

Köyhyyteen liittyvä häpeä

Veera Rantanen
KÖYHYYTEEN LIITTYVÄ HÄPEÄ
Pro gradu -tutkielma
Sosiaalityön maisteriohjelma
Kevät 2022

Lapin yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Työn nimi: Köyhyyteen liittyvä häpeä

Tekijä: Veera Rantanen

Tutkinto-ohjelma/oppiaine: Sosiaalityö

Työn laji: Pro gradu -tutkielma X

Sivumäärä: 61 + 1 liite

Vuosi: 2022

Tiivistelmä:

Tutkimuksen tehtävänä oli tarkastella köyhyyteen liittyvää häpeää kirjoituskilpailuun osallistuneiden ihmisten kertomana. Tarkoituksena oli saada tietoa siitä, miten ja millaisissa asiayhteyksissä häpeää koetaan. Tavoitteena oli saada köyhyydessä elävien ihmisten ääni kuuluviin, ja samalla lisätä ymmärrystä häpeän ilmenemismuodoista ja vaikutuksista. Tutkimuksen teoreettisina lähtökohtina olivat suomalainen köyhyys sekä köyhyyskäsitteet ja tieteenfilosofisena lähestymistapana käytettiin sosiaalista konstruktivismia.

Tutkimuksen aineistona oli sekundaarinen aineisto, Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailu 2019, johon saatiin käyttöoikeus Tietoarkisto Ailasta. Tutkimuksessa aineistona käytettiin 30–39-vuotiaiden kirjoittajien kirjoituksia, joita oli 27 kappaletta. Lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin koko aineistoa koskevia häpeään liittyviä teemoja. Aineistoa analysoitiin teoriaohjaavan sisällönanalyysin kautta nojautuen häpeään liittyvään tutkimuskirjallisuuteen. Tutkimustulokset jaoteltiin sisäiseen ja ulkoiseen häpeään sekä niiden yhteen kietoutuneisuuteen.

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että häpeän ilmenemistavat ovat moninaiset. Tutkimuksesta ilmenee, että häpeän erottelu sisäiseen ja ulkoiseen häpeään on osittain hankalaa, koska molemmat vaikuttavat suhteessa toisiinsa. Aineiston perusteella köyhyyteen liittyvää sisäistä häpeää koetaan suhteessa omaan itseeseen, joka näkyy esimerkiksi arvottomuuden ja mitätömyyden kokemuksina sekä osana identiteettiä. Ulkoinen häpeä ilmenee ulkoisen olemuksen, sosiaalisten suhteiden sekä erilaisten sosiaalisten tilanteiden kautta. Yhteiskunnalliset odotukset, kulttuuriset käsitykset ja stereotypiat vaikuttavat köyhyydestä aiheutuvan häpeän kokemukseen. Köyhyyteen liittyy stigma, joka leimaa myös köyhät ihmiset. Sisäisen ja ulkoisen häpeän yhteen kietoutuneisuus tulee näkyvimmin esiin leimautumisen ja toiseuden kokemusten kautta.

Häpeä joka köyhyyteen liittyy, tulee esiin ihmisten kirjoituksista monin eri tavoin. Köyhyyden ja sen eri muotojen esiin tuominen on tärkeää, jotta siihen liittyvien käsitysten olisi mahdollista muuttua ja siten myös auttaa murtamaan köyhyyteen liittyvää häpeää.

Asiasanat: köyhyys, häpeä, stigma

SISÄLLYS

1 Johdanto.....	1
2 Köyhyys tutkimuksen perustana.....	3
2.1 Köyhyyden määrittelyä.....	3
2.2 Miten köyhyyttä mitataan?	5
2.3 Suomalaiseen köyhyyteen liittyvä aiempi tutkimus	7
2.4 Köyhyyteen liittyvät käsitykset	8
3 Häpeän näkökulma	11
3.1 Mitä häpeä on?.....	11
3.2 Sisäinen ja ulkoinen häpeä.....	13
3.3 Häpeän lähikäsitteet	14
3.4 Häpeä ja köyhyys.....	16
4 Tutkimuksen toteuttaminen	18
4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	18
4.2 Tutkimuksen eettisyys	18
4.3 Aineisto ja menetelmät	20
4.4 Analyysivaiheen eteneminen	23
5 Häpeällinen köyhyys?.....	27
5.1 Häpeällisen köyhyyden tulkinta.....	27
5.2 Sisäinen häpeä.....	28
5.2.1 Häpeän tunnemaailma	28
5.2.2 Minäkuva, identiteetti ja itsetunto	30
5.3 Ulkoinen häpeä	31
5.3.1 Ulkoinen olemus	31
5.3.2 Sosiaaliset tilanteet.....	33
5.3.3 Sosiaaliset suhteet	36
5.3.4 Häpeän ilmeneminen tutkimuotojen kontekstissa.....	38
5.4 Sisäisen ja ulkoisen häpeän yhteen kietoutuneisuus.....	41
5.4.1 Yhteiskunnalliset odotukset ja käsitykset osana köyhyyden stigmaa	41
5.4.2 Stereotyyppien ja leimaamisen kautta toiseuteen.....	46
5.5 Häpeän ulottuvuudet koko aineistossa.....	49
6 Lopuksi	52
Lähteet	55
Liite.....	62

