta. Olin turvautumassa jo aborttiin, mutta empaattisen ja sydämellisen lääkärin ohjaamana siitä kuitenkin luovuin. Onneksi. Poika on ihana, yhtä ihana kuin se ensimmäinenkin, jota en kuitenkaan saanut pitää omanani - äitini hoiti senkin asian omaksi edukseen - täysin väärin perustein, niin minulle paljon myöhemmin sanottiin. (Katjusha, N70)

Nimimerkit Vompatti ja Elämänkoulu joutuivat kokemaan lapsensa sairastumisen. He kuvaavat sairauden alkuaikoja näin:

Neljätoistavuotias poikani alkoi saada outoja oireita. Tuskainen, levoton, aggressiivinen, omituisesti äänтелеvä, kummia liikkeitä tekevä poika ei sopinut mihinkään silloin tunnettuun sairauden kuvaan. Käytöshäiriöistä syytettiin lähinnä äitiä. Hanakasti myös isä yhtyi hoitotahon syytteisiin. Tilanne kotona kärjistyi, kun sairautta alettiin tutkia neuropsykiatrisena, mahdollisesti periytyvän sairauden ilmentymänä. Valvotut yöt ja tuskaiset päivät näennäisesti turhine sairaalakäynteineen seurasivat toisiaan. Hakeuduin terapiaan. Sen lisäksi aloin kirjoittaa vuorokauden tapahtumia vihkoon. Kirjoitin kuin mitä tahansa raporttia. Mustakantisia vihkoja täyttyi kolme. Joskus silmäilin aikaisempia sivuja ja ihmettelin, voiko tällaista tapahtua. (--) Pojan sairaus oli Touretten syndrooma. (Vompatti, N79)

Kahden vuoden päästä erosta sairastuu tyttäreni psyykkisesti valmistuttuaan yliopistosta loistavin arvosanoin. Hän on kesän töissä, muttei suostu ottamaan töitä vastaan sen jälkeen. Hän jää kotiin. Suljetun oven takaa

kuuluu kolkko laulu hänen huoneestaan päivät pitkät. Hän pakkaa kaikki tavaransa pahvilaatikoihin ja merkitsee koodein. Vain tumma makuupussi jää hänen sänkyynsä kuin siipirikko lintu. Hän solvaa ja tyrannisoi. Sairas? Sairasko? Hänkö vai minä, ajatukseni risteilivät tuskaista rataa. Äitinä en tiedä, mitä pitäisi tehdä. Pelkään ja häpeän. Koko perhe ahdistuu. (Elämänkoulu, N81)

Nimimerkin Elämänkoulu tytär sairasti vuosia ja kuoli lopulta rintasyöpään, äidin lohduttaessa vierellä. Sekä iloa että murhetta toi tyttärelle syntynyt lapsi:

Aluksi lapsi joutuu happikaappiin. Eivät tehneet ajoissa keisarin leikkausta. Löydän lapsen letkuissa happikaapista etsimisen jälkeen. Hänet nostetaan syliini. Mummun syliin. Vauva hymyilee. Ainoa lapsenlapseni. Kyyneleeni tippuvat vauvan vatsalle. Onneksi minun ei tarvitse olla näkemässä, kun lapsi nostetaan äitinsä syliin, riistetään sitten väkisin pois ja viedään sijaiskotiin. Siihen tapaamiset loppuvat, ei edes sanota, mihin lapsi viedään. Viisi vuotta on äiti hyvin tuskainen ja mummu itkee joka päivä. Itken tyttäreni tuskaa ja omaa tuskaani. Lapsenlapseni kohtaloa. (Elämänkoulu, N81)

”Elämänkoulu” koki vielä yhden menetyksen, kun hiukan ennen tyttärensä kuolemaa myös poika kuoli yllättäen. Läheisten kokemat vastoinkäymiset koettelevat myös kirjoittajien omaa terveyttä. Psykkisen kuormituksen lisäksi iän myötä ilmenee myös uusia sairauksia, joista aikuisuustarinoissa kerrotaan.

Kamppailua oman kehon ja mielen kanssa

Kirjoittajien terveydentilaa ovat koetelleet aiemmin käsiteltyjen työuupumuksen ja parisuhteessa väsymisen lisäksi muut mielenterveyden häiriöt, alkoholiongelmat, syöpä sekä monet muut somaattiset sairaudet kiputiloineen. Osalla sairastelu on alkanut jo lapsena, toisilla terveys on joutunut koetukselle vasta aikuisena. ”Änkyrän” lähes koko elämä on ollut sairauksien kanssa pärjäämistä ja laitoksissa asumista. 18-vuotiaana lastenparantolasta kotiutunut kirjoittaja ehti käydä kaksi vuotta ammattikoulua, kun tuberkuloosi palasi kiusaamaan:

Kaulaan tuli oikealle puolelle ajos joka rupesi mätimään, sen vuoksi jouduin invalidisairaalaan, joka oli samassa rakennuksessa koulun kanssa. Sairaalassa meni kaksiviikkoa, jonka aikana tehtiin monia kokeita. Tuloksena

oli, että toisessa keuhkossani oli varjostuma, josta seurauksena Paimion sairaala reissu. Paimiossa todettiin keuhkot puhtaiksi, mutta alettiin antamaan pistoksia kaksi kertaa päivässä kaksi kuukautta. Paimiossa meni aikaa neljä kuukautta, jonka jälkeen jatkoin ammattikoulun loppuun. Mutta tämäkään ei riittänyt, vaan vielä operoitiin oikea kämmen ja sitten sappikivet poistettiin ja tämän jälkeen tuli kuvetyrän leikkaus, jonka yhteydessä tutkittiin eturauhanen jossa todettiin syöpä. (Änkyrä, M82)

Jo lapsena sairastelleen ”Miia Oudon” aikuiseen elämään kuuluivat nivelrikko, diabetes ja suolistokasvain. Sairauksien lisäksi kestämistä oli ennen kaikkea hoidon laadussa:

Sairauksieni keskellä kärsin eniten siitä, ettei minua missään hoitotapahtumissa huomioitu kokonaisena ihmisenä, lääkärit eivät välittäneet omaan alaansa kuulumattomista oireista tai toimenpiteistä, joita minulle oli tehty. Minulla oli potilaana ikään kuin monta eri roolia, milloin olin diabeetikko, milloin leikkauspotilas. Henkisestä tilastani ei välittänyt kukaan. Olin jo niin tottunut siihen, ettei mikään onnistunut ja turtunut jonkinlaiseen apatiaan, etten osannut itsekään hakea apua. (Miia Outo, N67)

Sairaudet vaikuttavat myös työssä jaksamiseen. ”Miia Oudolle” kehittyi psyykkisiä oireita, joiden perusteella myönnettiin lopulta osatyökyvyttömyyseläke. Myös nimimerkille Aprakka somaattinen sairaus – äänihuulten halvaantuminen – ja sen vaikutus mielenterveyteen oli vaikeasti sovitettavissa työelämän kanssa:

Olin silloin 36-vuotias puhetyöläinen. Äänen menettäminen kokonaan oli kuin olisin joutunut eristykseen ja vankilaan. Minä, joka olin sosiaalinen ja puhelias. Olin työssä, josta pidin kovasti. Osallistuin aktiivisesti kunnallispolitiikkaan. Yht`äkkiä en pystynyt muuhun kuin kirjoittamaan asiani paperille. Kaikki muuttui oudoksi ja uudenlaiseksi. Jouduin luopumaan poliittisesta toiminnasta. Eihän kokouksissa voi olla edustajana ja ottamassa kantaa ilman, että osaa ja voi puhua. Luonnollisesti en voinut käydä työssäkään vaan jouduin sairaslomalle. (Aprakka, N63)

Äänihuulia operoitiin yhä uudestaan vuosien ajan, ja lisäksi ”Aprakalle” kehittyi munuaissyöpä. Kirjoittaja kuvaa syöpädiagnoosin saamista seuraavasti:

Maailmani musteni. Synkin miettein lähdin lääkärin luota. Menin sairaalan aulaan ja etsin puhelimen. Soitin esimiehelleni ja yhdelle työkaverilleni ennen kuin lähdin ajamaan kotiin päin. Vaikka kilometrejä kertyi melkein sata, en muista ajamisestani yhtään mitään. Kotiin tuloni sen sijaan muistan erittäin hyvin. Esimieheni oli kotonamme ja laittoi lapsille ruokaa. Toinen työkaverini istui olohuoneessa ja lääkärin ammattitaidolla kertoi lapsillemme sairaudestani. He saivat tietää kaiken, mikä lasten on hyvä tietää. (Aprakka, N63)

”Kiteen kelmi” kuvaa eturauhassyöpänsä hoitopäätöksen tekemistä näin:

Oli valittava radikaali leikkaus taikka sädehoito HYO:n klinikalla taikka Tampereella kahden kuukauden ajan. Olisi asuttava paikan päällä, sillä en minä jaksaisi matkustaa edestakaisin. [Milla] vahvasti heikkoa itsetuntoani ja sanoi, että hän kannattaa radikaalia leikkausta, koska silloin olisi melko varmaa, ettei syöpä enää uhkaisi. Asetuin ja alistuin, minulta menisi kyky olla [Milla]n kanssa niin kuin ennen. Se minua ahdisti, se saattoi minut miettimään asiaa monelta kannalta, mutta lopputulos oli kumminkin aina: radikaali leikkaus. (Kiteen Kelmi, M81)

Sairauden saapuvat kysymättä ja asettavat kirjoittajamme pohtimaan suhdettaan työhön, perheeseen ja elämään kaiken kaikkiaan. Kohdun- ja munasarjapoisto laittoi ”Iltarannan mummon” elämän ylösalaisin:

Olin kuin kehostani irtirevitty ja katselin elämäni ulkopuolisena. Mietin asioita ja ennen kaikkea kuoleman jälkeistä elämää ja uskontojen sekavuutta. (Iltarannan mummo, N78)

Akuuttiin leukemiaan sairastunut ”Vompatti” kuvaa diagnoosin jälkeistä aikaa ”tunteiden eristämiseksi”:

Mitään mahdollisuutta sopeutua vähitellen tilanteeseen ei ollut. Ainoaksi keinokseni jäi tekeytyä robotiksi. Kuulin kaiken ja tunsin, miten minua käsiteltiin ja mitä lääkkeet tekivät kehossani, mutta olin kuin tämä olisi koskenut jotakuta toista ihmistä. (--) Kotiin tulin pyörätuolissa. Tunteet heräsivät vähitellen. Oli sanottu, että paluun arkeen piti tapahtua hitaasti ja varoen, mutta että tavanomaisista askareista voimien mukaan suoritettuna on apua. Puhdistin pesuhuonetta kaakeli päivässä. Se oli todella terapeuttista. (Vompatti, N79)

Pitkään sairasta äitiään hoitanut ja itse aivoverenkierron häiriöistä ja selkäsairaudesta kärsinyt ”Joutsenlaulu” joutui lopulta tilanteeseen, jossa psyyke ei enää kestänyt:

Ajan kuluessa huomaan masennusoireita. Lopulta syöksyn totaaliseen romahtukseen sekä fyysisesti että psyykkisesti. En jaksakaan tehdä mitään. Olen täysin lamaantunut. Menetän elämänhaluni. En siedä valoa, en ääniä. Hajut ja maut oksettavat. Sydämessä tuntuu roihuavan polttava tuli. Hakeudun mielenterveystoimiston psykiatrin vastaanotolle. Hänen määräämänsä lääkkeet eivät auta. Kuihdun parin kuukauden aikana yli kaksikymmentä kiloa. Lopulta minut viedään psykiatriseen hoitoon, ensin kriisiosastolle ja myöhemmin avo-osastolle. En halua syödä. En poistu huoneestani. Maakaan usean kuukauden ajan sänkyyni pohjalla. Painan 42 kg. Haluan kuolla. Kaikki muut aistini ovat sammuneet, mutta hajuaisti ylireagoi. En näe värejä, vain harmaan eri sävyjä. Olen sysimustassa rotkossa, josta ei ole ulos pääsyä. Tunneskaalani on blancopaperin kaltainen, ei iloa, ei surua, ei toivoa, ei mitään. En elä, olen vain olemassa. Sairaalahoitoni kestää noin viisi kuukautta. Vähitellen jaksan nousta sängystä ja uskallan kurkistaa ovesta käytävälle. Ruokakin alkaa maistua. Kahvin haju muuttuu tuoksuksi viimeisenä. Sairaalahoidon loppuaikaa voisin kuvata elämäni parhaana. (Joutsenlaulu, N68)

”Purri” kokema masennus oli jaksottaista:

Pahimpia kokemuksia ovat olleet masennuskaudet. Syitä niihin on monia eikä niistä pääse omin voimin irti. Kolme kertaa olen räpiköinyt epätoivon suossa. (Purri, N88)

Suuria ikäluokkia on kutsuttu myös ”märäksi sukupolveksi”, koska ikäluokka oli otollisessa iässä 1960-luvulla alkoholipolitiikan vapautuessa, mistä seurasi alkoholin käytön arkipäiväistyminen molempien sukupuolien, mutta erityisesti miesten elämässä (Savioja, Karisto, Rahkonen & Hellsten 2000, 66). Ahdistuneisuutensa juonut ”Hade” kertoo diagnoosistaan ja elämänmuutoksensa ensi askeleista seuraavaa:

Hoidossa tajusin ensimmäistä kertaa, että diagnoosini - sosiaalisten pelkojen ohella ja lisäksi - oli alkoholismi. Tämä salakavala sairaus iski kolmesta tukikohdasta, fyysisestä, psyykkisestä ja hengellisestä käsin. Minä itse taistelin vapaaehtoisena vihollisen puolella ymmärtämättä vapauden nimissä puolustaneeni oikeuttani olla vanki. Osallistuin AA-kokoukseen, jossa pelosta täristen, mutta ilman roolin ja kemian suojaan kerroin sen,

mistä olin vaiennut. Tuntemattomille uskoutuken uskaltauduin tuntemattomaan. Katselin ja kuuntelin sairastumisen ja toipumisen kokeneita ihmisiä, jotka jakoivat kokemustaan vapautumisensa synnyttämän kiittollisuuden ja rakkauden motivoimina. (Hade, M68)

Siinä missä ”Hade” ymmärsi, että sosiaalisia pelkoja suurempi ongelma oli hänen alkoholisminsa, ”Jälkiviisas” taas tajusi, kuinka hänen alkoholisminsa alle kätkeytyi läheisriippuvaisuuden ongelma:

Ainoa toive, jota uusi parisuhde ei ole toteuttanut, oli alkoholiongelmani poistuminen juuri sillä tavalla kuin minä halusin ja uskoin sen poistuvan. Olin nimittäin uskonut, että hallitsematon juomiseni johtui sairaasta parisuhteesta, joten nyt kun parisuhde oli terve, juominen palaisi hallintaan. Sain kokea, että edes suuri rakkaus ja täydelliset ulkoiset olosuhteet eivät paranna ainakaan minun pitkälle kehittyntä alkoholismiani. Kantapään kautta opin ymmärtämään, että alkoholiriippuvuus ja läheisriippuvuus ovat kaksi eri sairautta, vaikka ne viihtyvätkin hyvin yhdessä. (Jälkiviisas, M66)

Kertomukset aikuisiän sairauksista sisältävät tarinoita yksinäisyydestä, uusista perspektiiveistä, kivusta jota on vaikea ymmärtää, hoidon hyvästä ja huonosta laadusta. Pohdittavana ovat erityisesti sairastamisen ja työelämän välinen suhde, sekä sairastamisen vaikutus ihmissuhteisiin. Ne jotka välittävät, jäävät ja auttavat. Pahimmillaan toiset vain pahentavat tilannetta käytöksellään. Niidenkin kirjoittajien kohdalla, jotka ovat läheisten ympäröiviä, kriisin käsittelyssä on jotain yksinäistä. Sairaus koskettaa eniten sitä, joka sairastaa, ja tavalla, jota toisten on vaikea täysin ymmärtää. Jonkinlainen prosessi on käytävä läpi myös yksin. Osa kirjoittajista parantui sairaudestaan, toisilla ne jatkuivat vanhuuteen, kirjoitushetkeen asti.

6.1.4 Vanhuuden kriisit

Vanhuutta kirjoituksista rajatessani olen kiinnittänyt huomiota ennen kaikkea mainintoihin eläkkeelle siirtymisestä sekä siitä, että kirjoittajat itse puhuvat vanhuudesta. Myös kaiken kirjoitushetkessä tapahtuman pohdinnan olen rajannut vanhuuteen kuuluvaksi. Olen tietoinen siitä, että kaikki kirjoittajat, varsinkaan nuorimmat heistä, eivät välttämättä koe itseään vanhoiksi. Rajaus ei ole arvottava tai

määrävä, vaan tutkimuksellinen työväline, kuten muidenkin elämänvaiheiden rajaukset.