1 Johdanto

Se jatkuva ahdistus toimeentulosta on käsittämättömän lamaannuttavaa. Jokainen kirje on joko lasku tai Kelalta. En käy missään, en harrasta mitään. Istun kotona, itken, tiedän että olemassaoloni on yhteiskunnalle kallista. Minulla ei ole arvoa, kukaan ei yrityksistä huolimatta ota minua töihin, eikä varsinkaan palkalla jolla voisi elää. En osaa mitään, mitä kukaan pitää hyödyllisenä. Oikeistolainen ajatus hyödyttömyydestäni syöpyy päähäni: haluaisin niin kovasti olla hyödyllinen, tehdä töitä, maksaa veroja, olla kokonainen ihminen. Kirjoittaja 77

Edellä oleva katkelma on yksi tämän pro gradu -tutkielman kirjoituksista. Kirjoitus osoittaa, kuinka laajat vaikutukset köyhyydellä voi olla. Köyhyydessä on kyse moniulotteisesta ilmiöstä, eikä sen määrittely ole yksinkertaista. Köyhyyttä voidaan tarkastella muun muassa poliittisen päätöksenteon näkökulmasta, suhteellisten tulorajojen perusteella, väestön mielipiteiden perusteella sekä yksilön oman subjektiivisen käsityksen pohjalta (Kangas & Ritakallio 2008, 15–16, 21–23). Suhteellisesti pienituloisia oli vuoden 2020 tilaston mukaan Suomessa 12,5 prosenttia asuntoväestöstä (Tilastokeskus 2021), joka kertoo todellisuutta siitä, kuinka osa väestöstä elää taloudellisesti ahtaalla. Sen lisäksi, että köyhyys liittyy taloudellisten resurssien vähäisyyteen, liittyy se myös rajattuihin mahdollisuuksiin elää ja toimia sekä ihmisen käsityksiin itsestä. Samalla köyhyyden kokeminen on vahvasti kytköksissä siihen, miten muut ihmiset yksilön näkevät. Köyhyyden voikin todeta olevan sekä aineellinen että sosiaalinen ilmiö (Gubrium 2013, 105).

Tämän pro gradu -tutkielman aiheena on köyhyyteen liittyvä häpeä. Kiinnostukseni aiheeseen on herännyt työskennellessäni taloudellisesti haastavissa tilanteissa elävien aikuisten parissa. Köyhyys ja siihen liittyvä häpeä on ilmennyt eri muodoissa ihmisten kertoessa elämäntilanteistaan ja saanut minut kiinnostumaan asian laajemmasta tutkimisesta. Aiemmissa köyhyyttä käsittelevissä tutkimuksissa on myös todettu, että köyhyyteen liittyy useita negatiivisia tunnekokemuksia kuten häpeää. Häpeä altistaa esimerkiksi mielen-terveysongelmille ja erilaisille riippuvuuksille (Lewis 2003, 1187; Malinen 2010, 6) sekä heikentää ihmisen toimintakykyä (Gubrium 2013, 106).

Tutkimuskysymykseni on, miten häpeä ilmenee kirjoituksissa. Tarkastelen mitä häpeästä kerrotaan ja minkälaisissa asiayhteyksissä häpeä tulee esiin ihmisten kertomuksissa. Käsittelem aihetta Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailun (2019) kirjoitusten pohjalta. Köyhyyteen liittyvää häpeää on käsitelty kansainvälisesti tarkastellen esimerkiksi yhteiskunnallisten ja kulttuuristen tekijöiden merkitystä (Chase & Bantebya-Kyomuhendo 2015) ja Suomessa muun muassa leipäjonoihin liittyvissä tutkimuksissa

(ks. esim. Ohisalo & Saari 2014 ja Laihiala 2018), mutta vähäisemmin erillisenä aiheena häpeään liittyvän tutkimuskirjallisuuden viitekehyksestä. Yhtenä aihetta käsittelevänä esimerkkinä köyhyystutkija Eeva-Maria Grekula (2017) on tutkinut pro gradu -tutkielmassaan suomalaisten eläkeläisnaisten kokemaa häpeää pohjautuen Robert Walkerin tutkimuksen tuloksiin köyhyyden häpeästä. Grekulan käyttämän aineiston mukaan yksi neljäsosaa naisista toi esiin häpeän kokemuksia. Köyhyyteen liittyvä häpeä on kuitenkin noussut esiin yhtenä ulottuvuutena useissa tutkimuksissa sekä pro gradu -töissä. Esimerkiksi Virva Karttunen (2018) on haastatellut lisensiaatintyössään toimeentulo-ongelmia kokevia vanhempia, jotka sairastavat jotakin mielenterveyden häiriötä. Karttusen haastattelujen perusteella köyhyyteen liittyy häpeää, joka ilmenee esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden välttelemisenä sekä hankaluutena puhua taloudellisista ongelmista.

Tutkimukseni tarkoituksena on lisätä ymmärrystä köyhyydessä elävien ihmisten häpeän kokemisesta sekä tietoisuutta häpeän moninaisista vaikutuksista. Aihe on tärkeä myös yhteiskunnallisesta näkökulmasta huomioiden erilaiset palvelunkäyttäjät osana palvelujärjestelmää. Tutkimuksen teoreettisina lähtökohtina ovat suomalainen köyhyys ja köyhyyuskäsitykset. Tutkimuksen alussa käsittelen köyhyyttä ja siihen liittyvää aiempaa tutkimusta. Sen jälkeen käsittelen tutkimuksen toista keskeistä käsitettä häpeää ja sen lähi-käsitteitä. Tämän jälkeen esittelen tutkimuksen toteuttamistapaa, kerronnallista lähestymistapaa. Tutkimuksen toteuttamisosion jälkeen siirryn aineiston analyysiin. Analyysimenetelmänä olen käyttänyt teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä pohjautuen häpeään liittyvään tutkimuskirjallisuuteen. Esittelen tutkimustuloksia luvussa viisi. Lopuksi kokoan yhteen tutkimuksen kannalta keskeisiä huomioita sekä jatkotutkimustarpeita.

2 Köyhyys tutkimuksen perustana

2.1 Köyhyden määrittelyä

Toimeentulominimeistä, köyhyysrajoista ja köyhyyden eri määritelmistä on kehitetty useita mittareita ja tulkintatapoja viime vuosisadalta lähtien anglosaksisissa sekä useissa Länsi-Euroopan maissa (Virkkunen 2010, 13). Yleisesti kun puhutaan köyhyydestä, voidaan erottaa äärimmäinen eli absoluuttinen köyhyys sekä suhteellinen köyhyys. Absoluuttisen köyhyyden käsitettä käytetään tilanteissa, joissa ihmiset eivät kykene tyydyttämään perustarpeitaan. (Moisio 2006, 639–640.) Tämänkaltaista köyhyyttä on erityisesti kehitysmaiden alueilla, joissa eletään alle 1,9 dollarilla päivässä. Äärimmäiseen köyhyyteen liitetään puute ruuasta, vaatteista, puhtaasta vedestä, kodista ja koulutusmahdollisuuksista. (ks. esim. Eskelinen & Sironen 2017, 4–5.) Absoluuttisesta köyhyydestä kärsivistä voidaan puhua Euroopassa erityisen haasteellisessa elämäntilanteessa olevien, kuten asunnottomien tai huumeita käyttävien ihmisten kohdalla (Saari 2015, 169). Suomessa köyhyyden katsotaan kuitenkin olevan pääasiassa suhteellista. Mikäli ihmisellä tai kotitaloudella ei ole mahdollisuutta saavuttaa yleisesti hyväksyttäväksi katsottua elintasoja yhteiskunnassa taloudellisten resurssien vuoksi, voidaan puhua suhteellisesta köyhyydestä. (Mukkila ym. 2019, 80–81.) Suhteellinen köyhyys voidaan määritellä muodostuvan sekä alhaisista resursseista että heikoista elinoloista (Moisio 2004, 342). Niukat taloudelliset resurssit heikentävät myös mahdollisuuksia osallistua sekä elää normaalia elämää (Eskelinen & Sironen 2017, 4–6).

Köyhyyttä käsiteltäessä voidaan erottaa myös aineellinen ja aineeton köyhyys. Aineellisella köyhyydellä tarkoitetaan materialistista ja taloudellista puutetta, joka ilmenee esimerkiksi asumisen, lääkkeiden ja laskujen maksamisen vaikeutena (Heflin ym. 2011, 223, 227). Heidi Kaartinen (2015) on käsitellyt pro gradu -työssään aineetonta köyhyyttä. Kaartinen kuvaa aineettoman köyhyyden olevan yksilön selviytymisen kokemukseen ja hyvinvointiin vaikuttava ilmiö, johon vaikuttavat elämän tapahtumat ja kokemukset. Aineeton köyhyys liittyy yksilön kokemuksiin itsestä ja omista voimavaroista, mahdollisuuksista toimia sekä suhteesta muihin ja ympäröivään yhteiskuntaan. (mt., 88.) Esimerkiksi osattomuuden ja arvottomuuden tunteet liittyvät aineettomaan köyhyyteen (Isola 2016, 596–597). Gia Virkkunen (2010, 260) toteaa köyhyyden olevan aineellisen ja aineettoman puutteen lisäksi kokemusta yhteiskunnallisesta rakenteellisuudesta. Rakenteellisuuden taustalla vaikuttavat köyhyyteen liittyvät mielikuvat ja käsitykset.