Koska kirjoittajat elävät parhaillaan tätä elämänvaihetta, siitä kirjoittaminen eroaa luonteeltaan muista elämänvaiheista. Se on reflektointia ilman pitkälistä ajan apua, kertomista ilman pitkän aikavälin muistelua. Vanhuuden eläminen on vielä ”kesken”. Arvioni mukaan vanhuusiän kriiseistä kirjoittaa kuitenkin jopa kahdeksan 28:sta. Käsiteltävinä ovat omat sairaudet, puolison sairaus tai kuolema, puolison uskottomuus sekä kodista luopuminen. Näiden lisäksi jotkut kirjoittajista ovat kokeneet eläkkeelle siirtymisen vastoinkäymisenä. Vaikeus sopeutua uudenlaiseen elämäntilanteeseen näkyy nimimerkkien Selvinnyt ja Aprakka kertomuksissa, joissa jäädään kaipaamaan työelämän sosiaalista puolta:

En tykkää olla eläkkeellä. Pystyisin aivan hyvin vielä työelämään vähän ehkä kevennetysti. Mieheni on eläkeläisen rooliin hyvin tyytyväinen. Minä en. Haluaisin kuulua johonkin porukkaan ja lähteä joka aamu töihin. Koetin tällätä itseni kuntosaliryhmään, mutta totesin tunnin päätteeksi, että kiitos tästä, tämän jälkeen treenaan yksikseni. (Selvinnyt, N63)

Elin noina päivinä toivoen näkeväni vain pahaa unta. Eläkkeelle yhtä äkkiä joutuminen vei paniikkiin. Tuli tarpeettomuuden tunnetta. Alakuloa. Kotityöt tuntuivat typerältä ajanhukalta. Kaipasin työyhteisön ilmapiiriä, keskusteluhetkiä, naurua ja sitä hoitavaa huumoria. (Aprakka, N63)

Toisille taas eläkkeelle pääsy on ollut jo pitkään haaveissa työelämän vaikeuksien vuoksi, ja raskaana on koettu ennemminkin päätöksen odottaminen:

Monien mutkien jälkeen pääsin eläkkeelle vähän ennen virallista eläkeikää vuosikymmenien urakoimisen jälkeen. Oman kokemukseni mukaan en yhtään liian aikaisin. (--) En yhtään ihmettele, jos joku lamaantuu joutuessaan asioimaan väsyneenä rapulta toiselle, tietämättä kuinka kaukana on loppu-tulos ja mikä se lopultakin on. Ymmärtäväisen lääkäriani ansiosta sain säilytettyä ihmisarvoni pompottelun jälkeen. (Sitkeä, N63)

Eivor jäi 61-vuotiaana [Selja]n toivomuksesta osa-aikaeläkkeelle. Hän sai siirtyä etätyöhön omasta toivomuksestaan, eikä tarvinnut enää pelätä saavansa tartuntaa tämän sairaan työilmapiirin kammutuksesta. (Ivar Leuhonen, N61)

Nimimerkki Sinipiika tasapainotteli urahaaveiden, sairauksiensa ja ympäristön suhtautumisen välillä koko työuransa. Kun muutoksia hänen työtaakkaansa ei suostuttu tekemään, hänen oli jäätävä vastoin tahtoaan sairauslomalle ja työkyvyttömyyseläkkeelle. ”Sinipiika” kuvaa nykyistä suhdettaan sairauksiinsa näin:

Lapsuus- ja nuoruusvuosien pitkäaikainen lääkkeiden käyttö, rasitus ja sinnittely on johtanut toistuvasti erilaisiin leikkauksiin, mm. kolmetoista kertaa nilkkojen vuoksi ja viime vuosina pyörätuoliin useiksi kuukausiksi, joten kotona yksin arkiaskareista selviytyminenkin vaatii kärsivällisyyttä ja kekseliäisyyttä, koska minulla on näkö- ja tasapaino-ongelmia eikä oikean käden puristusvoimakaan ole varmaa. (--) Vaikeinta elämässäni ei ole sittenkään ollut sairaus ja sen aiheuttamat ongelmat, vaan yksinäisyys ja se mielivalta, piittaamattomuus ja nöyryyttäminen, jopa julmuus, jolla minut on tyrmätty, kielletty ihmisarvoni ja pakotettu etsimään loputtomiin uuvuttavia kiertoiteitä. - Jopa selviytymisenikin on ärsyttänyt lähipiiriäni. (Sinipiika, N71)

Myös ”Vompatin” vanhuuteen kuuluu sairauksien kanssa toimeen tuleminen:

Vanhuus ja sairaudet ovat pirullinen yhdistelmä. Kummassakin erikseen olisi tekemistä. Kun näin kuitenkin käy, on turvaututtava ikivanhaan viisauteen – päivä kerrallaan. Ei voi jäädä pelkäämään tänään, että entä jos huomenna tauti vielä pahenee ja voimat vähenevät. (Vompatti, N79)

”Uteliias elämälle” totuttelee elämäänsä uuden tuttavuuden, asiantuntijoillekin oudon sairauden kanssa. Hän oli juuri muuttanut erilleen puolisoista, joka oli yrittänyt syöttää vaimolleen salaa unilääkkeitä, kun seuraava vastoinkäyminen oli edessä:

Kun rytisee niin rytisee kunnolla. Puolen vuoden kuluttua muutostani sain diagnoosin: parantumaton, harvinainen syöpä. Elinaikaa n.2 vuotta. En harmittele asiaa enkä murehdi, onko lääkärit oikeassa, huomennahan voin jäädä vaikka auton alle. Kukaan ei ole tällaista tautia ole vielä osannut hoitaa, joten marssin pätevälle tunnetulle erikoislääkärille. Ihmeitä siis tapahtuu, en luovuta ja lopeta elämisen iloa. (Uteliias elämälle, N60)

”Kaksois-sisko maalta” kohtasi lyhyen ajan sisään niin puolisonsa sairastumisen ja kuoleman kuin oman sairautensa ilmenemisen. Mies kuoli niin äkillisesti, että asian käsittely oli vielä kesken, kun oma diagnoosi saapui. Juuri syntynyt lapsenlapsi antoi voimaa uuden taistelun keskellä:

Mies oli valittanut vatsaansa ja käynyt hakemassa apua terveyskeskuksesta. Ei saanut vaan väärän lääkityksen ja hyvin tavanomaisen ohjeen seurataan viikko ja ellei auta tulet uudelleen. Hän sitten pyörtyi viikon päästä kotona ja ambulanssilla paikalliseen aluesairaalaan vietiin. Sielläkin vain oiretta alettiin hoitamaan. Illalla sain kuolin viestin. Olin niin shokissa etten itkenyt ennen kuin vuorokauden päästä. Kun pystyin ajattelemaan, ihmettelin että palvelin terveyskeskusta viisitoista vuotta, tietämättä, että kun oma ukko tarvitsisi hoitoa, niin ei sitä saa. Pää vain jauhoi ettei tämän näin pitänyt mennä. (--) Kun sitten mammografiasta sain kutsun lisätutkimuksiin, olihan sekin jonkin lainen shokki. Tässä tapauksessa tieto vähensi tuskaa. Elämän halu oli niin voimakas ja usko että minua tarvitaan vielä. Syöpähoidot olivat rankat ja veivät yhden kesän siis harmaan helmen tai kudelmaraidan elämän kirjoon. (--) Silloin miehen kuoleman jälkeen kyselin luojaltani eikö Sinulla ollut muuta konstia minun tapauksessani. On ihmisiä joille sattuu asioita, minulle ei satu vaan ne ovat johdatuksia. Nämä ovat asioita joista ei kiistellä ne ovat niin henkilökohtaisia. (Kaksois-sisko maalta, N67)

”Tellervon” elämäkerta liikkuu vaihdellen menneisyyden ja nykyhetken välillä. Tuore tapahtuma, myöhemmällä iällä löytyneen puolison menettäminen, toi esiin muistoja turvattomasta lapsuudesta:

Kun mieheni [Hiski] kuoli sairauteen vähän yli vuosi sitten, lapsuuden traumat nousivat kovalla voimalla pintaan. [Hiskin] ja isäni kuolemassa oli jotain samanlaista. Leskeksi jäätyäni tunsin ympärilläni ison talon tyhjyyden, pelon ja surun. Ulkona oli pimeää ja pelottavaa. Molemmilla, isällä ja [Hiski]llä oli vaikeat sairaudet ja vahvat lääkkeet. [Hiskin] elimistö ei enää viimeisinä vuosina pystynyt käyttämään ravintoa, eikä insuliinia hyväkseen. Hänen kauniit, paksut, tummat hiuksensa harvenivat, hän laihtui yli kolmekymmentä kiloa ja hiipui hiljalleen pois. Alkoholit oli isän ja [Hiskin] yhteinen ongelma, isä kärsi lisäksi sodan aiheuttamista traumaista. [Hiskin] sairastuttua en uskaltanut nukkua, jos nukahdin, heräsin kohta peloissani ja huolissani, niin kuin viimeisinä vuosina kotona. (Tellervo, N66)

Vanhuuden parisuhdekuvaukset ovat pääasiassa seesteisiä: arkisia katkelmia rutiineista ja uudesta isovanhemman roolista. ”Kiteen kelmin” parisuhde kuitenkin kriisiytyi hänen juomisensa myötä:

Meille tuli lopulta oikein paha riita alkoholin käyttämisestä. Löin [Milla]a. Sitä en ollut tehnyt ennen. Minun tuli paha olla, koin itsesyytöksiä ja mu-rehdin sitä, miten lapset olivat ottaneet avioliittomme säröt. [Milla] ehdotti että menisimme yhdessä iltakirkkoon. Aluksi vastustelin, koska en uskonut

mihinkään tuonpuoleiseen, mutta kun tytöt pyysivät, ja lastenlapsetkin olivat suloisina pyytämässä ”vaalia kiikkoon” niin minä menin. Ajattelin ettei hän se minulta paljon vaadi, jos istun siellä perheeni kanssa. Kyllä minä mulkoilin naapurin ortodokseja, mitähän ne ajattelivat minusta. Olivat varmasti kuulleet riidoista. (Kiteen kelmi, M81)

”Iltarannan mummon” parisuhde taas koki kolauksen, joka ei ollut enää korjattavissa, kun narsistisen puolison salaisuudet vihdoin paljastuivat:

Eläkkeellä ollessani jouduin vielä läpikäymään yhden luopumisen. Kaikesta alistamisesta huolimatta jaksoin, tuon vaikealuonteisen miehen rinnalla vuosikymmenet. Olisin varmaan jaksanut kuolemaan asti, ellei perheeseemme olisi hiipinyt petollinen ystävä. Hän osoittautui mieheni rakastajattareksi. Vei vuosia, ennen kuin sain selville asian oikean laidan. Siihen pääsemiseen auttoi hyvä, pitkäaikainen ystäväni. Mieheni uskottomuuden paljastuminen oli kauhea isku. Ei yksin se petollisuus mieheltäni, vaan röyhkeys rakastajattaren puolelta. Hän käytti minua hyväkseen ja uhosi, ettei ikinä luovu miehestäni. (--) Kaikista vaikeinta oli siitä yhteisestä kodista luopuminen. Kodista, jossa olin viihtynyt ja elänyt, rakentaen sitä yli 30 vuotta. Puolen vuoden aikana jouduin hajottamaan sen. (--) Vasta naisen tunnustettua olleensa mieheni jalkavaimo yli kymmenen vuoden ajan, tajusin olleeni sinisilmäinen ja hyväksi käytetty. (Iltarannan mummo, N78)

Vaikka vanhuusvuosinaan ei kohtaisikaan uusia kriisejä, voivat vanhat tapahtumat edelleen verottaa voimia:

Viihdyn hyvin yksikseni, mutta eläkeläisyys ja vanhuus yksinelävänä tarkoittaa jatkuvaa dialogia oman itseni kanssa. Se pitää kestää ja hyväksyä. Toinen puoliskoni, syyttäjä, solvaa ja herjaa koko ajan siitä, missä kaikessa olen epäonnistunut ja kaivaa muistin pohjalta vaikka mitä ikäviä tilanteita. Toinen puoleni, puolustaja, yrittää hädissään kaivaa esiin asioita, joissa olen onnistunut ja saanut jopa kiitosta, vaikken koskaan ole osannut sitä kaivatakaan. (Miia Outo, N67)

Nyt kun kiireet ovat ohi, on aikaa muistella menneitä. Sanotaan, että aika kulta muistot. Mutta ei kaikkia. (Ninjamies, M68)

Leskeksi jäätyäni tunsin ympärilläni ison talon tyhjyyden, pelon ja surun. Ulkona oli pimeää ja pelottavaa. (--) Lapsuuden pelot tulivat uniini. Heräsin välillä omaan huutooni. Sydän pompotti rinnassa. (Tellervo, N66)

Nämä esimerkit osoittavat, kuinka ihminen ei ole muistoistaan erillinen. Vanhuus voi olla pysähtymisen ja hiljentymisen aikaa, mutta juuri tämä hiljaisuus saattaa

kutsua esiin äänet menneestä. Kirjoittajat ovat kuitenkin löytäneet kriiseihinsä apua ja tukea monenlaisista asioista. Seuraavassa luvussa siirryn näiden ratkaisukeinojen tarkasteluun.

6.2 Ratkaisuja kriiseihin

Edellisessä luvussa olen pyrkinyt vastaamaan tutkimuskysymykseni kahteen ensimmäiseen alakysymykseen: ”Millaisia kriisejä kirjoituksissa käsitellään?” ja ”Mitkä ovat kuvattujen kriisien olosuhteet?”. Vastaukset ovat kuvanneet aikansa suomalaista yhteiskuntaa, ja toisaalta kertoneet myös yleisemmin inhimillisestä elämänkulusta. Olosuhteiden kuvaus on myös kuvausta perhesuhteista ja muista läheisistä ihmisistä. Tässä luvussa keskityn vastaamaan kolmanteen alakysymykseen: ”Millaisia ovat kriisien ratkaisut?”.

Jos edellisessä luvussa näkökulma oli elämänkululähtöinen, olen tässä luvussa lähtenyt tarkastelemaan ratkaisuja kriisin luonteen pohjalta. Palaan luvun 6.1 alussa (s. 48) esittämäni luokitteluun siitä, mihin asioihin koetut kriisit ja vastoinkäymiset liittyvät. Sen pohjalta olen jäsentänyt kirjoituksissa esiintyviä ratkaisuja koettuihin kriiseihin. Tarkastelen ratkaisuihin ja toipumiseen liittyviä tapahtumia, sitä millaisia ratkaisuja on tehty ja mitä nämä ratkaisut kirjoittajille merkitsevät (vrt. Sandelin 2007, 38). Olen kiinnostunut myös siitä, ketkä ihmiset ja mitkä institutiot ovat mukana kriisien ratkaisuissa ja niistä selviämisessä. Vaikka ratkaisut liittyvät keskenään erityyppisiin kriiseihin, olen lisäksi etsinyt ratkaisutyyppejä, jotka mahdollisesti yhdistäisivät erilaisia kriisejä. Olen kysynyt aineistolta, mikä erottaa ja mikä yhdistää eri kirjoittajien ja eri kriisien ratkaisuja. Näitä käsittelem luvussa 7.1.2, jossa kokoan ratkaisut yhteenvedoksi. Kahdestakymmenestäkahdeksasta kirjoittajasta kaikkiaan kaksikymmentäkuusi kirjoittaa kriisien ratkaisuista.

6.2.1 Ratkaisuja kriiseihin lapsuuden perheen piirisissä

Lapsi on hyvin haavoittuvassa asemassa, jos juuri ne ihmiset, joiden tulisi tukea lapsen kasvua kohtelevat häntä huonoiten. Mahdollisuutta itsenäiseen tilanteesta poistumiseen ei ole, sillä lapsi on vielä riippuvainen kasvattajistaan. Sietämättö-

mässä tilanteessa pitkään elävä etsii pakokeinonsa jotain kautta, ja löytääkin lapsen luovuudella keinoja helpottaa tuskaa. Osalla kirjoittajista lapsuus kuvastuu eräänlaisena odotustilana, josta pääsee pois, kun iän myötä ovi vihdoinkin aukeaa kohti omanlaista elämää. Tilaa perheenjäsenen menehtymisen käsittelyyn ei vaikuta olleen paljoa kirjoittajien lapsuudessa ja nuoruudessa, vaan varhaisia menetyksiä on usein käsitelty vasta myöhemmin aikuisiässä, kun ne ovat nousseet pintaan ja niistä puhuminen on tuntunut hyväksyttävämmältä.

Nuoruusvuosinaan äitinsä menettänyt nimimerkki Iltarannan mummo (N78) selvisi menetyksestä vähitellen asiaa surren ja eri tavoin käsitellen: *Surutyöstä, johon kuuluu monenlaisia vaiheita, ei puhuttu silloin mitään, mutta nyt jälkeinpäin ajatellen, jouduin käymään läpi ne kaikki, vihasta itsesyytöksiin*. Kova työnteko oman terveyden ääri rajoilla ei ainakaan helpottanut prosessia, mutta urkuharmoinin soittaminen sekä liikuntaharrastukset toivat helpotusta surun keskelle. Uuteen elin- ja työympäristöön pääseminen, sukulaisten tuki sekä uuden työpaikan ihmiset yhteisine kiinnostuksen kohteineen auttoivat myös pääsemään yli menetyksestä. Läheisen ja tärkeän äidin muisto näkyi myös selviytymiskeinoissa: *Ehkä äidiltäni peritty herkkä luonne, jossa nauru ja itku vuorottelevat, on ollut hyödyksi suruista selviytymiseen*. Sama kirjoittaja joutui kohtaamaan myös veljensä sairastumisen sodan kokemuksen laukaisemiin mielenterveyden ongelmiin sekä veljen kuoleman, joka tuntui lopulta helpottavalta. Aikanaan hävetyn asian käsittely siirtyi aikuisuuteen, jolloin kirjoittaja tapasi kohtalontoverin ja sai jakaa tämän paljon tuskaa tuottaneen ja tukahdutetun asian. Nuoruusvuosinaan veljensä menettivät myös nimimerkit Maisa (N67) ja Elämäkoulu (N81), joista edellinen pohtii kirjoituksessaan, onko hän vieläkään käsitelty neljävuotiaan pikkuveljen tapaturmaista kuolemaa, *vai onko se vain painunut jonnekin*. Myöskään nimimerkin Elämäkoulu kirjoituksessa veljen kuoleman käsittelystä ei mainita, vaan reaktiona on käytännön toimiin ryhtyminen: sisko päätti luopua haaveesta opiskella kotitalouden opettajaksi ja mennä sen sijaan kauppaopistoon, jotta perheen kaupalle saatiin uusi jatkaja menehtyneen veljen tilalle.

Kirjoittajien lapsuudessa kovan kurin kasvatus ja ruumiillinen rankaisu ovat olleet paljon nykyistä hyväksytympiä kasvatustapoja. Henkistä ja fyysistä väkivaltaa lapsena kokeneet kirjoittajat ovat etsineet omia tapojaan paeta tilannetta. Nimimerkki Sitkeän (N63) mukaan *mielikuvitus auttoi selviämään*, kun kodin kuri oli

kova eikä tunteita saanut näyttää. Samoin nimimerkki Sinipiika (N71) kertoo eläneensä lapsena mielikuvitusmaailmassaan ja uppoutuneensa kirjoihin päästäkseen etäämmälle kovaluontoisesta isästään. ”Sinipiika” pakoili isäänsä myös konkreettisesti, siinä määrin, kun se oli mahdollista, keräämällä kesäisin marjoja, mikä mahdollisti myös koulukulujen maksun sekä puolisalaa oppikouluun pyrkimisen. Kirjoittaja kuvaa siitä seurannutta kortteereissa asumista ja opiskelua kovaksi: *Asuin talvisydäntä mahdollisimman halvassa kortteerissa, joka vaihtui yhdeksän kertaa. Kouluruokailua ei ollut, söin mitä sattui, ei ollut työrauhaa eikä -pöytää. Yhden talven asuin huoneen ja keittiön mökissä, jossa mekasti neljä aikuista ja neljä alle kouluikäistä lasta minun lisäkseni.* Ilmeisesti nämä olosuhteet kuitenkin voittivat pelon ilmapiirissä elämisen.