Rakenteellisuus näkyy poliittisina ja taloudellisina päätöksinä ja vaikuttaa esimerkiksi kulttuuriin, käytäntöön ja viranomaisten puheeseen. (mt., 260.)

Puhuttaessa köyhydestä tai pienituloisuudesta Suomessa, voidaan tarkastella myös perusturvaetuuksien varassa elämistä. Perusturvaetuuksilla tarkoitetaan vähimmäismääräisiä työttömyysetuuksia, sairaus- ja vanhempainpäivärahaa, Kelan kuntoutusrahaa, vammaistukea, eläkkeitä, kotihoidon tukea, opintotukea, elatustukea, lapsilisää, toimeentulotukea sekä täydentäviä asumistukia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen perusturvan riittävyyden arviointiraportin 2015–2019 mukaan perusturvan taso ei riitä kattamaan kohtuulliseksi katsottua kulutustasoa. Erityisesti tämä koskee työttömyysetuuden sekä sairaus- ja vanhempainpäivärahan saajia. Lisäksi tämä liittyy kotihoidontuen sekä opintorahan saajiin huomioimatta opintolainan osuutta. Vuonna 2020 perusturvaetuuksien varassa eli 261 500 ihmistä. (THL 2019, 94–95; Tilastokeskus 2021.)

Yksi köyhyteen liittyvissä keskusteluissa käytetty käsite on huono-osaisuus. Aineellisiin resursseihin pohjautuva köyhyys on yksi osa-alue, joka ilmentää taloudellista huono-osaisuutta, mutta köyhyys itsessään ei tarkoita sitä, että yksilö olisi huono-osainen (Saari 2015, 161–162). Huono-osaisuudessa on kyse hyvinvoinnin vajeista usealla eri elämänalueella (Laihiala 2018, 30) ja tämän vuoksi huono-osaisuuden käsite ei sovellu yksinään köyhyden tutkimiseen (Virkkunen 2010, 13). Huono-osaisuutta voidaan tarkastella elintason, elämänlaadun ja elintapojen kautta, mitkä heikentyessään muodostavat yhdessä huono-osaisuuden kentän (Saari ym. 2020, 17–18). Elintasolla tarkoitetaan kotitalouden käytettävissä olevia tuloja ja palveluita. Viimesijaiset etuudet ja eriytyneet palvelut heikentävät yksilön mahdollisuuksia tehdä valintoja. Alhaisen elintason vuoksi suurin osa yksilön tuloista menee perustarpeiden täyttämiseen. Elämänlaadulla tarkoitetaan ihmisen näkemystä ja kokemusta omasta elämäntilanteesta, hyvinvoinnista sekä terveydestä. Elämänlaatua ja osallisuutta heikentävät jatkuvasti hankaloitunut taloudellinen tilanne sekä alhainen yhteiskunnallinen status. Tähän voi sisältyä myös yksinäisyyden, näkymättömyyden sekä ulossulkemisen kokemuksia. Elämäntavoilla puolestaan tarkoitetaan toistuvaa toimintaa, tekemistä sekä elämänhallintaa, mitkä muodostavat arjen rakenteet. Arjen rakenteiden heikentyminen tai puuttuminen sekä esimerkiksi riippuvuudet heikentävät yksilön toimintakykyä arjessa. (Saari 2015, 38–39; Saari ym. 2020, 17–18.)

Yksi näkökulma tarkastella köyhyyttä on myös objektiivinen ja subjektiivinen köyhyys (Roivainen ym. 2011, 9; Laihiala 2018, 31), josta jälkimmäiseen keskityn omassa tutkimuksessani. Juho Saari (2015, 73–74) jäsentää objektiivisen elintason mittaamisen liittyvän asumisolojen, koulutustason, työttömyyden keston sekä erilaisten palveluiden ja

tulonsiirtojen laadun ja saatavuuden havainnoimiseen. Subjektiiivisuus puolestaan pohjautuu yksilön omiin kokemuksiin elämänlaadusta ja köyhyydestä. (mt., 73–74.) Köyhyyden subjektiivisuutta tutkimukseni näkökulmasta avaan tarkemmin luvussa neljä.

2.2 Miten köyhyyttä mitataan?

Köyhyydetutkimuksen saralla on ollut pitkään erimielisyyttä siitä, miten köyhyyttä tulisi mitata (Mäkinen 2017, 153). Köyhyyden mittaamisessa tulee ensinnäkin huomioida köyhyysrajan määrittely, talousyksikkö jolla köyhyyttä mitataan sekä köyhyysindikaattori (Kauhanen ym. 2020, 7). Suomessa ei ole virallista köyhyysrajaa, joka tekee köyhyyden mittaamisesta osaltaan hankalampaa. Tilastokeskus määrittelee pienituloisuuden rajaksi sen, kun kotitalouden nettotulot ovat pienemmät kuin 60 prosenttia väestön mediaanituloitasosta. Tätä voidaan pitää myös suhteellisen köyhyysriskin rajana. Luku on yhtenäinen Euroopan unionin määrittelemän rajan kanssa. (Eskelinen & Sironen 2017, 4–6; Mukkila ym. 2019, 81.)

Köyhyysriskimittaria voidaan kuitenkin pitää ongelmallisena, koska se ei huomioi kotitalouden tulojen ja tarpeiden suhdetta (Mäkinen 2017, 153). Samaa toteavat Susanna Mukkila ym. (2019, 81–82) tutkimuksessaan. Heidän mukaansa pienituloisuusrajan tarkastelu ei ole ongelmattonta, koska se ei huomioi riittävästi yleisessä tulotasossa tapahtuvia muutoksia eikä kohtuuttomia asumiskustannuksia. Tämän vuoksi Mukkila kumppaneineen ovat luoneet minimibudjettitasot eri kotitalouksille, jotka huomioivat myös asumiskustannukset osana kuukausimenoja sekä tuloja saavan iän ja elämänvaiheen. Mukkila kumppaneineen toteavatkin, että köyhyyttä on tarpeen tarkastella useamman mittarin avulla. (mt., 81–82, 90.) On myös huomioitava, että objektiivisesta näkökulmasta ihmisellä saattaa olla huono taloudellinen tilanne, mutta ihminen ei kuitenkaan välttämättä koe itseään köyhäksi. Köyhyyden subjektiivisuutta kartoitetaankin usein sillä, pitääkö tutkimukseen osallistuva itseään köyhänä. Tarkoituksena on selvittää, miten ihmiset kokevat taloudellisen tilanteensa ja siihen liittyvät vaikeudet. Köyhyyden subjektiivisen kokemuksen tutkiminen ei ole yksinään riittävä tapa köyhyyden mittaamiseksi, mutta se tuo esiin köyhyyden ulottuvuuksia ja laajuutta yhteiskunnassa. (Kangas & Ritakallio 2008, 15.)

Köyhyyden mittaustavat voidaan jaotella epäsuoriin, suoriin ja yhdistelmäkriteerit täytäviin lähestymistapoihin (Kangas & Ritakallio 2008, 7). Esimerkiksi suhteellinen

tuloraja, poliittishallinnollinen tuloraja ja deprivatiostandardi sisältyvät epäsuoriin lähestymistapoihin, kun taas subjektiivinen näkökulma ja suhteellinen kulutusmenoraja suoriin lähestymistapoihin. Yhdistelmäkriteereistä puhuttaessa köyhyyttä voidaan käsitellä kaksoisehtojen toteutumisen kautta. Köyhyyteen liittyvillä kaksoisehdoilla tarkoitetaan sosiaalisen toimintakyvyn rajoittuneisuutta, joka johtuu taloudellisten resurssien puutteesta ja näkyy esimerkiksi toimeentulotukiasiakkuutena. Sosiaalinen toimintakyvyn rajoittuneisuus näkyy arkielämässä, kuten ruuan, liikkumisen ja vapaa-ajan vieton mahdollisuuksissa. (mt., 3, 16.) Köyhyyttä voidaan mitata myös pitkittäistutkimuksella, jolloin köyhyyttä kartoitetaan laajempaan ajanjaksona (Moisio 2004, 341). Moisio mukaan esimerkiksi pelkästään huomioimalla kuinka suuri osa väestöstä elää köyhyysrajan alapuolella yksittäisenä ajankohtana, antaa köyhyydestä suppean kuvan. Silloin kun tarkastellaan köyhyyden pitkittäistä rakennetta, voidaan huomioida sen todennäköisyyttä, toistuvuutta ja kestoa. (mt., 341, 346, 355.)

Saaren (2017, 16, 25) mukaan silloin kun puhutaan pitkäaikaisesta viimesijaisiin etuuksiin turvautumisesta, voidaan puhua sosiaaliturvariippuvuudesta. Tämä liittyy erityisesti työikäisiin ja -kykyisiin ihmisiin, joita ei ole rajattu työmarkkinoiden ulkopuolelle esimerkiksi eläkkeen vuoksi. Saari täsmentää sosiaaliturvariippuvuudella tarkoitettavan siihen liittyviä sosiaalisia mekanismeja, ei ihmisiä. Sosiaaliturvariippuvuus liittyy viimesijaisista sosiaaliturvaan kuuluvista etuuksista erityisesti toimeentulo-, asumis- ja työmarkkinatukeen niiden käyttäjämäärien sekä niihin kohdennettujen varojen vuoksi. (mt., 24–25.) Viimesijaisista etuuksista toimeentulotuki on etuus, jolla ihmisille turvataan välttämätön perusturvan taso esimerkiksi ruuan, vaatteiden ja hygieniavälineiden hankintaan. Perustoimeentulotuki on tarkoitettu etuudeksi silloin, kun muut tulonlähteet eivät riitä kattamaan perustarpeiden täyttämistä (Kangas & Ritakallio 2008, 16). Historiassa ennen toimeentulotukea heikoimmassa asemassa oleville tarjottiin köyhäinapua ja sittemmin huoltoapua, kunnes se muutettiin toimeentulotueksi vuonna 1984 (Korpela ym. 2020, 9). Köyhäinapu ja huoltoapu kohdistuivat kuitenkin melko marginaaliselle joukolla, kun taas nykyisin toimeentulotukea saa heterogeenisempi joukko (Kallio ym. 2020, 255). Yksi näkökulma köyhyyden mittaamiseen onkin kartoittaa perustoimeentulotukeen turvautuvien ihmisten määrää (Saari ym. 2020, 76).