Luonnosta ja eläimistä löytyi helpotusta osalle kirjoittajista. Sisarustensa pahoinpitelemä ja lähes vailla ystäviä ollut ”Selvinnyt” (N63) loi oman maailmansa lähimetsään, jonne hän kuvitteli kerrostalon, jossa asusteli. Nimimerkki Elämä on (N62) löysi vanhemmistaan sodan vuoksi erossa ollessaan ystäväkseen koiran, josta hakea lohtua: *Pia-koiran koppiin käperryin kun oli ikävä. Koiran lämmin turkki ja tasainen hengitys rauhoittivat.* Omien vanhempien kohdellessa huonosti luotettavia aikuisia saattoi onneksi löytyä muualta lähipiiristä. Nimimerkki Utelias elämälle (N60) kertoo jaksaneensa väkivaltaista äitiään isän rakkauden ja tätiensä tuen avulla. Tätien kodit tarjosivat myös käytännössä pakopaikan, jossa käydä välillä hengähtävässä oman kodin paineilta. Kaikilla kirjoittajilla ei ole ollut edes yhtä turvallista aikuista elämässään. *Jotenkin sitä vain selvisi,* toteaa nimimerkki Pimmeli (N78), jonka mukaan vasta aikuisena hän on todella voinut kehittää keinoja, joilla selviytyä.

Kirjoittajista Pimmelin lisäksi myös Selvinnyt (N63), Tellervo (N66), Joutsenlaulu (N68), Utelias elämälle (N60) ja Jälkiviisas (M66) kuvaavat ajan kuluja ja aikuisumista tapoina selvitä lapsuuden vastoinkäymisistä. Ulospääsy ahdistavasta suhteesta omaan vanhempaan olivat itsenäistyminen ja kotoa pois pääseminen, mitä toisilla joudutti kouluun pääseminen tai työnteon aloittaminen, toisilla aikainen naimisiinmeno. Nimimerkin Utelias elämälle (N60) kohdalla avioituminen oli hänen tätiensä ideoima ”juoni” saada nuorelle naiselle rauhaa äitinsä jatkuvasta höykytyksestä. Perheensä ainoana nimimerkki Joutsenlaulu (N68) opiskeli ylioppilaaksi, ja kuin vanhemmista irrottautumista korostaakseen lähti samana kesänä

kotoa ja avioitui isän vastustuksesta huolimatta. Tällaiset teot voi tulkita lapsuudessa kärsineen tapana voimaantua. Aikuistunut lapsi on voi vihdoin sanoa vanhemmilleen vastaan ilman pelkoa kodin ahtaiden seinien sisällä henkisen tai fyysisen väkivallan uhriksi jäämisestä. Vanhempien otteesta ei kuitenkaan pääse välttämättä aikuisenakaan. Usein suhde ei olekaan yksinkertaisesti hyvä tai huono, vaan kirjoittajamme osoittavat kaikista vaikeimpienkin lapsi-vanhempisuhteiden kohdalla halua ymmärtää vanhempiaan ja toiveita suhteen paranemisesta. Esimerkiksi Pimmeli (N78) päätti pitää suhteen äitiinsä asiallisena sulkeamalla omat tunteensa ja yrittämällä tulla toimeen äidin kanssa, vaikka se vaatikin valheellisuutta. Hän otti myös kunnia-asiakseen huolehtia äidistään tämän viimeisinä aikoina ja saattaa tämä haudan lepoon kaunaa kantamatta. Tällainen henkisesti etäällä oleminen ja äidin käytöksen yläpuolelle asettuminen vaikuttavat tuoneen hänelle rauhaa ja voimaa oman elämän elämiseen. Nimimerkki Utelias elämälle (N60) katkaisi lopulta välit oman äitinsä kanssa rauhan löytämiseksi. Voimaa hän vaikuttaa saaneen myös omanlaisen äitiyden rakentamisesta: *Minusta tulikin sitten rakastava kanaemo tyttärilleni. Meillä on selitetty asiat, rakastettu, syötetty, harrastettu, tuupattu opiskeluun, elämään ja elämyksiin, ilman ainuttakaan iskua, tukkapöllyä, tai henkistä väkivaltaa.*

Koska tilaa lapsuuden kipeiden asioiden käsittelyyn ei useinkaan ole löytynyt, on niihin palattu aikuisuudessa. Nimimerkki Tellervo (N66) kuvaa, kuinka jossakin kohtaa *traumaattiset kokemukset on pakko käsitellä, jos aikoo jatkaa tasapainoisena elämäänsä.* Tellervon kohdalla lapsuuden turvattomuuden tunteet nousivat taas esiin aikuisena, kun oma puoliso menehtyi sairauteen. Avuksi tuli runojen lukeminen ja niiden kirjoittaminen. Myös sielunkumppanuus tyttären adoptoiman koiran kanssa vaikuttaa avanneen monta kipeää solmua kirjoittajan elämän varrelta. Pieni eläinystävä on kirjoittajan tukena vuosikymmenten takaa edelleen vaikuttavien lapsuusmuistojen kohtaamisessa. Muistot eivät poistu, mutta käsittelyn myötä niiden kohtaaminen helpottuu: *Olen aina pelännyt koiria ja pimeää. [Piki]n kanssa uskallan liikkua ulkona tummina syksyiltoina, se puolustaa minua aina tarvittaessa. Pimeän pelko on hieman hellittänyt, mutta se on vielä olemassa. Muistan yhä vielä äidin kauhun ja sekavat puheet myrskyisinä syksyiltoina, kun hän odotti tappajien tulevan kotiin.*

Yhteenvedona todettakoon, että lapsuuden perhepiiriin liittyvissä kriiseissä korostuu lapsen haavoittuva asema ja tämän rajallinen määrä selviytymiskeinoja. Välitön pako on usein mahdoton vaihtoehto. Pahimmillaan ei voi muuta kuin kestää ja odottaa parempaa aikaa ja oman autonomian lisääntymistä. Moni on kuitenkin löytänyt helpotusta lähipiirissä olleista luotettavista aikuisista tai lohtua tuovista lemmikeistä. Myös oma sisukkuus ja mielikuvitus ovat antaneet kirjoittajille voimaa. Kriiseistä selviytyminen on usein ollut asteittaista, ja paranemisprosessi on saattanut siirtyä osittain tai kokonaan aikuisuuteen, jolloin vaikeiden asioiden käsittelylle on löytynyt enemmän keinoja ja mahdollisuuksia.

6.2.2 Sodan ja köyhyyden kokemuksista selviytyminen

Jos lapsen keinot selvitä väkivaltaisista vanhemmista ovat heikot, eivät ne varmasti ole paremmat sodasta selviämisesäkään. Sodan mainitsevat kirjoituksissaan nimimerkit Mekko (N77), Sinipiika (N71), Iltarannan mummo (N78) sekä Maijan ystävä (N75). Sota on kriisi, jota lapsi ei tietenkään voi ratkaista, mutta olen etsinyt kirjoituksista vastauksia siihen, miten sodan vaikutuksia käsiteltiin ja miten niistä selvittiin. Nimimerkki Mekon perhe – äiti ja neljä lasta – asui talvisodan syttyessä 1939 köyhissä oloissa, ensin kolhoosissa ja sitten pihamökissä. Rivien välistä on luettavissa, kuinka pienet asiat ovat tuoneet iloa vaikeiden olojen keskelle. Kirjoittaja muistelee joululahjaksi saatua pullan palaa, äidin iltaisia ääneenlukuhetkiä sekä kiertokoulun aloittamista, joka kirjoittajan mukaan oli *merkittävä alku jollekin myöhemmin tapahtuvalle*. Kaupunkiin 1942 muutettuaan perheen elämä oli entistä köyhempää, ja ruoka kortilla: *Muistan olleeni monta päivää syömättä mitään, mutta sitten saimme uudet kortit ja elämä jatkui jotenkin*. Köyhyys, jatkuva likaisuus ja sairaudet sai kirjoittajan tekemään päätöksen 13-vuotiaana: *aloin tajuta, että minun pitää itse tehdä elämäni eikä odottaa, että joku muu sen tekee. Pesin hiuksiani pesuvadissa ja hankin hammasharjan. Minusta oli tullut nuori nainen, joka halusi mennä eteenpäin*. Myös nimimerkki Maijan ystävä (N75) eli lapsuuttaan keskellä sotaa, joka näyttäytyi nuorelle tytölle ruoan ja tarvaroiden puutteena. Perheen pelastuksena olivat omavaraisuus sekä toimeliaisuus ja luovuus, joista kirjoittaja vaikuttaa olevan ylpeä: *elämässä on paljon sellaista, joka ei maksa rahallisesti paljoakaan, mutta elämän varrella sen huomaa*,

mitä kaikkea rikkautta on saanut osakseen. Lapsuutta muistaa onnellisena aikana. Vaikka sota oli kirjoittajalle pelottava kokemus, moni hyvä asia lapsuudessa on antanut suojaa sitä vastaan, ja nyt tätä aikaa ajatellessa pääällimmäisinä ovat hyvät muistot. Vastaavanlaisia kokemuksia on ollut Riutamaan tutkimukseen osallistuneilla evakkolapsilla, jotka ovat löytäneet lämpimistä perhesuhteistaan ”sisäisen kodin” turvan silloinkin, kun ulkoiset puitteet ovat olleet puutteelliset (Riutamaa 2016, 174).

Muut sodan mainitsevat kirjoittajat ovat joutuneet kantamaan sodan taakkaa välillisesti. Nimimerkki Sinipiian (N71) isä *kärsi sotatraumasta ja -vammoista ja rai-vostui silmittömästi mitättömästä asiasta.* Kirjoittaja pakeni asiaa aivan konkreettisesti, asumalla kaupungissa siskonsa luona. Nimimerkki Iltarannan mummo (N78) koki sodan vaikutuksen isänsä ja veljiensä kohtaloiden kautta. Vaikuttaa siltä, että kirjoittajan äidin lempeys on tasoittanut isän sotakokemusten muuttamaa luonnetta, jota kirjoittaja kuvaa petomaiseksi. Isäänsä kirjoittaja tuntuu kuitenkin tarkastelevan myös tämän hyviä puolia esiin tuoden. Kipeämmältä ja vaikeammin käsiteltävältä vaikuttaa veljen psyykinen sairastuminen: *Veljeni psyykinen sairaus oli kuin painajainen. Sehän oli luuranko suvun ja meidän sisarusten kaapissa, josta ei puhuttu julkisesti. Se oli niitä sairauksia, joista oli kaikissa kou-lujen hakukaavakkeissa erillinen kysymys: onko suvussa keuhko- tai mielisai-rautta? Valehtelin. En halunnut enää tulla kiusatuksi.* Vähitellen elämän varrella asian käsittelyyn tuli lisää tilaa. Kun ymmärrys mielenterveyden ongelmista lisääntyi yhteiskunnassa yleisemmin, saattoi myös vanhoista kokemuksista puhua avoimemmin: *Ollessani vanhainkodilla eräässä maalaiskunnassa, sinne tuotiin myös psyykkisesti sairaita mielisairasosastolle. Yksi työkaverini kertoi itkien, kun hänen nuorempi veljensä tuotiin sinne. Sain kertoa oman tarinani veljestäni ja lohduttaa häntä. Kerroin myös äidistäni, joka kävi veljeäni katsomassa mielisai-raalassa sota-aikana ja sanoi, ettei yksin hänen poikansa takia ole rakennettu sellaisia sairaaloita. siellä oli monen äidin poikia, joista sota teki sairaita.* Toista auttaessaan Sinipiika auttoi myös itseään käsittelemään tapahtumia, joista oli täytynyt pitkään vaieta.

Sota-ajan keskellä lapsuuttaan eläneet kirjoittajat ovat löytäneet iloa pienistä, positiivista asioista sekä perheen tuesta. Köyhyydestä ja puutteesta on selvitty perheen yhteisvoimin yritteliäisyyteen ja luovuuteen turvautuen. Yhteiskunnallinen

turvattomuus on ylipäättään ollut kokemustasolla perhepiirin turvattomuutta pienempi ongelma. Sodan vaikutukset perheenjäsenten mielenterveyteen ovat kuitenkin olleet niin voimakkaita, että sodan perintö on kulkenut kirjoittajien mukana vuosikymmenet. Näiden asioiden käsittely on tullut mahdolliseksi vasta myöhemmin, joten välittömät selviytymiskeinot ovat olleet lähinnä sietämistä ja yrityksiä unohtaa.

6.2.3 Keinoja selviytyä kovista koulukokemuksista

Koulumaailmassa tapahtuneet vastoinkäymiset liittyvät kirjoittajien kohdalla ennen kaikkea koulukiusaamiseen. Koulukiusaamisesta on yritetty selvitä pääosin kahdella tavalla: tilannetta sietäen ja omista sisäisistä voimista ammentaen, tai perheenjäseniin tukeutuen. Kukaan ei kirjoita siitä, että joku koulun sisällä olisi puuttunut tilanteeseen. Päinvastoin, kiusaaja on saattanut olla koulun opettaja. Nimimerkki Iltarannan mummo (N78) ei varsinaisesti pyytänyt kotoa apua, mutta hän kirjoittaa, kuinka *tarinatuokioissa äitimme kertoi vanhoista asioista ja lapsuudesta pienessä muurarin mökissä, jossa oli vielä enemmän asukkaita kuin meillä. Ehken tuo läheisyys ja nuo yhteiset hetket olivat sitä terapiaa, joka auttoi kestämään sen koulukiusaamisen.* ”Katjushan” (N70) mukaan hänen äitinsä sai kiusaamisen loppumaan soittamalla koululle: *Sen kriisin päättymisestä kiitos kuuluu äidilleni. Toki kiusaamiskokemukset jättivät jälkensä elämääni - hyvinkin traumaattiset--.* Katjushan elämää kriisiyttänyt tilanne oli ohi, mutta vaikuttaa siltä, että asia jäi vaille käsittelyä. Kriisin kokemusta ei voi pysäyttää kuin seinään vain itse tapahtumien lopettamisella, vaikka sekin auttaa jo paljon. Myös Iltarannan mummon kohdalla kiusaajien sanat kaikuivat korvissa vielä aikuisena, ja hän päätti muuttaa lapsena haukutun etunimensä mieleisekseen.

Nimimerkin Iso Hoppe (M63) kohdalla äidin soitto kouluun ei auttanut. Kirjoittaja kesti tilanteen hammasta purren, mutta nuoruudessa koettu purkautui omassa käyttäytymisessä myöhemmin: *Aloin etsiä muista vastaavia heikkouksia ja iskin aina niitä löydettyäni. Huomasin saavani muitakin puolelleni tähän jossain määrin pirulliseen ja epäterveeseen toimintaan. Mutta – jotenkin se vain tuntui hyvältä, hiveli itsetuntoani.* Kirjoittaja myöntää, että kiusaus koston on vieläkin

olemassa, mutta hän yrittää työntää nämä sekä itselle että muille haitalliset ajatukset syrjään. Nimimerkki Sitkeä (N63) kertoo selvinneensä elämänsä vastoinkäymisistä ennen kaikkea omalla avullaan: *en ole marissut kenellekään omia asioitani, vaan olen itse pyrkinyt muutokseen*. Koulukiusaamisen kohdalla tämä näkyi kirjoittajan päätöksenä antaa samalla mitalla takaisin: *kun uusi koulusyöksy lähestyi, sanoin, että kun nämä haukkujat sanovat sorakieleksi, sanon, että itse olette sorakieliä!* Lukivaikeuden ja puhevian takia kiusaaminen jätti kuitenkin jälkensä myös ”Sitkeään”: *Kun koko lapsuutesi ja nuoruutesi olet ollut tyhmä, on hyvin vaikeaa myöhemminkään tilanteessa kuin tilanteessa luottaa itseensä*.

Kaiken kaikkiaan koulukiusaamisesta selviäminen näyttäytyy elämän mittaisena matkana. Osa lapsista on ollut paitsi koulu-, myös kotikiusattuja, jolloin turvaa on ollut vaikea löytää mistään. Lapsena käsittelemättä jääneet asiat ovat kulkeutuneet kiusattujen mukana nuoruuteen ja aikuisuuteen. Asioiden käsittely myöhemmälläkin iällä on arvokasta, kuten ”Iltarannan mummo” (N78) pohtii: *Kaikki eivät koskaan osaa, tai halua purkaa mieltään jäytäviä asioita ulos, vaan katkeroituvat. Todennäköisesti luulevat olevansa ainoita kärsimään joutuneita. Avautumalla huomaa, ettei ole ainoa kiusattu, alistettu ym. pahaa kokenut. Rohkeasti kertomalla sisällä olevat vaikeat asiat poistuvat ja tilalle saa mielenrauhan*.

Koulumuistojen lisäksi aikuisena opiskeluun liittyvästä koulukiusaamisesta kertoo kaksi kirjoittajaa. Avun pyytäminen ja saaminen näyttäytyy aikuisten kohdalla lapsia helpommalta. ”Iltarannan mummo” (N78) sai apua ja kannustusta terveydenhoito-oppilaitoksen rehtorilta tilanteessa, jossa oppilaitoksen opettaja yrittää estää kirjoittajaa valmistumasta. *Onneksi olin tarpeeksi rohkea ja käännyn rehtorin puoleen*. Myös ”Sinipiika” (N71) sai tukea oppilaitoksen sisältä, kun hänen opinnäytettään ohjaava apulaisprofessori kirjoittajan kuvauksen mukaan nöyryytti häntä hänen sairauksiensa vuoksi ja arvioi työtä epäoikeudenmukaisesti. Taisteluun väsyneenä kirjoittaja kuitenkin lopulta luopui oikaisuvaatimusprosessista, ja edessä odottivat uudet taistelut työelämässä.

Ratkaisukeinot koulukiusaamiseen vaihtelevat kirjoittajien kohdalla. Osa on saanut tukea vanhemmiltaan, osa antanut – heti ja suoraan, tai viiveellä ja välillisesti – samalla mitalla takaisin. Toiset ovat kärsineet ja odottaneet parempia aikoja. Järjestelmällistä kiusaamiseen puuttumista ei ole ollut olemassa, mikä kuvastaa

tuon ajan yhteiskunnan vasta kehitymässä ollutta ymmärrystä lapsen hyvinvoinnin tärkeydestä. Kuten perhepiirin kriisien kohdalla, myös lapsuuden koulukriisit ovat jättäneet tuntuvat jälkensä kirjoittajiin. Niiden vaikutuksia on jouduttu käsittelemään myös aikuisuudessa, jossa ovat odottaneet jo seuraavat kriisit.

6.2.4 Työelämän kriisien ratkaisut

Työelämässä kohdattuihin kriiseihin on yhtäältä yritetty suhtautua tilannetta sietäen ja hammasta purren, toisaalta etsien tukea muilta ihmisiltä, alan tai työpaikan vaihdoksesta, tai kokonaan työelämästä poistumisesta. Niin lyhyempien kuin pidempienkin työrupeamien ongelmia on kestitty tilannetta sietäen, kuten nimimerkin Iltarannan mummo (N78) kohdalla, joka nuorella iällä teki hyvin raskasta vahtimestarin työtä samalla kun suri äitinsä kuolemaa. Monista sairauksista kärsinyt Sinipiika (N71) otti opettajantyössään vastaan sen, mitä annettiin eikä uskaltanut kieltäytyä mistään: *Koko ikäni olen suorittamisella ja ahkeruudella yrittänyt ostaa ihmisyyttä, onnistumatta.* Myös nimimerkki Ivar Leuhonen (N61) kärsi myrkyllisestä työympäristöstä, ja yritti löytää voimaa itsesuggestiosta. Hän kuvaa tuntemuksiaan kolmannessa persoonassa: *Välillä hän nimittäin alkoi pelätä, että heidän [työpaikan kiusaajien] mielipuolinen piinaamisen halunsa voisi tarttua, kun sitä päivästä toiseen sai kokea. Hän sai itsensä vakuutetuksi siitä, että hän pysyy lujana.* Helpotusta kirjoittaja sai myös viljelypalstaharrastuksesta: *maan läheisyydestä, ruumiillisesta työstä ja ajatusten vaihdosta naapuriviljelijöiden kanssa. Siellä ei kateus näytä päätään, autetaan toisiaan.* Nimimerkki Katjusha taas sai lohtua vuosia jatkuneeseen työpaikkakiusaamiseensa Jari Sillanpään musiikista: *Kuljimme hänen konserteissaan ympäri Suomea niin usein kuin oli suinkin mahdollista. Sain voimaa Jarin esittämästä musiikista ja pienistä juttelutuokioista esiintymistensä jälkeen. Hän oli kuin eräänlainen enkeli, joka johdatettiin polulleni.*

Edellä olevia kertomuksia voisi ajatella kuvauksina kertaantuneista tai kasaantuneista kriiseistä, jotka vähitellen kuluttavat ihmisen voimavaroja ja vaativat purkautumiskeinoja. Huonosta työilmapiiristä, työn liiallisesta kuormittavuudesta tai työpaikkakiusaamisesta kertyvä psyykkinen rasitus ei ole äkillistä eikä välttämättä yksittäinen työpäivä sietämättömän raskas, mutta tilanteen pitkäkestoisuus

voi verottaa voimia jopa enemmän kuin äkillinen kriisi. Kirjoittajien kuvauksista ilmenee, kuinka kriisi on lopulta ratkaistava jollakin tavalla, kun viimeisetkin voimat on käytetty eikä pelkkä harrastusten vastapaino riitä. Tarpeellisia taukoja suoneiden opintovapaiden jälkeen nimimerkki Sitkeä (N63) luopui työstänsä kokonaan ja alkoi omistautua taiteen tekemiselle: *Tunsin, että samaa en jaksa enää enempää. Jos en ymmärrä kuunnella kehoni hälyttäviä viestejä, elämäntehtäväni jää tekemättä.* Työpaikkakiusatulle Sinipiialle (N71) ei jäänyt yrityksistä huolimatta muuta vaihtoa kuin jäädä kokonaan pois työelämästä: *Sinnittelin vielä seitsemän vuotta, mutta kun rehtori ei suostunut edes keskustelemaan muutoksista, vaan vaikenin kuin muuri, jäin sairauslomalle ja työkyvyttömyyseläkkeelle.* Iltaran mummo (N78) pääsi pakoon työpaikkakiusaamista työpisteen siirrolla, mikä toi mukanaan uuden kokemuksen työviihtyvyydestä: *Kiusaaminen ja raskaammalle osastolle siirto edesauttoi hakeutumista varhaiseläkkeelle. Tutustuin uusiin ihmisiin ja sain kokea iloisen ilmapiiri ennen eläkkeelle siirtymistä. Painamaan jäi kuitenkin tapa, jolla siirto tapahtui, siinä oli jotain ihmeellistä ja epänormaalia.* Työpaikkakiusattu Katjusha (N70) kokee johdatuksena sen, että hän sai viimeisinä työvuosinaan osakseen aivan toisenlaista työviihtyvyyttä uuden työpaikan myötä: *Sain nauttia urani viisi viimeistä vuotta sellaisessa työympäristössä, jollaisesta en ollut aiemmin edes osannut kai unta nähdä. Taivaan Isän johdattamia olivat ihmiset, jotka vaikuttivat elämäni niinä viitenä vuotena.*

Nimimerkin Toivo Rikas (M75) kertomus irtisanotuksi joutumisesta edustaa äkillisen kriisin kertomusta. Hän käsittelee yllättäen tullutta ilmoitusta töiden loppumisesta eräänlaisessa epäuskoisessa sumussa, johon kuuluu kirjoittamista, lasten kanssa leikkimistä ja lopulta asian kertominen vaimolle. Kirjoittajan hyvästä tukiverkostosta ja vahvasta resilienssistä kertovat tilanteeseen suhtautuminen sulatteluvaiheen jälkeen: *Kun jossain vaiheessa tämä erottaminen muuttui lopulliseksi totuudeksi, tuli mieleen suuri helpotus. Keskityin ajattelemaan vain tulevaisuutta ja edessä olevia töitä. Ystävien verkoston kautta sain hyvin pian työksi viikonloppujen yövalvonnat hoitokodissa. Alku uudelle tulevaisuudelle oli saatu. Pian avautui mielisairaalassa puutyöohjaajan viransijaisuus, jota hain ja sain.* Ratkaisuna on toimeen tarttuminen ja uuden rakentaminen verkostoja hyödyntäen. Myös nimimerkki Ninjamies (M68) kokee äkillisen kriisin hänen yrityksensä mennessä konkurssiin, mutta selviytymistarina poikkeaa Toivo Rikkaan melko kivuttomasta selviytymispolusta. ”Ninjamies” ryyppäsi ja rukoili, perhe muutti pois

hänen luotaan, hän kulki köyhänä kadulla muiden paheksutena. Omat keinot ja voimavarat tilanteen käsittelyyn, ja kenties perhesuhteetkaan, eivät ole olleet yhtä vahvat kuin Toivo Rikkaalla. Sosiaalisista verkostoista kuitenkin löytyy avain myös Ninjamiehen selviytymiseen: *Työpaikka pelasti minut. Kun joku työkaveristani oli sairaana tai halusi pitää pekkaspäivän, tuurasin häntä ylitöinä. Töitä riitti myös viikonlopuiksi. Olin aina vapaaehtoinen.* Rahat menivät suoraan ulosottoon, mutta työnteko palautti työntekijän osaksi yhteiskuntaa. Iloa elämään toi myös uusi harrastus teatterin parissa, minkä myötä lapsuudessa jo ilmenneet mutta hyödyntämättä jääneet kirjoittajanlahjat pääsivät käyttöön. Velkasaneraukseen pääseminen oli vielä viimeinen selviytymisvoitto tässä kriisikertomuksessa.

Äkilliset työelämän muutokset voivat siis parhaassa tapauksessa tuoda mukanaan hyviäkin muutoksia, joista ei ole edes osannut haaveilla. Myös nimimerkille Elämä on (N62) irtisanoutuminen tarjosi uuden tilaisuuden: *Elämä antoi minulle kuitenkin mahdollisuuden toisenlaiseen työuran loppuun. Sattumien ja onnen kautta olen saanut tehdä kaksi vuotta työtä, jossa tunnen olevani tärkeä, arvostettu ja pidetty. Minulla on jälleen ihania työkavereita, upeita asiakkaita ja mielekäs työ. Olen helsinkiläisessä palvelutalossa osa-aikaisena kädentaitojen ohjaaja. Näen ympärilläni omalla tavallaan vanhenevia ja vanhentuneita ihmisiä.*

Aikuisuuteen ja työelämään astuneilla kirjoittajilla kriisien selviytymiskeinot ovat huomattavasti parantuneet lapsuudesta. Myrkyllisestä työympäristöstä poistuminen ei kuitenkaan näyttäydä kertomuksissa yksinkertaisena asiana, vaan kiusaamista ja syrjimistä on siedetty vuosia. Luonto, liikunta ja kulttuurielämykset ovat antaneet voimia työelämän kriisitilanteiden sietämiseen. Irtisanomisesta tai konkurssista selviäminen kuvataan pudotuksen jälkeisenä vähittäisenä jaloilleen nousuna, jossa vaaditaan sekä omaa sitkeyttä että hyviä verkostoja.

6.2.5 Apua terveysongelmiin

Osa kirjoittajista on kärsinyt huonosta terveydentilasta lapsesta asti, ja koko elämä on ollut vaihtelevilla voimilla käytyä taistelua. Kirjoitushetkellä 82-vuotias ”Änkyrä” (M82) on ollut terveenä ainoastaan elämänsä viisi ensimmäistä vuotta.

Niitä seurasi ketju käyntejä ja asumisjaksoja sairaaloissa, parantoloissa, invalidi-sairaloissa ja hoitokodeissa. Kirjoittaja toteaa yksinkertaisesti, että selviämises- sä on auttanut huumori, eteenpäin katsominen ja keskusteluissa mukana py- syminen. *Olen aina yrittänyt olla iloisella mielellä ja surun hetkelläkin etsinyt jota- kin lohdullista puolta.* Nimimerkki Sinipiian (N71) lapsuuteen kuuluivat sairau- desta johtuneet lääkitykset, väsymys, leikkaukset ja jälkiseuraukset. Sairauden käsittelylle oli hyvin vähän tilaa, sillä se oli vaiettu ja kodin ulkopuolisilta salattu asia. Mielikuvitusmaailmaan pakeneminen oli kirjoittajalle tapa paeta häpeää, ai- van kuten hän pakeni isänsä hurjaa luonnettakin. Sairaudet ovat ohjanneet monia ”Sinipiian” ratkaisuja, eivätkä päätökset ole olleet läheskään aina hänen omissa käsissään, kun työpaikalta on savustettu ulos tai leikkaus on epäonnistunut. Moni muu olisi luovuttanut paljon aiemmin, mutta ”Sinipiian” kirjoitusta luonnehtii ää- rimmäinen sinnikkyys ja läpi kiven painaminen. Kertomusta luonnehtii myös yk- sinäisyys, joka ilmenee muun muassa työkyvyttömyyseläkkeelle jäädessä: *Puto- sin tyhjyyteen, koska minulla ei ollut ketään, johon olisin voinut tukeutua, ei puo- lisoa, ei perhettä, ei sukua, ei enää työtäkään. Olisin tarvinnut keskusteluapua, tukea ja terapiaa, mutta ei sellaista kukaan tarjonnut, enkä itse uskaltanut pyytää.* Kaikesta huolimatta kirjoittaja löysi eläkkeelle jäätyään monia asioita, joiden va- raan rakentaa elämää. Harrastukset ja haaveet tekevät elämästä mielekäästä: *En voi murehtimalla muuttaa elämäni, joten ongelmista huolimatta lähden kirkkoon, konserttiin, ikääntyvien yliopistoon, kielikursseille, nautin jäällä hiihtämisestä, ve- sijuoksusta ja -jumpasta ja lenkkeilen heti, kun jalat kantavat. -- pikkupihan hoi- taminen on ilon aihe, samoin kukat, yrtit ja omenasato, jota on mukava jakaa muillekin. Olen matkustellut ympäri Eurooppaa ja toivon, että pääsisin vielä Fär- saarille ja Islantiin ja voisin kirjoittaa matkakirjan...* Myös nimimerkille Miia Outo (N67) sairaudet ovat olleet koko elämän rinnalla pyytämättä kulkenut kumppani. Sairaudet eivät ole varsinaisesti poistaneet häneltä mahdollisuutta esimerkiksi opiskeluun, työelämään tai perhe-elämään, mutta ne ovat tehneet kaikesta hi- taampaa ja vaikeampaa ja olleet kuin yllättäviä, korkeita kynnyksiä eteenpäin kul- jettaessa. ”Miia Outo” vaikuttaa selvinneen, koska hän koki, ettei muutakaan vaihtoehtoa ole. Myös toiveikkuus ja parempaan tulevaisuuteen uskominen ovat auttaneet. Hän kuvaa nelikymppistä kirkassilmäistä itseään näin: *Onneksi en tiennyt, että tulevaisuudella oli tarjota lähinnä vain ikävyyksiä, työttömyyttä ja sai- rautta.*

Alkoholi on koetellut useampaan miespuolista kirjoittajaa, ja sen houkutus vastaan taistelussa apuna ovat olleet oma sinnikkyys, läheisten tuki sekä kirkon ja järjestöjen tuki. Nimimerkki Haden (M68) nuoruusvuosia varjostaneeseen ahdistuneisuuteen väliaikainen helpotus löytyi perheystävien luona saadusta ryypystä, josta kirjoittaessaan ”Hade” ennakoii jo tulevia vaikeuksia: *Se antoi korkeamman tiedon ja jumalallisen elämänhallinnan tunteen. Sydämässäni nousi aurinko lämmittäen, sulattaen jään ja herättäen eloon värikkäät, tuoksuvat kukat ja visertävät linnut. Paratiisin käärmettä en lainkaan nähnyt.* Pääosa Haden kertomuksesta käsittelee alkoholismin sairastumista ja sairauden kanssa elämään oppimista. Yhteisön tuki osoittautui merkittäväksi, kun hänet ensin vietiin puoliväkisin vieroitukseen ja myöhemmin löytyi oma ymmärrys ja halu parantua. AA:n muista jäsenistä tuli tärkeä tuki Hadelle: *He kykenivät lainaamaan minulle toivoaan sekä alkoholismini, että elämää suuremman jännittämisingelmani suhteen. He toimivat peileinä, joihin katsoessani sain takaisin kadonneen uskoni muutoksen mahdollisuuden ja sen myötä elämäni tarkoitukseen.* Myös nimimerkille Kiteen Kelmi (M81) alkoholi muodostuu ongelmaksi, vaikkakin vasta iäkkäämpänä, ja ongelma eskaloitui vaimon lyömiseen. Apu löytyi perheen sekä kirkon tuesta, ja alkoholin pois jättämisestä: *Sain anteeksi pahat tekoni ja aloin elää parempaa elämää rakkaan perheeni kanssa.* Nimimerkin Jälkiviisas (M66) kohdalla alkoholismi kietoutui kirjoittajan mielessä yhteen läheisriippuvaisuuden kanssa. Kun hän sai jätettyä taakseen molemmille osapuolille pahaa tehneen avioliiton ja yhteiset ”vilttihoitot”, alkoholista luopuminen ei käynytäkään kuin itsestään, vaan tukea piti hakea yhteisöstä: *Luovuin yksin yrittämisestä ja liityin raitista elämäntapaa tavoittelevien joukkoon. Sen pituinen se. Raittiista ja rakastavasta elämästä on vaikea kirjoittaa draamaa.*

Mielialaongelmista kärsineet kirjoittajat Purri (N88), Joutsenlaulu (N68) ja Elämä on (N62) pääsivät yli pahimmasta muihin tukeutuen. Nimimerkki Purri ei tarkenna sen enempää masennuskausiensa päättymiseen liittyneitä tekijöitä, mutta toteaa että *(s)yytä niihin on monia eikä niistä pääse omin voimin irti. Kolme kertaa olen räpiköinyt epätoivon suossa. Kiitän Luojaa siitä, että kohdallani toteutui tämä: Masennus tulee kutsumatta, ja lähtee käskemättä.* ”Elämä on” yritti tappaa itsensä paetakseen *avioliittonsa helvettiä* ja narsistista puolisoaan. Lääkkeet, terapia ja alkoholin käytön lopettaminen auttoivat, ja itseymmärrystä lisäsi diagnoosi kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä. Vuosia sairasta äitiään hoitanut ”Joutsenlaulu”

(N68) kuvaa äitinsä menehtymistä seuranneen *useiden vuosien surutyö koko eletystä elämästä*. Omat selkä- ja aivoverenkierrosairaudet veivät kirjoittajan sairauslomalle. Lapset olivat muuttaneet kotoa ja mies kävi töissä, yksin kotona oleva ”Joutsenlaulu” alkoi huomata itsessään masennusoireita, jotka syöksivät hänet nopeasti *totaaliseen romahdukseen sekä fyysisesti että psyykkisesti*. Psykiatrilta haettu lääkitys ei auttanut, ja edessä oli kuukausien sairaalahoito: *Sairaalahoidon loppuaikaa voisin kuvata elämäni parhaana. Tunsin olevani turvassa. Sain osallistua voimieni mukaan moniin terapioihin, joista parantavimmiksi koin taide- ja liikuntaterapiat*. Terapian avulla kirjoittaja pääsi käsittelemään vanhoja, traumaattisia kokemuksiaan: *Paljon tuskaa, pelkoa ja kauhistuttavia asioita tallettui vääriin säilöihin. Terapian avulla nuo löyhkäävät tunkiot avattiin*. Sairaalahoidon jälkeen ”Joutsenlaulun” tukena kulki vielä avohoidon terapia, kunnes sillekään ei enää ollut tarvetta.

Osa sairauksista tulee asianomaisten tietoon yllättäen. Nimimerkki Kiteen Kelmi (M81) joutui kohtaamaan tiedon eturauhassyöpäriskistä, joka vaati toimenpiteisiin ryhtymistä. Leikkaus epäilytti kirjoittajaa, mutta vaimonsa tuella päätös oli lopulta selkeä: *Asetuin ja alistuin, minulta menisi kyky olla [Milla]n kanssa niin kuin ennen. Se minua ahdisti, se saattoi minut miettimään asiaa monelta kannalta, mutta lopputulos oli kumminkin aina: radikaali leikkaus*. Perheen tuen lisäksi kirjoittajan toimeen tarttuva ja luova luonne tuntuu taanneen sen, että vastoinkäymisiä ei olla jääty pitkäksi aikaa potemaan. Paljon tukea osakseen sai myös ”Aprakka” (N63), kun hän taisteltuaan ensin vuosikaudet äänihuulisairauksien kanssa sai yllättäen diagnoosin munuaissyövästä. Työyhteisö tuki häntä hyvin läheltä ja konkreettisesti. Syöpä poistui leikkauksen myötä, mutta sitä seurasi 10 vuoden seurantajakso pelkoineen syövän uusiutumisesta. Kirjoittajan mukaan olennaisena tukena selviytymisessä oli puoliso ja muut perheenjäsenet sekä kirjoittajan usko Jumalaan. Nimimerkki Vompatin (N79) äkillinen syöpädiagnoosi sai tämän ikään kuin lukitsemaan tunne-elämänsä. Kriisikokemuksissa on aina paljon yksilöllisiä piirteitä, ja ”Vompatin” kuvaus diagnoosin jälkeisestä ajasta onkin yksityisempi ja sulkeutuneempi kuin edellä kuvattu ”Aprakan”: Mitään *mahdollisuutta sopeutua vähitellen tilanteeseen ei ollut. Ainoaksi keinokseni jäi tekeytyä robotiksi*. Hoito tehoi, ja ajan kanssa tunteet heräsivät, mutta kuten ”Aprakallakin”, edessä oli vuosien epävarmuudessa eläminen, johon kirjoittaja haki helpotusta toimeliaana olostä: *Aloin kiillottaa kahvinkeitintä, vesipannua, yleiskonetta,*

hellan nappuloita. Käsittelin jokaisen koneen hammasharjalla. Tarkastin ja toistin käsittelyn, jos työ loppui ennen lääkärin soittoa. Kirjoittaja kuvaa vanhuutta ja sairauksia pirulliseksi yhdistelmäksi, mutta yrittää elää päivän kerrallaan tulevaa pelkäämättä.