2.3 Suomalaiseen köyhyyteen liittyvä aiempi tutkimus

Suomalaista köyhyyttä on tutkittu pitkään ja laaja-alaisesti, kuten jäljempänä asiaa käsitelen. Tässä luvussa esiin nostamani tutkimukset koostavat osaa aiheeseen liittyvästä tutkimuksesta. Virkkunen (2010) tutki 1930-luvun köyhyyttä sekä aineellisella että aineetomalla tasolla, kohdistuen pääasiassa taloudellisten resurssien puutteeseen sekä kielteiseen ajattelutapaan köyhyydestä, jonka hän yhdistää toiseuteen. Tutkimuksen mukaan aineellinen köyhyys näkyi esimerkiksi ruuan ja vaatteiden puutteena, kun taas aineeton köyhyys liittyi köyhyyden kokemuksen tunteeseen. Aineeton köyhyys sisälsi myös toiseuden kokemuksia, jotka näkyivät esimerkiksi köyhäinavun hakemisessa. Köyhyyteen liitettiin käsitys huonoista ja kelvottomista kansalaisista. Köyhiä ihmisiä pidettiin yhteiskunnan varoilla elävinä ihmisinä, joilla ei ollut kunniaa eikä kunnollisuutta. Työn tekemisen ja omillaan toimeen tulemisen kulttuuri näkyi suomalaisessa kulttuurissa jo silloin. (mt., 223, 261–265.)

Suomalaisen köyhyystutkimuksen varsinainen aikakausi alkoi 1980-luvun lopulla (Kangas & Ritakallio 2003, 7). Esimerkiksi Matti Heikkilä (1990) tutki laajan empiirisen aineiston avulla suomalaista köyhyyttä sekä huono-osaisuutta 1980-luvun loppupuolella. Tutkimuksessaan Heikkilä tarkasteli muun muassa köyhien määrää, köyhyyden laajuutta ja riskitekijöitä sekä huonojen elinolojen kasautumista. (mt.) Ensimmäisten köyhyystutkimusten valossa Suomen tilanteen nähtiin olevan hyvä verrattuna muihin maihin. 1990-luvun lama toi esiin köyhyyden laajuutta ja esimerkiksi ruokapankit alkoivat olemaan yhä useammin esillä. 2000-luvun alussa julkaistujen tilastojen mukaan tuloerot olivat kasvaneet huomattavasti 1990-luvun jälkimmäisellä puolella. Myös tuloköyhyys oli alkanut lisääntymään. Julkisessa keskustelussa huomio alkoikin kiinnittymään ensisijaisesti tuloköyhyyteen, jolloin suhteellisen köyhyyden käsite jäi varjoon. (Kangas & Ritakallio 2003, 7–10.)

Arttu Kauhanen ym. (2020) tutkivat suhteellista köyhyyttä ja sen kehittymistä Suomessa huomioiden vuosien 1990–2017 välistä ajanjaksoa. Tutkimuksen mukaan suhteellinen köyhyys on lisääntynyt 1990-luvun puolivälistä vuoteen 2007 saakka. Tämän jälkeen köyhyyssasteet ovat jääneet hieman vuoden 2007 alle tai samalle tasolle. Köyhyys ja tuloerot eivät ole kasvaneet merkittävästi köyhien välillä, mutta sen sijaan köyhyysriskit ovat kaksinkertaistuneet tarkasteluajanjakson aikana. Tutkimuksessa todetaan köyhyysriskin olevan suurempi työttömien, muiden työelämän ulkopuolella olevien, yrittäjien

sekä eläkeläisten keskuudessa. Köyhyysriskien kasvamista voidaan selittää erityisesti pitkittyneen köyhyyden kasvulla. (mt., 26–27.)

Sosiaalipolitiikan pohjimmaisena tavoitteena on joko vähentää tai poistaa köyhyyttä (Kangas & Ritakallio 2003, 35). Se miten paljon köyhyyttä ja huono-osaisuutta on, voidaan nähdä kysymyksenä sosiaalipolitiikan onnistumisesta (Heikkilä 1990, 220). Koska köyhyys on yksi sosiaalipolitiikan kohteista, aihetta on tutkittu monin tavoin kyseisellä tieteenalalla. Tutkimus on keskittynyt muun muassa köyhyyden kokonaisvaltaiseen tarkasteluun, huomioiden köyhyyden laajuutta, profiilia, riskiryhmiä ja hyvinvointivaltion köyhyysvaikutuksia. Myös sosiaalinen ja kulttuurinen näkökulma on huomioitu ja aiheen laajemmaksi hahmottamiseksi myös ihmisten omia kokemuksia köyhyydestä on otettu huomioon. (Virkkunen 2010, 13.)

Köyhyyttä on tutkittu myös esimerkiksi ylisukupolvisuuden näkökulmasta. Tutkimuksissa on todettu, että lapsuudenajan toimeentulon vaikeudet ovat yhteydessä myös aikuisiän köyhyyteen. Todennäköisyys toimeentulotuen hakemiselle on kaksinkertainen, jos lapsuudenperheessä on haettu toimeentulotukea. Köyhyyden näkökulmasta perhetaustan merkitys on kasvanut ja se vaikuttaa myös eriarvoistumiseen. (Airio & Niemelä 2002, 224; Vauhkonen ym. 2017, 509; Saari ym. 2020, 74–76.) Eroavaisuudet köyhien ja toisen polven köyhien kesken näkyvät erityisesti koulutustason ja työllisyyden kohdalla, jotka ovat toisen polven köyhillä matalammat (Airio & Niemelä 2002, 224; Airio & Niemelä 2009, 14–15). Työttömyys ja työmarkkinoihin liittyvä epävarmuus ovat keskeisiä tekijöitä köyhyyden taustalla ja sen ylisukupolvisessa siirtymisessä (Vauhkonen ym. 2017, 509; Saari ym. 2020, 74–76). Erityisesti köyhyys siirtyy ylisukupolvisesti miehille (Airio & Niemelä 2009, 15).

2.4 Köyhyyteen liittyvät käsitykset

Tutkimuksessani yksi taustateoreettinen näkökulma on suomalaiset köyhyyskäsitykset. Köyhyyteen liittyy monenlaisia käsityksiä historiasta aina tähän päivään saakka. Köyhyyteen ja sosiaaliturvariippuvuuteen liittyen on käyty keskusteluja niin poliitikkojen taholta kuin laajemminkin kansalaisten keskuudessa (Saari 2017, 14). Virkkunen (2010, 19, 223) toteaa, että Euroopassa köyhiin on suhtauduttu kaksijakoisesti vuosisatojen ajan. Köyhyyttä on rinnastettu esimerkiksi toiseuteen, erilaisuuteen ja poikkeavuuteen. Köyhiä on pidetty stigmatisoituneina, toisinaan sääliä herättävinä ja toisinaan tuomittavina.

Virkkunen kuvaa köyhiin liittyvää toiseutta käsitteellä ”köyhä toinen.” Toiseuden käsite kuvaa valtaa ja vallankäyttöä, erottelua meidän ja muiden välillä. (mt., 223.)

Eija Stark (2011, 110–112) on puolestaan käsitellyt tutkimuksessaan suomalaista köyhyyden kulttuuria 1800- ja 1900-luvulla elämäkertojen ja sananlaskujen kautta, joka myös todentaa erottelua ”meidän” ja ”muiden” välillä. Työnteon eetos ja työn tekemiseen liittyvä kunnia ovat olleet vahvasti osa kulttuuria. Historiassa näkemykset toisista ihmisistä ovat keskittyneet omaisuuteen, kuten rahan, karjan ja tilusten määrään. Vauraus ja omistaminen ovat olleet ihmisiä sosiaalisesti luokittelevia tekijöitä. Kansa on jaettu herroihin ja rahvaisiin, eli rikkaisiin ja köyhiin. Herroja ja rahvaita on eroteltu fyysisesti ilmenevien asioiden perusteella, mutta myös puheen kautta. Herroilla katsottiin olevan korkeampi asema ja eri oikeuksia, mitä rahvailla. Köyhät kuuluivat vähiten arvostettuihin ihmisiin yhteisöissään. Vaikka myöhemmin hyvinvointi ja koulutusmahdollisuudet lisääntyivät ja myös taloudelliseen tilanteeseen liittyvät kategoriat alkoivat hajoamaan, mielen käsitykset eivät silti muuttuneet. (mt., 110–112.)