Lääketieteellä ja terveydenhuollolla on luonnollisesti omat roolinsa terveyteen liittyen kriisien ratkaisijana, ja kirjoittajat kertovat niin somaattisten kuin mielialasairauksien hyvästä ja parantavasta hoidosta – ja toisaalta tehdyistä virheistä, joilla on pitkälle kantavia, elämänlaatua huonontavia vaikutuksia. Vähintään yhtä tärkeänä sairaustarinoissa piirtyy läheisten tuki – perheenjäsenten, työyhteisön ja vertaisten. Toisaalta vaikuttaa siltä, että diagnoosin hyväksymiseen ja sairastamiseen liittyy myös jotain yksityistä ja yksinäistä, jonka sairastava joutuu käymään mielessään läpi, vaikka kenties samalla muilta tukea saaden. Emme voi olla jatkuvasti toisten ympäröiminä, vaan meidän on myös pystyttävä kohtaamaan ne yölliset hiljaiset hetket, jolloin katsomme sairautta ja tulevaisuutta silmästä silmään ilman kädestä kiinni pitäjää.

6.2.6 Parisuhteen ristiriitoja ratkomassa

Parisuhdetta koskevat kriisit liittyvät kirjoittajilla ennen kaikkea avioeroon, kumppanin luonteeseen tai mielenterveydelliseen tilaan, tai kumppanin uskottomuuteen. Usein tilanteet ovat olleet pitkittyneitä. Nimimerkki Pimmeli (N78) eli pitkään narsistisen puolisonsa kanssa. Riippuvuussuhdetta kumppaniinsa hän pohtii näin: *Sisimmässäni suunnittelin pakoa. Eroa on osannut ajatellakaan. Tuskin minulla edes olisi ollut valmiuksia kohdata elämä yksin, kun en ollut oppinut itsenäiseksi enkä pitämään puoliani.* Ratkaisuja painostavaan kodin tunnelmaan hän koitti löytää olemalla kiltti ja hellä, mutta mikään ei tuntunut riittävän. Iloa tuottavista asioista tuli henkireikiä: *Lapsi täytti maailmani. Minulla oli ensimmäistä kertaa elämässäni oma ihminen. Löysin myös kirjaston. Luin kaikki ranskankieliset kirjat. Maailma alkoi aueta minulle. Tuli toinenkin henkireikä. Menin osa-aikatyöhön. Tuli kolmaskin henkireikä. Miehellä oli harvinaisen voimakas vastenmielisyys tupakoivia naisia kohtaan. Ryhdyin salapolttajaksi.* Edelleen opiskelemalla, lukemalla, matkustamalla ja ihmisiä tapaamalla kirjoittaja sai rakennettua oman

minän, jonka kanssa elää harmoniassa, ja samalla kasvattaa etäisyyttä vahingoittavaan parisuhteeseen. "Iltarannan mummon" (N78) parisuhteessa oli samanlaisia ongelmia, eikä lähteminen vaikuttanut mahdolliselta: *Mieleni teki muutamana kerran lähteä ja jättää tuo mies, mutta silloin ei ollut mitään mahdollisuutta. Se olisi ollut häpeä itselle, sukulaisille ja tutuille. Toisaalta, se asuinpaikka kompensoi kaikki ne alistamiset, joita sain kokea.* Kirjoittaja siis sieti miestänsä eläkeikänsä asti, mutta raja ylittyi, kun hänelle selvisi miehen yli kymmenen vuotta jatkunut salasuhte. Kirjoittaja laittoi avioeron vireille ja osti ja remontoi oman asunnon. Kaikkea ei onneksi tarvinnut kantaa yksin: -- *minulla on ollut onni saada apua hyviltä ja uskollisilta ystäviltä ja saman kokeneilta tuttavilta ja "Yläpihan isännältä" eli Jumalalta.* Kirjoittaja on kiitollinen myös lapsuudenkotinsa perinnöstä, joka kiteytyy työnteon, rehellisyyden, vanhempien ja Jumalan kunnioitukseen. Hän kuitenkin kyseenalaistaa opin liiasta kiltteydestä, joka hänen kohdallaan kiteytyi liioiteltuun kuuliaisuuteen vaimon roolissa. *Ei olisi pitänyt olla niin kiltti, vaan oppia sanomaan Ei, iskeä nyrkki pöytään ja katsoa mitä siitä seuraa, vai seuraako mitään.* Uusi elämä kuitenkin yllätti helppoudellaan, ja lopullisen vapautumisen kirjoittaja koki miehen kuollessa. "Jälkiviisas" (M66) kuvaa alkoholin ja masennuksentäyteistä suhdettaan sanoin: *mitä huonommin meillä meni, sitä lujemmaksi muuttui sisäinen kahle.* Huoli oman pojan hyvinvoinnista sai kirjoittajan lopulta katkaisemaan suhteen ja löytämään pian itselle uuden puolison ja pojalle äitipuolen. Taakse jääneellä, raadollisella suhteella oli raadollinen loppu: *Kuukausi ennen vihkimistä ensimmäinen vaimoni teki itsemurhan.*

Kirjoittajilla parisuhteisiin kertyy vuosikymmenten ajan monenlaisia ongelmia, joihin etsitään ratkaisuja eri keinoin. Vaikka ongelmat usein kasaantuvat, lopulliset ratkaisut saattavat olla hyvinkin nopeita, ja niitä saatetaan kuvata kylmän viileästi, kuten "Tellervon" (N66) päätös erota uskottomasta miehestään yksipuolisesti, tai nimimerkin Utelias elämälle (N60) päätös muuttaa omaan asuntoon heti, kun tälle selvisi, että puoliso perheineen oli yrittänyt sujauttaa unilääkkeen tämän lasiin saadakseen poistettua tämän illanviettoaan häiritsemästä. Toiset päätyvät jatkaamaan ongelmallisissa liitoissa, kuten Elämänkoulu (N81), joka antoi puolison *rientää omia menojaan jättäen lapsen rauhaan*, tai "Maijan ystävä" (N75), joka ei pystynyt koskaan unohtamaan miehensä salasuhdetta, vaikka onkin oppinut antamaan anteeksi. Parisuhteen ongelmien ratkaisukeinoina onkin yleensä joko tilanteesta poistuminen tai tilanteen sietäminen. Asioiden käsittelystä kirjoitetaan

paljon vähemmän. Tästä esimerkkinä on kuitenkin ”Kiteen Kelmi” (M81), joka turvautuu perheensä kanssa kirkon apuun kirjoittajan lyötyä vaimoaan, sekä ”Iso Hoppe” (M63), joka kirjoittaa pitkästi käymistään parisuhdekeskusteluista ja parisuhdetaitojen oppimisen ikuisesta koulusta. Peiliin katsomisen ja hyvän vuorovaikutussuhteen kirjoittaja näkee parhaina ratkaisuina parisuhteen kriiseihin.

6.3 Kriisikokemukselle annetut merkitykset

Tässä luvussa vastaan tutkimuskysymyksen neljänteen ja viimeiseen alakysymykseen: *Millaisia merkityksiä koetuille kriiseille annetaan?* Vastauksia olen hakenut kirjoituksen pohdiskelevasta, usein preesensmuodossa olevasta kerronnasta, jossa pysähdytään miettimään menneitä ja joskus meneillään oleviakin kriisejä. Olen kiinnostunut siitä, millainen merkitys kriiseillä koetaan omassa elämässä olevan ja voiko kriiseistä oppia jotain tai hyötyä jotenkin. Esittelen seuraavaksi neljä aineistosta nousutta kriiseille annettua merkitystä. Ne eivät sulje pois toisiaan, eli samalle kriisille on voitu antaa useita merkityksiä, ja toisaalta sama kirjoittaja on saattanut antaa eri kriiseilleen toisista poikkeavia merkityksiä. Kaikista 28 kirjoituksesta erottui jonkinlaista pohdintaa, vaikkakin sen osuus kokonaistekstistä vaihteli paljon eri kirjoittajien välillä, ääripäinä nimimerkin Iso Hoppe (M63) lähes 70% pohdintaosuus koko tekstistä verrattuna ”Änkyrän” (M82) noin kolmen prosentin osuuteen.

6.3.1 Itseymmärrystä ja vahvistumista

Moni kirjoittaja kokee kriisin kautta oppineensa jotain itsestään. Joidenkin kohdalla kriisi on auttanut ymmärtämään oman luonteen vahvuuksia, ja toisilla luonne on kriisin myötä muuttunut. Esimerkiksi ”Maijan ystävä” kertoo oman iloisen ja valoisan luonteen auttaneen vastoinkäymisten kohtaamisessa, ja samaan tapaan myös ”Iltarannan mummo” pitää herkkyyttään vahvuutena, joka on auttanut selviytymisessä. Myös nimimerkin ”Selvinnyt” kohdalla vahva luonne vaikuttaa suojanneen monien kriisien vaikutuksilta. Vallitsevana ajatuksena aineistosta nouseekin kriisien merkitys eräänlaisina kasvun vauhdittajana. ”Iso Hoppen” mielestä ihminen suorastaan tarvitsee kriisejä, jotta voisi kehittyä, elää parempaa

elämää ja muuttaa arvojaan. Hänen kokemansa ihmissuhdekriisit ovat opettaneet katsomaan peiliin ja auttaneet pohtimaan omaa vastuutaan kriiseissä. Myös ”Purri” kertoo vaikeuksien kasvattaneen hänet siksi persoonaksi, joka hän nyt on, persoonaksi, johon hän on tyytyväinen. Lapsuutensa sodan ja köyhyyden keskellä elänyt ”Mekko” ei luopuisi raskaista ajoista, koska ne antoivat voimaa elämän myöhempiin koettelemuksiin. On asioita, jotka hän mieluummin unohtaisi, mutta päällimmäisenä on kiitollisuus koetusta. Moni kirjoittaja kertoo kriisin myötä kasvaneesta vahvuudesta ja vahvistumisesta. Molemmat lapsensa menettänyt ”Elämänkoulu” kuvaa menetysten kohtaamisen tehneen hänet vahvaksi ja rohkeaksi. Hän kokee nyt 82-vuotiaana olevansa perillä siellä, minne on pyrkinyt. ”Elämänkoulun” kertomuksessa korostuu pitkälinen ja monin keinoin tehty surutyö, johon kuuluu muun muassa runokirjan kirjoittaminen. Lasten kuoleman käsittely vaikuttaa tuoneen rauhaa myös omaan vanhuuteen ja oman elämän rajallisuuden hyväksymiseen. ”Joutsenlaulu” kuvaa masennukseen sairastumista onneksi, sillä paradoksaalisesti se mahdollisti hänen paranemisensa. Ilman sairautta piiloon jääneet traumat eivät olisi koskaan tulleet käsitellyiksi. Kirjoittaja ei enää koe olevansa se sama ihminen, joka on nuoruudessa tehnyt virheitä, ja tämä ajatus helpottaa itselle anteeksiantamista.

Kriisi vaikuttaa antaneen usealle kirjoittajalle mahdollisuuden muutokseen. Kriisi itsessään ei ehkä vahvista, mutta sen käsittely ja siitä selviämisen antama onnitumisen tai voimaantumisen tunne voi lisätä elämäniloa ja tyytyväisyyttä. Tasaisen mukava elämä ei tietenkään havahduta pohtimaan omia arvoja ja omaa persoonaa samalla tavalla kuin arkisen elämän pysähdyttävä hätätila. Toiset kirjoittajat vaikuttavat saaneen itsepohdiskeluistaan paljonkin rakennuspalikoita elämänsä, toisilla taas kriisien käsittely on ehkä ollut vähäisempää, ja voi olla, että kriisin merkitystä pohditaan nyt, omaa tarinaa kirjoittaessa, ensimmäistä kertaa. Ainakin osittain voi olla kyse halusta sovittaa omaan elämäntarinaansa kulttuurisesti tuttu ja toivottava ”onnellinen loppu”, jotta koetut vaikeudet eivät tuntuisi turhilta. Joissain kirjoituksissa tämä näkyy päälle liimatun oloisina viimeisinä lausahduksina, kuten ”päivääkään en silti vaihtaisi pois”, tai ”aika parantaa haavat”, vaikka osa haavoista olisikin yhä avoinna, ja ehkä muutaman synkimmän päivän olisi voinut vaihtaa parempaan.

6.3.2 Ymmärrystä muita ja maailmaa kohtaan

Kriisit ovat tuoneet paitsi itseymmärrystä, myös ymmärrystä muita ihmisiä ja maailman menoa kohtaan. Moni on saanut kokea muiden antaman avun tärkeyden. ”Aprakan” kertomuksessa Jumalan sekä puolison ja muiden läheisten tuen myötä korostuu ymmärrys siitä, että harva meistä selviää yksin. Myöskään ”Sitkeä” ei kertomansa mukaan olisi voinut selvitä yksin, ja kuvailee pitkästi muun muassa taideopettajiltaan ja lääkäriltään saamaansa apua. ”Elämä on” kertoo olleensa onnekas, kun on saanut paljon apua ja tukea. Myös ”Joutsenlaulu” on ymmärtänyt vuorovaikutussuhteiden tärkeyden erakoitumisen estämisessä. ”Purri” asettaa oman elämänsä laajempaan yhteyteen toteamalla, että hän tarvitsi kokemuksensa täyttääkseen paikkansa sukupolvien ketjussa.

Muitakin oivalluksia ympäröivästä maailmasta ja ihmisistä on ilmennyt. ”Uteliias elämälle” ja ”Selvinnyt” ovat ymmärtäneet, kuinka kaikilla ihmisillä on omat vaikeutensa elämän lähtökohdista riippumatta. ”Miia Outo” käsittelee samaa teemaa, mutta toivoo muutosta siihen, millaiset mahdollisuudet huonot kortit syntymässään saaneella on pärjätä elämässä. Samasta teemasta kirjoittaa ”Sinipiika”, jolle sairautta pahempaa on ollut se epäreilu kohtelu, jota hän on sairauksien vuoksi saanut osakseen.

Läheistensä mielenterveyden ongelmista välillisesti kärsinyt ”Pimmeli” kertoo oppineensa, että todella sairasta ihmistä ei voi muuttaa. Hän oppi monen yrityksen ja erehdyksen kautta elämään omaa elämäänsä ja ottamaan etäisyyttä korjaamattomissa oleviin ihmissuhteisiin. ”Jälkiviisas” pohtii kovien kokemusten periytyvää luonnetta; myöhemmän elämän sosiaaliset roolit ja käyttäytymistavat opitaan jo lapsuudessa, ja vahingollisista malleista irrottautuminen on tärkeää, jotta niitä ei välittäisi edelleen omille lapsilleen.

Muutama kirjoittaja kertoo pystyneensä auttamaan muita ihmisiä omista kriiseistään oppimansa avulla. ”Iltarannan mummo” kuvaa olevansa parempi hoitotyössään, koska kriisiensä vuoksi ymmärtää toisten hätää. Tyttärensä sairauden keskellä ”Elämänkoulu” löysi tuekseen mielenterveysseuran toiminnan, jossa hän itse alkoi tehdä työtä vapaaehtoisena toisia auttaakseen. Hän katsoo nykyään silmästä silmään niin omia kuin toisten vaikeuksia, eikä pelkää itkeä toisten kanssa ja lohduttaa heitä. ”Purri” kertoo jaksavansa elää enää vain lapsiaan ja

lapsenlapsiaan varten. Moni muukin kirjoittaa lapsenlapsistaan huolehtimisesta uuden elämänvaiheen tärkeänä tehtävänä. ”Iltarannan mummon” koti toimii varummolana tukea tarvitseville nuorille, joita hän ei mielestään pystyisi ymmärtämään ilman omia kriisikokemuksiaan.

6.3.3 Kriisi tienä uuteen elämään

Kriisi on myös avannut ovia uuteen, parempaan elämään. Tämä kriisille annettu merkitys liittyy läheisesti edellä kuvattuihin sisäisiin sekä vuorovaikutuksellisiin muutoksiin, mutta nämä muutokset ovat astetta mullistavampia ja konkreettisempia. Kirjoittajat kertovat kriisin suomasta uudesta mahdollisuudesta, paremmasta elämästä ja unelmien toteutumisesta. ”Sitkeän” kertomus on vähittäinen muutostarina, jossa hän ottaa ensin varovaisia ja vähitellen yhä rohkeampia askelia elämään taiteen parissa. Keittiötyölle hän antaa oman kasvattavan arvonsa, mutta taidetta hän kuvaa ”omimmaksi” asiaksi, mitä hän voi tehdä. Taiteen opiskelun ja tekemisen myötä myös tunteet ja ajattelu vapautuivat. Hyvin erilainen, mutta yhtä lailla totaalinen oli ”Haden” elämänmuutos vuosien ahdistuksesta ja päihderiippuvuudesta hengelliseen ja yhteisölliseen elämään. ”Hade” kuvaa muutosta antautumiseksi, joka tapahtui jakamalla AA-ryhmän kohtalontoverien kanssa oma haavoittuvuus. Ennen idean tasolla elämässä ollut hengellisyys muuttui eläväksi osaksi ”Hadea”. Irtisanotuksi joutunut ”Toivo Rikas” kuvaa tapahtunutta uuden mahdollisuuden saamiseksi. Katkeruuden tunne vaivasi aikansa, mutta pian kirjoittaja suuntasi energiansa uusiin työmahdollisuuksiin.

Usea kirjoittaja kuvaa nykyistä elämänvaihetta aiempaa elämää onnellisemmaksi ajaksi vanhenemisen mukanaan tuomista haasteista huolimatta. ”Iltarannan mummo” kuvaa uutta elämäänsä ilman alistavaa puolisoa hyväksi ja helpoksi, kun enää ei tarvitse tehdä tiliä kenellekään. Samanlaista omanlaisen elämän henkeä uhkuu Pimmelin kuvaus mielenrauhasta, jonka hän saavutti ottamalla etäisyyttä puolisoonsa, veljeensä ja äitiinsä. ”Elämä on” kuvaa miehensä kuoleman jälkeen tekemäänsä irtiottoa arjesta, laivamatkaa vanhan kapteenitutun seuralaisena maailman ympäri. Sairauden vuoksi eläkkeelle joutunut ”Aprakka” löysi läheistensä tukemana ja harrastusten vauhdittamana työminän alta ihan uuden persoonan, uuden ihmisen. Vaikka vanheneminen on tuonut mukanaan monelle sairauksia ja heikentynyttä kuntoa, näyttäytyy vanhuus useimmissa kirjoituksissa

rauhottumisen ja levon paikkana, jossa on aikaa myös itselle ja omille kiinnostuksenkohteille. Iäkkäät vaikuttavat aktiivisilta harrastajilta ja uuden oppijoilta. Aikaa on myös lapsenlasten leikeistä nauttimisille – aivan toisella tapaa kuin omien lasten kanssa, kuten ”Tellervo” toteaa. ”Ninjamiehen” mukaan vanhuus rullaa tavallisen tylsästi eteenpäin, mutta hyvä niin. Äkkimutkia ei enää tässä kohtaa elämää kaipaa.

6.3.4 Kriisi vailla merkitystä, sekä neutraalisti tai negatiivisesti tulkitut kriisit

Vaikka suurin osa kirjoittajista pohtii kriisien merkitystä elämänsä elämässä, löytyy myös muutamia poikkeuksia. Kyse voi olla kirjoittajien vähäisemmästä tarpeesta tai kyvystä reflektoida tapahtunutta. Toinen mahdollinen selitys on, että tapahtuneelle ei yksinkertaisesti löydy syytä tai tarkoitusta, vaikka sellaista kuinka etsisi. Esimerkiksi ”Kiteen Kelmin” kertomus on vauhdikas ja juonivetoinen selonteko elämän tapahtumista, ja reflektointi on vähäistä ja viitteenomaista. Omaa alkoholiongelmaakin käsitellään niin humoristisesti, ettei lukija ymmärrä sen olevan ongelma ennen kuin kirjoittaja kertomuksen loppuvaiheilla kertoo lyöneensä humalassa vaimoan ja pohtineensa joskus päiviensä päättämistä. Myös ”Maisan” kertomus sisältää paljon käänteitä ja yksityiskohtia, mutta hän pohtii lähinnä sitä, että lapsettomanakin voi elää hyvää elämää. Myöskään Änkyrä ei pohdi, miksi hän on läpi elämänsä sairastanut, vaan neuvoo vain muita pysymään positiivisena ja hymyilemään aina.

”Miia Outo” taas vaikuttaa kärsineen elämässään niin paljon, että mikään ei tunnu oikeuttavan kaikkea kärsimystä. Jos kriisin jälkeen ei seuraakaan jotain entistä parempaa, vaan vain uusi kriisi, jota seuraa jälleen uusi kriisi, ei ole ihme, että vastoinkäymiset alkavat tuntua mielivaltaisilta ja tarkoituksettomilta. Osa kirjoittajista kertoo kohtalosta tai Jumalan tahdosta, mutta Miia Outo perustelee elämänsä tapahtumia huonolla onnella ja väärässä paikassa väärään aikaan olemisellä. ”Tellervon” lapsuuskokemukset ovat niin rankkoja, että on kenties mahdollista nähdä niitä jonain, joka antaisi voimia kohdata uusia vastoinkäymisiä. Pitkään jatkuneet mahdottomilta tuntuneet elämäntilanteet vievät voimia, jättävät pelkoja ja mahdollisesti heikentävät kykyä kohdata haasteita. Tellervo toteaa vain, että asiat ovat nykyään hyvin *kaikesta huolimatta*. Myös ”Selvinnyt” vaikut-

taa ennemminkin selvinneen tapahtuneista huolimatta ja sisukkuuteensa ja oma-neuvoisuuteensa tukeutuen. ”Katjushan” pohdinnassa kriisien opettavaisesta luonteesta on epävarmuutta – kriisit ovat ehkä lisänneet pitkäpinnaisuutta, mutta kirjoittaja pohtii, onkohan kyse sittenkin vain alistumisesta?

Vastoinkäymisistä voi ajatella myös, että ne vain yksinkertaisesti kuuluvat osaksi elämää. Tällainen on itseasiassa myös suomalaisessa kriisityössä vallitseva kriisikäsitelmä, sillä kriisien ajatellaan olevan terveen mielen terveitä reaktioita (Palo-saari 2008, 19). ”Kaksois-sisko maalta” vertaa kriisejä perinteisen räsymaton mustiin kuteisiin, jotka saavat värikkäät raidat erottumaan sopivasti. Myös ”Ninjamies” näkee taistelemisen luonnollisena osana elämää. Taistelu jatkuu kehdosta hautaan – kohteet vain vaihtuvat. ”Maijan ystävän” tulkinta vastoinkäymisistä elämässään vaikuttaa niin ikään neutraalilta. Hänen mukaansa huonommat päivät ovat menneet hyvien mukana, ja suruista on aina selvitty.

7 YHTEENVETO JA POHDINTA

Tässä tutkimuksessa on tarkasteltu suomalaisten kertomuksia heidän kokemistaan kriiseistä aina lapsuudesta vanhuuteen. Analysoitavana ovat olleet 60-88 -vuotiaiden naisten ja miesten omaelämäkerralliset kirjoitukset, ja huomiota on kiinnitetty erityisesti niissä kuvattujen kriisien luonteeseen, olosuhteisiin, ratkaisuihin ja kriiseille annettuihin merkitykseen omassa elämänsäkulussa. Seuraavassa teen yhteenvetoa edellä esitetyistä tuloksista ja vien niiden tulkintaa hieman pidemmälle. Sen jälkeen reflektoin tutkimuksen kulkua ja tutkimusmenetelmien toimivuutta. Lopuksi esitän muutaman ajatuksen potentiaalisista jatkotutkimusajatuksista.

7.1 Tulosten yhteenveto ja pohdinta

7.1.1 Yhteenvetona kriisien luonteesta ja olosuhteista

Tutkimuskysymyksen ensimmäisessä alakysymyksessä kysyttiin siitä, *millaisia kriisejä kirjoituksissa käsitellään*. Pyrkimyksenä on ollut lisätä ymmärrystä iäkään ihmisen kokemusmaailmasta elämänsähistoriallisen tarkastelun kautta. Olen ollut kiinnostunut ymmärtämään, millaiset asiat on kussakin elämänvaiheessa koettu niin haastavana, että ne nousevat edelleen menneitä muistellessa esiin. Toisaalta on mielenkiintoista, millaisia ovat vanhuuden kriisit ja miten kirjoittajat kuvaavat tämänhetkistä elämäänsä. Toisena alakysymyksenä oli: *mitkä ovat kuvattujen kriisien olosuhteet?* Tällä olen tarkoittanut elämänvaiheita ja -tilanteita, joissa kriisit ovat syntyneet sekä sosiaalisia suhteita, joilla on ollut merkittävä rooli kriisiprosessin eri vaiheissa. Näitä kahta ensimmäistä alakysymystä olen käsitellyt yhteisessä tulosluvussa, jossa kirjoittajien kokemien kriisien luonnetta ja niiden olosuhteita on käsitelty elämänvaiheittain.

Taulukossa 3 (s. 49) esittelin ne yleiset teemat tai kategoriat, joihin olen kirjoittajien kuvaamat kriisit jakanut. Niitä olivat 1) kriisit lapsuuden perheen jäsenten kanssa, 2) sota ja köyhyys, 3) vaikeudet koulussa tai koulutuksessa, 4) vaikeudet työelämässä, 5) omaan terveydentilaan liittyvät kriisit, ja 6) kriisit parisuhteessa sekä omiin lapsiin liittyvät kriisit. Vaikeuksia lapsuuden perheen jäsenten kanssa

(erotuksena aikuisena perustetusta perheestä) on esiintynyt niin lapsuudessa, nuoruudessa kuin aikuisuudessa. Sotaan ja köyhyyteen liittyvät kriisit ovat koettelleet kirjoittajia lähinnä lapsuudessa, tosin jonkin asteisia toimeentulovaikeuksia on esiintynyt myös aikuisuudessa. Ongelmat koulussa ja koulutuksessa liittyvät luonnollisesti lapsuuden ja nuoruuden koulu-aikaan sekä nuoruudessa ja aikuisuudessa tapahtuneeseen opiskeluun. Työelämän vastoinkäymiset ajoittuvat nuoruuteen ja erityisesti aikuisuuteen. Terveystilaa koskevia kriisejä on koettu läpi elämän, ja parisuhteeseen tai omiin lapsiin liittyviä vastoinkäymisiä lähes koko elämän, lapsuutta toki lukuun ottamatta.

Suurin osa kirjoittajista edustaa ns. suuria ikäluokkia, jotka ovat kasvaneet sodan jälkeisen jälleenrakennuksen ympäristössä. Lapsuusmuistossa on kuvauksia maaseudusta ja maaseudun työstä, joka näyttäytyi toisille opettavaisena ja turvallisenä ympäristönä, toisille taas kovana ja vaarallisenakin. Kirjoittajista vanhimmissa on muistoja myös sota-ajasta, joko varhaislapsuuden muistoja oudoista tunnelmista ja pelon ilmapiiristä, tai välillisesti sodan vaikutuksista sotaan osallistuneiden perheenjäsenten mielenterveyden tai persoonan muutoksina. Myös puutetta on kärsitty, mutta äärimmäisen köyhyden kuvauksia on vähemmän. Yhteiskunnallisia oloja enemmän lapsuutta ovat kriisiyttäneet turvattomat suhteet lähimmäisiin – ottaen huomioon kuitenkin sen, että yhteiskunnalliset olot ovat vaikuttaneet myös vanhempien hyvinvointiin ja heidän kasvatustapoihinsa. Moni on kirjoittanut turvattomasta kodista, jossa vähintään toinen vanhemmista kärsi vakavista mielenterveyden häiriöistä. Turvattoman kodin sijaan – tai joidenkin kohdalla sen lisäksi – myös koulu saattoi olla pelottava paikka, jossa erityisesti opettajien käytös oli mielivaltaista. Koti- ja koulukiusaamisen traumaattisuus nousee aineistosta selkeästi esille. Näiden kokemusten kerrotaan vaikuttaneen omaan käytökseen ja hyvinvointiin vielä aikuisena, ja jopa vanhuudessa. Lisäksi usean kirjoittajan kokemat lapsuuden sairaudet ovat saaneet hyvin vähän ymmärrystä. Pärjäämisen eetos nousee teksteistä esiin tavalla, joka tuntuu lasten kohdalla kohtuuttomalta. Sairaita lapsia on piiloteltu ja hävetty, kiusattu avoimesti koulussa opettajienkin toimesta ja sairauksista huolimatta lapset ovat tehneet maataloustöitä henkensä uhalla. Kirjoituksista ilmenee se, miten herkkä kehitysvaihe lapsuus on, ja kuinka kauaskantoiset vaikutukset lapsuudessa koetuilla kriiseillä on. Toisaalta on lohduttavaa, että moni kirjoittaja on kyennyt käsittelemään

lapsuuden kriisejä monen kymmenen vuoden viiveellä ja rakentamaan parempaa loppuelämää.

Nuoruus ei ilmene kirjoituksissa erityisen selkeänä tai erillisenä elämänvaiheena. Osa kriiseistä, kuten ongelmat omien vanhempien kanssa, alkavat lapsuudessa ja jatkuvat nuoruuden kautta aikuisuuteen. Selkeimpinä nuoruuden kriisityyppeinä ilmenevätkin läheisiin perheenjäseniin liittyvät kriisit, joiden lisäksi myöskin omaan terveyteen liittyviä kriisejä on kuvattu. Osa kirjoittajista on menettänyt läheisen ihmisen nuoruudessaan, mikä on ollut hyvin kivulias ja usein elämän suuntaa muuttanut kokemus. Myös huonot välit kotiväkeen ovat saattaneet vaikuttaa nuorena tehtyihin valintoihin, kuten päätökseen mennä varhain naimisiin. Monella nuorella vaikuttaa olleen nuorena suurta vastuuta kannettavanaan, ja usein työnteko on aloitettu jo nuoruudessa. Nuoruuden valinnoissa näkyvät myös yhteiskunnallisen paineen vaikutukset, nuorten tehdessä järkeviksi perusteltuja ja myöhemmin kaduttavia valintoja niin koulutuksen kuin avioitumisen suhteen.

Aikuisuuden kriisit käsittelevät ennen kaikkea työtä, parisuhdetta ja omaa terveyttä. Osa kirjoituksissa on hyvinkin työelämäpainotteisia, mikä kuvastaa työn teon suurta merkitystä aikuisen ihmisen elämässä. Mukana on myös paljon positiivisia kuvauksia työnteosta, mutta työssä uupuminen, työpaikkakiusaaminen, irtisanomiset ja konkurssit ovat hyvin yleisiä työhön liittyviä kriisejä. Osa työelämän kriiseistä on äkillisiä, kuten irtisanominen, mutta toiset, kuten työssä uupuminen voivat olla vuosikausia kestäneitä kriisejä. 1990-luvun lama näkyy useammassa kirjoituksessa työelämän erinäisinä kriiseinä, ja laajempi työelämän muutos tehostustarpeineen ja uusine teknologioineen tulee myös selkeästi esille joissain teksteissä. Sukupuolten välinen ero voidaan havaita siinä, että työttömyys, konkurssit ja irtisanomiset vaikuttavat koskevan miehiä, kun taas työpaikkakiusaamisen uhreina ja työssä väsyvinä ovat erityisesti naiset.

Aineiston valossa parisuhteet vaikuttavat olevan hyvin alttiita erilaisille kriiseille. Useampi naispuolinen kirjoittaja on kärsinyt narsistisesta kumppanista, jonka kanssa on saatettu elää onnetonta elämää jopa vuosikymmeniä. Ero on usein tullut vasta, kun parisuhde on ollut viedä hengen tai puoliso on osoittautunut paitsi hankalaksi, myös parantumattomaksi valehtelijaksi. Onnettomissa liitoissa on pyydytty periaatteesta, häpeän välttämiseksi, yksin jäämisen pelosta tai koska on uskottu (usein puolison lupausten siivittämänä) että asiat muuttuvat paremmiksi.

Alkoholiongelmat, joita on esiintynyt niin kirjoittajilla itsellään kuin heidän puolisoillaan, ovat tehneet asioista entistä raskaampia. Lapset ovat tuoneet tilanteisiin lohtua tai jopa muutosvoimaa ongelmien ratkaisemiseksi, jotta edes lapsilla olisi hyvä tulevaisuus. Moni kirjoittajista on käynyt läpi avioeron ja osa löytänyt uuden, paremmin itselleen sopivan kumppanin aikuisuuden toisenlaisissa olosuhteissa. Nuoruuden hätäiset ja ”järkevät” syyt avioitumiseen eivät aina ole kantaneet pitkälle. Muutamassa liitossa kumppani tosin on ollut ennemminkin jonkin muun kriisin tukena ja mukana kriisiä ratkaisemassa kuin sen aiheuttajana. Parisuhteet ovat joka tapauksessa olleet hyvin määräävä normi, sillä vain muutama kirjoittaja ei kirjoita lainkaan parisuhteestaan.

Aikuisena perustetun perheen lisäksi myös lapsuuden perheen jäsenet kulkevat mukana kirjoittajien elämässä myös aikuisuudessa. Joillakin hyvin ongelmaiset suhteet vanhempiin tai sisaruksiin ovat jatkuneet läpi lähes koko elämän. Aineistossa on esimerkkejä niin suhteen täydellisestä katkaisusta kuin anteeksiannosta ja edes näennäisen sovinnon tekemisestä. Joka tapauksessa suhde vanhempiin näyttäytyy osalla kirjoittajista hyvin sitovana vielä aikuisenakin. Lapset yrittävät viimeiseen asti ymmärtää vanhempiaan ja heidän kyseenalaisiakin kasvatustapojaan. Kaikkea ei pysty unohtamaan, mutta pyrkimys edes jonkinlaisen sovinnossa tai rauhassa elämiseen on vahva.

Kirjoittajista moni on kokenut myös terveydentilaan liittyviä kriisejä. Osa niistä, kuten työuupumus tai parisuhteen kriisistä kummunnut masennus ja itsetuhoisuus, nivoutuvat yhteen edellä käsiteltyjen työelämän ja parisuhteiden kriisien kanssa. Muutama kirjoittaja on kärsinyt aikuisina myös somaattisista sairauksista, jotka aikuisuudessa vaikuttivat suoraan työkykyyn ja osalla myös parisuhteisiin.

Vanhuusajan kriisejä oli käsitelty vain muutama kirjoittajista, mikä on ymmärrettävää, sillä moni elää vasta tämän ikävaiheen alkua. Vanhuuden vastoinkäymisiin kuuluvat kirjoittajilla omat sairaudet, puolison sairaus tai kuolema, puolison uskottomuus ja kodista luopuminen. Osalla on jokin tuore diagnoosi, jonka kanssa vasta opetellaan elämään. Parisuhteen kriiseiltä ei olla vältytty vanhanakaan, vaan vanhuuden kriiseihin kuuluvat aviopuolison uskottomuus ja oma väkivaltaisuus parisuhteessa. Yksi kirjoittajista on myös kokenut puolisonsa äkillisen kuoleman. Useilla on seesteinen parisuhdetilanne, ja vanhalla iällä rakastumistakin

on tapahtunut. Rauhallisiin vanhuusvuosiin tosin hiipii välillä kipeitä muistoja menneisyydestä.

Aineistossa runsaasti esiintyvänä kriisiympäristöinä voisi mainita lapsuuden ja nuoruuden osalta kodin ja vanhemmat, aikuisuuden osalta taas työympäristön ja parisuhteen. Sairaudet ovat koetelleet kaikenikäisiä, ja ovat osa myös ikääntyneiden kirjoittajien elämää. Vaikka osan kriiseistä taustalla on silkka sattuma, on kriisien kasautumista myös havaittavissa. Osa kirjoittajista kuvaa koko elämän olleen kriisistä kriisiin kulkemista. Esimerkiksi läpi elämänsä sairastava ihminen kohtaa helposti haasteita myös työelämässä tai parisuhteessa. Samoin lapsuudessa käsittelemättä jäänyt trauma voi kulkea mukana koko elämän ja altistaa uusille kriiseille vastoinikäymisten kohtaamiskyvyn ollessa heikompi.

7.1.2 Yhteenvetona kriisien ratkaisusta

Luvussa 6.2 on vastattu tutkimuskysymyksen kolmanteen alakysymykseen: *millaisia ovat kriisien ratkaisut?* Aineistoista löytyneet kriisien ratkaisut voisi jakaa karkeasti kahdenlaisiin, väliaikaisiin ja pysyvämpiin ratkaisuihin. Pysyvät ratkaisut tarjoavat aidon poispääsyn tuskallisesta tilanteesta, jolloin kriisistä kärsivä ei koe enää olevansa kriisin keskellä, vaikka tapahtunut saattaisi edelleen palata mieleen ja vaikuttaa jollain tavalla elämään. Esimerkkinä voi olla lopullinen ero ja välien katkaisu väkivaltaiseen kumppaniin, tai mieluisen työpaikan saaminen raskaan työttömyysjakson jälkeen. Väliaikaiset ratkaisut ovat toimintaa vaikean tilanteen helpottamiseksi, sietämättömän tekemistä siedettäväksi. Niitä tehdään olosuhteissa, joissa pysyvempien ratkaisuiden tekeminen ei ole mahdollista tai siihen ei (vielä) löydy voimia tai rohkeutta. Palosaari (2008, 132) kutsuu tätä ”jaruttamiseksi”, perusteellisten toipumispyrkimysten siirtämiseksi myöhemmäksi silloin kun tuska on liian suuri kohdattavaksi tai purettavaksi. Tästä hyvinä esimerkkeinä toimivat lapsuudessa koetun kotiväkivallan pakeneminen esimerkiksi sukulaisten luona aikaa viettämällä tai omaan mielikuvitusmaailmaan pakeneamalla. Samoin aineistosta löytyy esimerkkejä aikuisena koetun parisuhdeväkivallan pakenemisesta omiin harrastuksiin tai lasten kasvattamiseen keskittymällä. Myös työpaikan ristiriitojen taakkaa on paettu musiikkia kuuntelemalla tai puutarhaa hoitamalla. Väliaikaiset ratkaisut suovat mielelle hetkellisiä lepoaikoja ja

kenties myös aikaa miettiä pysyvämpiä toimia tilanteen ratkaisemiseksi. Moni kirjoittajista on voinut käsitellä lapsuuden kriisejä vasta vanhempana, kun itsenäistyminen on tuonut toivottua etäisyyttä lapsuuden olosuhteisiin ja uskallusta sekä mahdollisesti ulkopuolisten ymmärrystä koettuihin kriiseihin on ollut enemmän. Koulukiusaamisesta ei lapsena voinut puhua, mutta nyky-yhteiskunnassa sen käsitteilylle on paremmin tilaa ja ymmärrystä. Osa kriiseistä on jo luonteeltaan sellaisia, että niiden ratkaiseminen ei ole joko ollenkaan tai kokonaan kokijansa käsissä, jolloin ei ole niinkään kyse kriisin ratkaisusta, vaan kriisitilanteen sietämisestä. Sotaa ei voi yksittäinen ihminen ratkaista. Vaikeista sodan ja köyhyyden kokemuksista on selviydytty tukeutuen luovuuteen, omatoimisuuteen, pieniin iloihin arkisiin asioihin sekä perheen tukeen. Myöskään sairauksista paraneminen on harvoin täysin sairastavan käsissä, joten kriisin ratkaisun sijaan on usein kyse siitä, kuinka oppia elämään sairauden kanssa ja parantaa elämänlaatua siinä määrin kuin se on mahdollista. Kertomukset vaikeista sairauksista pitävätkin sisällään mielen sisäisiä kamppailuja, joissa toivottomuudesta pitää vähitellen nousta toiveikkuuteen.

Niin väliaikaisissa kuin pysyvissä ratkaisuissa voidaan havaita karkeasti jaettuna kolmenlaisia selviytymisstrategioita, jotka saattavat esiintyä myös samassa tilanteessa rinnakkain. Kutsun näitä sinnikkyudeksi, toisiin tukeutumiseksi ja etääntymiseksi. **Sinnikkyys** on omiin sisäisiin voimavaroihin tukeutumista, se on selviytymistä silloin kun ei ole vaihtoehtoja. Esimerkiksi ”Mekko” kertoi selvinneensä sodasta ja köyhyydestä, kun hän murrosikäisenä teki päätöksen, että hänen on pakko itsenäistyä, jos haluaa mennä elämässä eteenpäin. Hänen muutostaan symboloivat päätös alkaa pestä hiuksia ja hankkia hammasharja. Moni kertoo selvinneensä koulukiusaamisesta omalla sinnikkyydellään ja koululahjakuudellaan. Myös sairauksien kohdalla ”ratkaisu” on usein ollut omista sisäisistä voimista ammentaminen, kun itse kriisin aiheuttanutta sairautta ei voi taikaiskusta poistaa. Mielialasairauksista ja alkoholismista selviäminen eivät nekään ole täysin olleet sairastuneiden käsissä, mutta iso osa paranemista – tai sairauden kanssa elämää oppimista – on ollut jonkinlainen oivallus omasta tilanteesta ja päätös taistella paremman elämän puolesta. Harva on kriisiensä kanssa täysin yksin, mutta selviytymistä ei toisaalta voi jättää täysin toisten harteillekaan. Esimerkiksi molemmat lapsensa menettänyt ”Elämänkoulu” (N81) vaikuttaa tehneen vuosien ajan aktiivista surutyötä muun muassa runoja kirjoittamalla ja vertaisia

auttamalla päästäkseen nykyiseen pisteeseen, jossa hän vaikuttaa elävän onnellista ja tasapainoista elämää aiemmat tapahtuneet hyväksyneenä: *kipu on muuttanut kirkkaudeksi.*

Omilla ponnisteluilla on kiistaton arvonsa kriiseistä selviämisessä, mutta myös **toisten ihmisten antamalla tuella** vaikuttaa olleen suuri merkitys monille kirjoittajista. Lapsuudessa kyse on yleensä ollut toiselta vanhemmista saadusta tuesta, tai muusta turvallisesta aikuisesta. Nämä ihmiset eivät välttämättä ole ratkaisseet tilanteita, mutta he ovat auttaneet jaksamaan vaikeaa tilannetta. Työelämän kriiseissä tukea on saatu perheenjäseniltä, kollegoilta ja esimiehiltä. Sairauksien kohdalla tukea on lisäksi saatu terveydenhuollosta, kuten varsinkin kertomukset alkoholismista ja mielenterveyden häiriöistä osoittavat. Somaattisia sairauksia on hoidettu tietenkin myös terveydenhuollon toimesta, mutta niissä psyykinen tuki on jäänyt vähemmälle. Sairastuneet kirjoittavat myös hengellisestä tuesta, kuten Aprakka, joka tukeutui vahvasti Jumalaan vuosikymmenten sairastelun aikana, tai Hade, jolle ratkaisu alkoholismiin löytyi paitsi AA:n yhteisöllisyydestä, myös siihen voimakkaasti liittyvästä hengellisyydestä.

Kolmantena selviytymisstrategiana ilmenee hiukan harvinaisempi kriisitilanteesta **etääntyminen**. Tarkoitan sillä konkreettista tilanteista lähtemistä, kuten työpaikan jättämistä tai parisuhteen pakenemista. Se ilmenee myös väsymyksenä kriisin ratkaisussa tai luovuttamisena. Toisaalta se voi olla myös huonojen asioiden korvaamista hyvällä. Asioiden käsittelyn sijaan tapahtunut halutaan unohtaa ja siirtyä elämässä eteenpäin. Pienempien kriisien kohdalla tällainen voi olla toimiva tapa, traumaattisten kriisien kohdalla asiat kenties jäävät painamaan niin, että ne on pakko käsitellä jossain vaiheessa edes kohtalaisen elämänlaadun turvaamiseksi. Esimerkiksi ”Selvinnyt” on sitä mieltä, että *on turha juosta vieraan ihmisen luona kertomassa ja valittamassa elämäänsä, vaan on itsenäisesti pyrittävä muutokseen ja itse autettava itseään*. Terapeuttista toimintaa ei kannatakaan rajata vain asiantuntijoille puhumiseen, vaan kuten aineisto osoittaa, kriiseistä on selvitty monin toiminnallisoin tavoin: luonnossa oleilemalla, pyöräillen ja lauleskellen, työtä tehden, uuteen ympäristöön muuttamalla, lukien ja opiskellen, lasten kanssa leikkien, maahanmuuttajia auttaen, koiran kanssa aikaa viettäen tai lähtemällä maailmanympärysmatkalle. Myös Palosaari (2008, 132–133) mainitsee

erilaiset toiminnalliset keinot, kuten liikunnan, luonnossa oleilun, arkisen puuhailun tai mukavien asioiden ajattelun tavoiksi helpottaa kriisistä uupunutta mieltä, joka ei taivu (vielä) asioiden kielellistämiseen.

7.1.3 Yhteenvetona kriisien merkityksistä

Tutkimuskysymyksen neljäs ja viimeinen alakysymys kuului: *Millaisia merkityksiä koetuille kriiseille annetaan?* Luvussa 6.3 esittelin neljänlaisia aineistosta nousseita kriiseille annettuja merkityksiä. Kriisien koettiin a) vahvistavan luonnetta ja lisäävän itseymmärrystä, b) lisäävän ymmärrystä muita ihmisiä ja maailmaa kohtaan, c) olevan tie uuteen, parempaan elämään ja/tai d) olevan merkitykseltään negatiivisia, neutraaleja tai vaille merkitystä. Suurin osa kirjoittajista piti kriisejä tärkeinä ja opettavaisina kokemuksina, ja joidenkin kohdalla kyse oli tämänhetkisen elämän ja onnellisuuden kannalta ratkaisevista tapahtumista. Ilman niitä olisi tuskin pysähtynyt miettimään sitä, mikä todella on tärkeää, ja millaista elämää haluaa elää. Positiivisen merkityksen antaminen alkujaan selkeän negatiivisille kokemuksille vähentää tunnetta tapahtuneen mielivaltaisuudesta ja turhuudesta, ja kärsimys näyttäytyy ennemminkin hintana, joka maksetaan paremmasta elämästä.

Useassa kirjoituksessa kuvailtu tyytyväisyys omaan itseensä kaikkine hyvine ja huonoine kokemuksineen kertoo ihmiskuvasta, johon mahtuu myös säröjä. Kärsimysten kautta vahvistunut ihminen haavoineen ja arpineenkin on mielenkiintoisempi kuin suojattuna elämänsä tasaisesti elänyt ihminen. Moni olisi silti mieluummin päässyt vähemmällä, ja mitä traumaattisempaa kriisiä kirjoittajat kuvaavat, sitä vähemmän siihen vaikuttaa liittyvän oppimiskokemuksesta iloitsemista. Kriisit kuuluvat elämään, ja ihminen tarvitsee sopivasti haastetta oppiakseen ja kasvaakseen, mutta kukaan tuskin tarvitsee lamauttavia, traumatisoivia ja hengenvaarallisia kokemuksia. Niistäkin voi selvitä, mutta ei kriisin voimauttamana, vaan kriisiä seuraavien, parempien asioiden avulla. Monelle kriisi on osoittanut läheisten ja joskus vähemmän tuttujenkin ihmisten tärkeyden – voiman, joka yhdessä olemisessa, tekemisessä ja selviämisessä on. Todellisuus on auttamatta ja kaiken läpäisevästi sosiaalinen: kriisit syntyvät sosiaalisessa ympäristössä, mutta siinä ne yleensä myös ratkaistaan. Vanhana muistellut vastoinkäymiset

elämän varrelta asettuvat oikeisiin mittasuhteisiinsa elämänvaiheessa, jossa vauhti on tasoittunut. On aikaa itselle ja omille ajatuksille. Elämän tärkeimpinä ihmisinä pidetään usein sukupolvista nuorinta, jaloissa juoksevia lapsenlapsia, joille toivotaan edes hiukan helpompaa elämää, ja parempia lähtökohtia omien vastoinkäymistensä kohtaamiseen.

7.2 Tutkimusprosessin pohdintaa

Tämän tutkimuksen tavoitteena on ollut lisätä tietoa ja ymmärrystä iäkkäiden suomalaisten kokemusmaailmasta. Kiinnostuksen kohteena on ollut erityisesti kriisin kokemukset, kriiseihin liittyvät olosuhteet, kriisien ratkaisut sekä kriiseille annetut merkitykset. Näkökulma on ollut narratiivinen ja elämäkerrallinen, mikä heijastuu paitsi analysoitavana olleessa aineistossa, myös tutkimuskysymyksissä, jotka mukailevat William Labovin kertomusten rakenneanalyysia (1981). Tutkimuksen suurin haaste ja anti on itselleni ollut narratiivisen ajattelutavan kehittäminen tutkijana. Eräänlainen narratiiviselle taajuudelle virittäytyminen on tapahtunut ajan kanssa, narratiivista metodikirjallisuutta sekä erityisesti erilaisia tutkimusesimerkkejä lukien. Olen tyytyväinen siihen, millaisin metodein ja taustateorioin onnistuin lopulta lähestymään hetkittäin mahdottoman suurelta ja moniulotteiselta vaikuttanutta aineistoa. Kokeneempien tutkijoiden esimerkin seuraamisella oli oma tärkeä roolinsa, mutta lopulta kyse oli ennen kaikkea kokeiluista, erehtymisistä ja uusista yrityksistä, kunnes asiat alkoivat osua kohdilleen. Kyse on kaikesti siitä laadullisen tutkimuksen tärkeästä mutta käyttöohjeettomasta työkalusta, jota Eskola ja Suoranta (2008, 145) kutsuvat tieteelliseksi mielikuvitukseksi.

Vanha viisaus siitä, että vasta gradun tehtyään tietää kuinka gradu tulisi tehdä, piti tässäkin tapauksessa paikkansa. Katkeransuloinen toteamus pitää sisällään sen oivalluksen, että prosessin loppupuolella toden totta huomaan olevansa hiukan viisaampi. Vaikka rajasin aineistoa reilulla kädellä ja mielestäni hyvin perustelluilla kriteereillä, sen laajuus oli tutkimuksen suurimpia haasteita. Vaikkapa puolet pienempi aineisto olisi mahdollistanut syvällisemmän paneutumisen yksittäisiin kertomuksiin, ja lopputuloksessa olisi kenties painottunut kerronnallisuus

enemmän. Toisaalta joissain analyysinosissa, erityisesti kriisin merkityksiä tarkastellessani, erilaisten näkökulmien rikkaudesta oli merkittävää hyötyä. Jälkiviisaana voin todeta myös, että napakampi tutkimusongelman rajaus olisi myös tehnyt tutkimusprosessista vähemmän raskaan. Toisaalta olen iloinen siitä, että raportti on tekijänsä näköinen: ei pieniin yksityiskohtiin keskittyvä pakollinen suoritus, vaan kunnianhimoisesti laajoja kokonaisuuksia ymmärtämään pyrkivä tutkimus.

Tämä työ on eräänlainen kasvatustieteen opiskelijana kasvun viimeinen luku – yhden kertomuksen päätös ennen seuraavan alkamista. Olen opintojeni aikana merkinnyt muistiin minua aivan erityisesti innostaneita tutkimuksia, teoriasuuntauksia, tieteenfilosofiaa ja metodologiaa tarkoitukseni hyödyntää niitä pro gradu -tutkielmassani. Kaikki ei ole ollut yhteensovittavissa, ja varsinkin valmis aineisto on asettanut tiettyjä rajoja tutkimukselle. Iloitsen kuitenkin työn tieteidenvälisyydestä, joka heijastelee opiskelemiani oppiaineita – aikuiskasvatustiede luo teorialle perustan, jota psykologia, sosiaalitieteet sekä filosofia täydentävät. Eri-tyisen tyytyväinen olen siihen, että tutkimuksen keskiössä on koko opintojeni aikana mukana kulkenut kiinnostus iäkkäiden ihmisten elinikäiseen ja elämänlaajuiseen oppimiseen ja kasvuun. Teema oli läsnä jo kandidaatintyössäni, jossa tutkin iäkkäiden suomalaisten yksinäisyydenkokemuksia ja verkossa tapahtuvaa vuorovaikutusta. Alun perin kiinnostus iäkkäiden kokemusmaailman tutkimiseen tuli vuonna 2016 menehtyneeltä hyvältä ystävältäni, jota myös isoäidiksi kutusin. Häntä voin kiittää siitä, että olen jo lapsesta asti tiennyt, miten paljon myös – ja ehkä jopa aivan erityisesti – iäkkäillä ihmisillä on annettavaa, jaettavaa ja kerrottavaa.

Kiitos jonnekin taisteluistani ja kokemuksistani. Sain haltijattarilta lahjaksi avaran ja rikkaan elämän ja taivaita hipovia onnen elämyksiä. Olen nukkunut Melnikovin talon kultaisessa huoneessa ja nähnyt kultaisia unia. Olen asunut sateenkaarella ja takonut taivaan kansia. Olen elänyt täyden elämän.

”Pimmeli”

Lähteet

- Airaksinen, T. 2002. Vanhuuden ylistys. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Alhanen, K. 2013. John Deweyn kokemusfilosofia. Helsinki: Gaudeamus.
- Aluehallintovirasto 2019. Valviran ja aluehallintovirastojen tarkastuskäynnit vanhusten hoivakodeissa - samanlaiset ongelmat toistuivat monin paikoin. Viitattu 9.4.2019: https://www.avi.fi/web/avi/tiedotteet-2019/-/asset_publisher/LS5QDoBhmxRF/content/valviran-ja-aluehallintovirastojen-tarkastuskaynnit-vanhusten-hoivakodeissa-samanlaiset-ongelmat-toistuivat-monin-paikoin?
- Borg, S. & Pikkala, S. 2017. Kuntavaalitrendit. Kunnallisalan kehittämissäätiön julkaisu. Viitattu 9.4.2019: <https://kaks.fi/wp-content/uploads/2017/03/kuntavaalitrendit.pdf>
- Cullberg, J. 1980. Kris och utveckling. WSOY.
- Draaisma, D. 2011. Muistikirja. Ensimmäisistä muistoista unohtamisen usvaan. Keuruu: Otavan kirjapaino.
- Elliott, J. 2005. Using narrative in social research: qualitative and quantitative approaches. Lontoo: Sage.
- Elämän konkari -kirjoituskilpailu 2013. Aineisto-opas. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto, 2015.
- Erikson, E. H. 1962. Lapsuus ja yhteiskunta. Jyväskylä: Gummerus.
- Erkkilä, R. 2011. Narratiivinen kokemuksen tutkimus: koettu paikka, tarina ja kuvaus. Teoksessa J. Perttula & T. Latomaa (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitys, tulkinta ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus: Tila [jakaja], 195–226.
- Eskola, A. 2016. Vanhuus: Helpottava, huolestuttava, kiinnostava. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Eurostat 2018. Väestörakenne ja ikääntyminen. Viitattu 9.4.2019: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_structure_and_ageing/fi#Ik.C3.A4.C3.A4ntyneiden_osuus_v.C3.A4est.C3.B6st.C3.A4_edelleen_kasvussa

Haarni, I. 2013. Elämän konkari -kirjoituskilpailu 2013 [elektroninen aineisto]. FSD2823, versio 1.0 (2013-03-06). Helsinki: Suomen Mielenterveysseura. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [jakaja], 2013.

Hakonen, S. 2008. Ikäideat ikäkäytäntöjen työkaluiksi. Teoksessa A. Suomi & S. Hakonen (toim.) Kuluerastä voimavaraksi: Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 33–52.

Hammarlund, C.-O. 2010. Kriisikeskustelu: kriisituki, jälkipuinti, stressin ja konfliktien käsittely. Helsinki: Tietosanoma.

Hari, R., Järvinen, J., Lehtonen, J., Lonka, K., Peräkylä, A., Pyysiäinen, I., Salenius, S., Sams, M. & Ylikoski P. 2015. Ihmisen mieli. Helsinki: Gaudeamus.

Heikkinen, E. 2000. Terve vanheneminen – utopia vai realistinen mahdollisuus? Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.) Suomalainen elämäntutkimus. Vantaa: Tammi, 216–234.

Heikkinen, H. L. T. 2010. Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 143–159.

Henriksson, M. & Lönnqvist, J. 2011. Psykkiset kriisit, sopeutumishäiriöt ja stressireaktiot. Teoksessa V. Aalberg, J. Lönnqvist, M. Henriksson, M. Marttunen, T. Partonen & H. Schmidt. Psykiatria. Helsinki: Duodecim, 257–281.

Hirsjärvi, S. 2009. Tutkimustyytit ja aineistonkeruun perusmenetelmät. Teoksessa S. Hirsjärvi, P. Remes & P. Sajavaara: Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi, 191–220.

Hoikkala T. & Paju, P. 2008. Entä nuoremmat sukupolvet? Sukupolvitutkimus ja nuorisopolitiikka. Teoksessa S. Purhonen, T. Hoikkala & J. P. Roos. Kenen sukupolveen kuulut? Suurten ikäluokkien tarina. Helsinki: Gaudeamus, 270–294.

- Huotelin, H. 1996. Menetelmällisiä lähtökohtia elämäkertatutkimukseen. Teoksessa A. Antikainen & H. Huotelin (toim.) Oppiminen ja elämänhistoria. Helsinki: BTJ Kirjastopalvelu, 13–42.
- Hänninen, V. 2010. Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 160–178.
- Ikonen, R. 2001. Teoria kasvatustieteellisessä tutkimuksessa. Kasvatus 32 (5), 437–449.
- Ilmarinen, J. 2000. Työikäiset ja elämänkulku.
- Julkunen, R. 2008. Ikä ideana ja tutkimuskohteena. Teoksessa A. Suomi & S. Hakonen (toim.) Kuluerastä voimavaraksi: Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikään-tymiskysymyksiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 15–30.
- Jyrkämä, J. 2001. Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa A. Sankari & J. Jyrkämä (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen - län sosiologiaa. Tampere: Juvenes Print, 267–324.
- Kaasila, R. 2008. Eri lähestymistapojen integroiminen narratiivisessa analyysissä. Teoksessa R. Kaasila, R. Rajala & K. E. Nurmi. Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä. Tampere: Juvenes Print, 41–66.
- Kaikkonen, A. 2015. Tarinallisen tutkimuksen näkökulma suomalaiseen uskottomuuteen. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Väitöskirja.
- Kalakoski, V. 2014. Miksi muisti pettää? Muistin rajoitukset kognitiivisen psykologian näkökulmasta. Teoksessa J. Hakkarainen, M. Hartimo & J. Virta (toim.). Muisti. Tampere: Yliopistopaino Oy – Juvenes Print, 15-29.
- Kantola, H. 2007. Vakavan sairastamisen merkitys elämänkulussa. Esimerkkinä SLE. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Väitöskirja.
- Koponen, H. 2011. Yleistynyt ahdistuneisuus. Teoksessa Psykiatria. (ks. *tarkemmat tiedot*)

- Kujala, T. 2007. Kerronnallinen tutkimus opettajien ikääntymisestä. Teoksessa E. Syrjäläinen, A. Eronen & V.-M. Värri (toim.) *Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin*. Tampere: Tampereen yliopistopaino, 13–39.
- Labov, W. 1981. *Speech Actions and Reactions in Personal Narrative*. Teoksessa Tannen, D. (toim.) *Analyzing Discourse: Text and Talk*. Georgetown University Press. Washington, DC, 219–247.
- Laitinen, M. & Uusitalo, T. 2008. Narratiivinen lähestymistapa traumaattisten elämäntapahtumien tutkimisessa. Teoksessa R. Kaasila, R. Rajala & K. E. Nurmi. *Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä*. Tampere: Juvenes Print, 106–150.
- Lehtinen E., Kuusinen, J. & Vauras, M. 2007. *Kasvatuspsykologia*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Marin, M. 2008. Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa A. Sankari & J. Jyrkämä (toim.) *Lapsuudesta vanhuuteen – Iän sosiologiaa*. Tampere: Juvenes Print, 17–48.
- Martelin, T., Pitkänen, K. & Koskinen S. 2000. Suomalaisten väestöllinen elämäntapa: tilastoja ja tarinoita. Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.) *Suomalainen elämäntapa*. Vantaa: Tammi, 38–57.
- Mäkikoskela, R. 2007. Kokonaisvaltaisen maailmassaolijan vuorovaikutuksellinen kasvamisen ja oppimisen. *Aikuiskasvatus* 27 (4), 312–319.
- Nummenmaa, L. 2013. Tunteva mieli kriisien keskellä. Teoksessa J. Hämeen-Anttila, K. Katajala, A. Sihvola & I. Hetemäki (toim.) *Kaikki syntyy kriisistä*. Helsinki: Gaudeamus, 284–297.
- Nurmi, J.-E. & Salmela-Aro, K. 2000. Ihmisen psykologinen kehitys ja elämäntapa. Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.) *Suomalainen elämäntapa*. Vantaa: Tammi, 86–98.
- Ojuri, A. 2004. *Väkivalta naisen elämän varjona: tutkimus parisuhdeväkivaltaa kokeneiden naisten elämäntavasta ja selviytymisestä*. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Väitöskirja.
- Overall, C. 2003. *Aging, death, and human longevity: A philosophical inquiry*. Berkeley: University of California Press.

- Paananen, S. 2008. Saksalainen elämäkertametodologia oppimisen tutkimuksessa. Teoksessa R. Kaasila, R. Rajala & K. E. Nurmi. *Narratiivikirja: Menetelmiä ja esimerkkejä*. Tampere: Juvenes Print, 19–39.
- Palosaari, E. 2008. *Lupa särkyä. Kriisistä elämään*. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Perttula, J. 2011. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa J. Perttula & T. Latomaa (toim.) *Kokemuksen tutkimus: merkitys, tulkinta ymmärtäminen*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus: Tila [jakaja], 116–162.
- Pihlström, S. 2010. *Elämän ongelma: filosofian eettinen ydin*. Tampere: Niin & näin.
- Polkinghorne, D. E. 1995. Narrative configuration in qualitative analysis. Teoksessa J. A. Hatch & R. Wisniewski. *Life History and Narrative*. Lontoo: Washington, D.C: Falmer Press
- Raitanen, T., Hänninen, T., Pajunen, H. & Suutama, T. (toim.) 2004. *Geropsykologia – Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia*. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Rantamaa, P. 2001. Ikä ja sen merkitykset. Teoksessa A. Sankari & J. Jyrkämä (toim.) *Lapsuudesta vanhuuteen - län sosiologiaa*. Tampere: Juvenes Print, 49–96.
- Rinpoche, S. 1997. *Tiibetiläinen kirja elämästä ja kuolemasta*. Alkuperäisjulkaisu: *The Tibetan Book of Living and Dying*, 1992. Keuruu: Otavan kirjapaino.
- Riutamaa, E. 2016. *Maan korvessa kulkevi – Evakkolasten kasvukokemusten tunnemuistot ja hyvinvointi*. Turun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja.
- Roos, J. P. 1987. *Suomalainen elämä: tutkimus tavallisten suomalaisten elämäkerroista*. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Ruoppila, I. 2004. Vanhenemisen psykologisen tutkimuksen historiaa ja haasteita. Teoksessa T. Raitanen, T. Hänninen, H. Pajunen & T. Suutama (toim.) *Geropsykologia – Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia*. Porvoo: WS Bookwell Oy, 14–73.

Saarenheimo, M. 2004. Positiivinen mielenterveys ja elämänhallinta. Teoksessa T. Raitanen, T. Hänninen, H. Pajunen & T. Suutama (toim.) Geropsykologia – Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia. Porvoo: WS Bookwell Oy, 132–151.

Saarenheimo, M. 2012. Muistamisen vimma: kirjoituksia muistista ja unohtamisesta. Tampere: Vastapaino.

Saari, S. 2008. Kuin salama kirkkaalta taivaalta: kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Otava.

Sandelin, P. 2007. Kertomuksia psyykkisestä väkivallasta terveydenhuollon työ- ja opiskeluyhteisöissä. Oulun yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Väitöskirja.

Savioja, H., Karisto, A., Rahkonen, O. & Hellsten, K. 2000. Suurten ikäluokkien elämänkulku. Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.) Suomalainen elämänkulku. Vantaa: Tammi, 58–73.

Scarre, G. 2007. Death. Stokcsfield: Acumen.

Schacter, D. L. 1996. Searching for memory: the brain, the mind and the past. New York, NY: Basic Books cop.

Siltala, P. 2004. Ruumiillisuus vanhuudessa. Teoksessa T. Raitanen, T. Hänninen, H. Pajunen & T. Suutama (toim.) Geropsykologia – Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia. Porvoo: WS Bookwell Oy, 152–166.

Sjöblom, T. 2011. Mitä minä olen kokenut kriisityössä? Teoksessa Punainen risti 2011. Kriisistä kriisiin 20 vuotta. Katsaus psykologien valmiusryhmän historiaan. Viitattu 22.10.2017. https://www.punainenristi.fi/sites/frc2011.mearra.com/files/tiedostolataukset/psykologien_valmiusryhman_historiikki.pdf

Sokka, L. 2017. Burnout in the brain at work. Helsingin yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Väitöskirja.

Säntti, J. 2007. Pellon pientareelta akateemisiin sfääreihin: opettajuuden rakentuminen ja muuttuminen sotienjälkeisessä Suomessa opettajien omaelämäkertojen valossa. Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Väitöskirja.

TENK 2009. Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi. Viitattu 30.7.2018 <http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>

Terkamo-Moisio, A. 2016. Complexity of attitudes towards death and euthanasia. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta / Hoitotieteen laitos. Väitöskirja.

Tietoarkisto 2014, Aineistojen yleiset käyttöehdot. Viitattu 30.11.2018: <https://services.fsd.uta.fi/docs/terms-of-use?lang=fi>

Tietoarkisto 2018. Ailan käyttöehdot. Viitattu 30.11.2018: <https://services.fsd.uta.fi/docs/eula?lang=fi>

Tilastokeskus 2015. Nuorten osuus väestöstä uhkaa pienentyä. https://www.stat.fi/til/vaenn/2015/vaenn_2015_10-30_tie_001_fi.html

Tilastokeskus 2019. Väestörakenne 31.12. Viitattu 9.4.2019: https://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html

Tuomi, J. 2000. Aetatis hominum – elämänkulun vaiheet antiikin ja keskiajan kirjallisuudessa. Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.) Suomalainen elämänkulku. Vantaa: Tammi, 13–37.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Työterveyslaitos 2018. Työpaikkakiusaaminen. Viitattu 21.3.2019: <https://www.ttl.fi/tyoyhteiso/tyopaikkakiusaaminen/>

Uotila, H. 2011. Vanhuus ja yksinäisyys. Tutkimus iäkkäiden ihmisten yksinäisyyskokemuksista, niiden merkityksistä ja tulkinnoista. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö. Väitöskirja.

Uotinen, V. 2005. I'm as old as I feel. Subjective age in Finnish adults. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Väitöskirja.

Vilkko, A. 2000. Elämänkulku ja elämänkulkukerronta. Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.) Suomalainen elämänkulku. Vantaa: Tammi, 74–85.

Webster, L. & Mertova, P. 2007. Using Narrative Inquiry as a research method. Lontoo: Sage Publications.

Taulukko 1. Kriisit kirjoittajien elämäkulussa

Lapsuus	<i>Hade</i> mies 68 v.	<i>Sitkeä</i> nainen 63 v.	<i>Käteen kelmi</i> mies 81 v.	<i>Pimmeli</i> nainen 78 v.	<i>Uelias eiddille</i> nainen 60 v.	<i>Iltaraman mummo</i> nainen 78 v.	<i>Selviytyt</i> nainen 63 v.	<i>Kaksos-sisko maalta</i> nainen 67 v.	<i>Katjuha</i> nainen 70 v.	<i>Maijan ystävä</i> nainen 75 v.
		Kodin kova kouri		Äidin mielenterveysongelmat	Väkivaltainen äiti	Koulukuusaaminen Veljen mielen-terveysongelmat Isän solitraumat	Kotona kiusaaminen Koulukuusaaminen Isän kuolema		Koulukuusaaminen	Sota
Nuoruus	Panikkä ja jännittäminen			Äidin mielenterveysongelmat	Väkivaltainen äiti	Äidin kuolema Uuvuttava työ				
Aikuisuus	Alkoholisismi	Tyytymättömyys työhön Puolison alkoholismi	Syövä Selkävut	Äidin mielenterveysongelmat Puolison mielenterveysongelmat Veljen mielenterveysongelmat	Väkivaltainen äiti Lapsen kuolema Vaikea avioero Uuden puolison ja tämän perheen petollisuus	Dorinoiva Anoppi Aggressiivinen ja alttava puoliso Koulukuusaaminen Vaikea leikkaus Työpaikkakuusaaminen	Väärän puolison valitseminen Avioero	Rahaongelmat Puolison alkoholiongelma	Väkivaltainen ja narstinen puoliso Lapsen huoltajuuden menetyks Työpaikkakuusaaminen	Puolison uskottomuus Työpaikan konkurssi
Vanhuus			Alkoholi-ongelma Väkivaltaisuus		Syövä	Puolison uskottomuus Kotitalosta luopuminen		Puolison kuolema Syövä	Työpaikkakuusaaminen vaih- kutukset Uuden puolison sairaus	

Lapsuus	<i>Miia Outo</i> nainen 67 v.	<i>Tellervo</i> nainen 66 v.	<i>Omantien kulkija</i> mies 65 v.	<i>Purri</i> nainen 88 v.	<i>Mekko</i> nainen 77 v.	<i>Elämänselkämä</i> nainen 81 v.	<i>Toivo Rikas</i> mies 75 v.	<i>Ankkyrä</i> mies 82 v.	<i>NIMIA- MIES</i> mies 68 v.	<i>Iso Hoppe</i> mies 63 v.
	Koulukuussa- rinten Sairaudet	Vanhempien mielenter- veysongelmat Isän vakival- taisuus ja al- koholi on- gelma Köyhyys Isän kuolema	Kehitysvai- keudet Oppimisvai- keudet kou- lussa		Sota Köyhyys			Suuperheen äidin kuo- lema Sairastumi- nen		Isän kuolema Koulukuusaami- nen
Nuoruus						Vejjen kuolema		Sairastami- nen		
Aikuisuus	Avioero Sairaudet Työn raskaus Yksinkuolta- juus Työttömyys Väkivaltainen ja uskoton puo- liso Toinen avioero Työpaikkaku- seaminen	Siskon mie- lenterveys- ongelmat Äidin kuo- lema Arjen hoita- minen yksin Puolison us- kottomuus Avioero	Psykoosit Autismi	Maennus		Puolison väki- valtaisuus ja al- koholi ongelma Tyttären mie- lenterveysongel- mat Lapsenlapsen huostaanotto Pojan kuolema Tyttären kuo- lema	Irtisanominen	Sairastami- nen	Konkurssi Juominen Avioero Kodin menet- täminen	Parisuhteongel- mat
Vanhuus		Uuden puoli- son kuolema						Sairastami- nen		

Lapsuus	<i>Maisa</i> nainen 67 v.	<i>Jälkiviisas</i> mies 66 v.	<i>Vompatti</i> nainen 79 v.	<i>Aprakka</i> nainen 63 v.	<i>Joutsenlaulu</i> nainen 68 v.	<i>Elämä on</i> nainen 62 v.	<i>Sinipika</i> nainen 71 v.	<i>Ivar Leuhonen</i> nainen 61 v.
Nuoruus	Vaikea murrosikä Muutto Kodista huolehtiminen Vejen kuolema	Vaikea äiti-suhde Vaikea äiti-suhde Tyttyöstävän itsemurhayritys	Koulukiusaaminen	Sairaus Äänihuulen halvautuminen	Äidin alkoholismi Perheväkivalta	Erillään vanhemmista asuminen	Sairaudet Kova työnteko Isän sotatraumat	
Aikuisuus	Isän kuolema	Alkoholismi Läheisriippuvuus Ex-vaimon itsemurha	Kuoleman kohtaaminen Pojan sairaus Oma sairaus	Toisen äänihuulen halvautuminen Työkyvyttömyys Syöpä Pelko syövän uusiutumisesta Työkyvyttömyyseläke	Isän kuolema Äidin syvenevä alkoholismi Äidin kotihoidon raskaus Äidin kuolema Sairaudet ja leikkaukset Masennus ja pitkä hoito osastolla	Toteutumaton haave useasta lapsesta Ornat ja puolison alkoholiongelmat Puolison narsismi Itsemurhayritys Työuupumus Irtisanominen Ex-puolison kuolema	Syrjintä työpaikoilla Syrjintä opinnoissa Sairaudet Huono hoito Työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyminen	Avioero Työpaikkakiusaaminen
Vanhuus			Sairaus				Vammat ja sairaudet	