Saari ym. (2017) tutkivat ”sosiaalipummeista” sekä työttömien työhalukkuudesta käytyjä keskusteluja vuosien 2001–2015 välillä Suomi24-keskustelupalstalla. Teemat, jotka keskusteluista nousivat esiin, liittyivät työvelvoitteeseen, etuuksien käyttöön ja leikkaamiseen, elämäntapaan, päihteiden käyttöön sekä turhana pidettyyn valittamiseen. Keskusteluissa työttömiä ja toimeentulotuella olevia ihmisiä vaadittiin pakko- tai velvoitetöihin. Keskustelijoiden mukaan vastikkeettomia etuuksia ei tulisi olla, tai niistä pitäisi leikata osa pois. Etuudet koettiin suuriksi ja helposti saataviksi ja tästä syytettiin sekä hyvinvointivaltiota että yksilöitä. ”Sosiaalipummien” katsottiin tehneen valinta omasta elämäntavasta, jolloin heidän ei katsottu olevan oikeutettu tukeen. Sosiaaliturvalla elämiseen liitettiin vastuuttomuus, loisiminen ja yhteiskunnan kuormittaminen. Erityisesti nuorten miesten kohdalla keskusteltiin veronmaksajien rahoilla elämisestä. Alkoholinkäytön tulokittiin liittyvän ”sosiaalipummien” elämään ja keskusteluissa viitattiin julkisilla paikoilla istuviin alkoholia käyttäviin ihmisiin. Turhaan valittamiseen liittyen tuotiin esiin keskusteluja työelämän laadusta sekä alhaisista palkoista ja etuuksista. Turhan valittamisen sijaan ehdotettiin muun muassa töihin menemistä. (mt., 216–224.)

Olli Kangas & Jaana Sikiö (1996, 129) toteavat, että sosiaalipolitiikan historiassa on keskusteltu vuosia ”kunnollisista köyhistä” ja ”kelvottomista köyhistä.” Muun muassa vammaiset ja vammaiset ovat katsottu ”hyviksi” köyhiksi ja oikeutetuksi avun saamiseen, kun taas sellaiset ihmiset, joiden on katsottu aiheuttaneen tilanteensa omilla valinnoilla, ”huonoiksi.” Aiheen ympärillä on käyty keskusteluja siitä, ovatko avunhakijat todellisuudessa

avun tarpeessa. (mt., 107–108.) Juho Saari ja Sakari Kainulainen (2018, 310) toteavat, että vaikka suomalaisessa politiikassa puhutaan ”samassa veneessä olemisesta”, ei se sitä tosiasiallisesti ole, jos tarkastellaan esimerkiksi vaikutusvaltaa sekä ihmisten suhtautumista eri väestöryhmiin. Joitakin suhtautumiseen liittyviä muutoksia on kuitenkin tapahtunut. Kallion ym. (2020, 255) tekemän tutkimuksen mukaan esimerkiksi toimeentulotuen hakemisen ansaitsevuuteen liittyvät mielipiteet ovat muuttuneet positiivisemmiksi. Väittämään koskien toimeentulotuen hakemiseen liittyvää laiskuutta, vuonna 2012 vastaajista 32 prosenttia oli väittämän kanssa samaa mieltä, kun taas vuonna 2018 näin ajatteli 13 prosenttia vastaajista. Kallio kumppaneineen pohtivat, että toimeentulotukijärjestelmän muutokset sekä keskustelut toimeentulotuen siirrosta ovat saattaneet osaltaan tukea kansalaisten asenteiden muutoksia. (mt., 255.)

3 Häpeän näkökulma

3.1 Mitä häpeä on?

Häpeä on itsetietoinen tunne, joka kuuluu ihmisen normaaliin kehitykseen kehityspsykologiassa. Ensimmäisten kuukausien aikana lapsi alkaa tuntemaan erilaisia tunteita. Lähellä kahdeksan kuukauden ikää lapsella alkaa olemaan jo ilmeisiä ensisijaisia tunteita, kuten iloa ja surua. Noin puolitoistavuotiaalla lapsella alkaa olemaan kapasiteettia itsetietoisiin tunteisiin. (Lewis 2003, 1191–1192.) Itsetietoisissa tunteissa ”itse” on tunteiden kohde. Moraaliset itsetietoiset tunteet antavat ikään kuin itselle palautetta silloin, kun ihminen tekee jotakin ei-hyväksyttävää tai väärää. Tämä voi ilmetä esimerkiksi häpeän tai syyllisyyden tunteiden kautta. (Tangney ym. 2007, 346.)

Ihmisten aiemmat kokemukset, odotukset, toiveet ja tarpeet vaikuttavat siihen, millä tavoin erilaisiin tapahtumiin ja tilanteisiin reagoidaan. Tämän vuoksi ei voida määritellä tarkkaan, minkälaisen ärsykkeiden tai käyttäytymisen tapojen seurauksena tietynlainen tunne syntyy. Häpeä on erilainen tunne verrattuna ensisijaisiin tunteisiin kuten suruun, koska se syntyy itsereflektion kautta. (Lewis 2003, 1181, 1187.) Tietoisuus ei kuitenkaan yksinään riitä, vaan ihmisen on myös oltava tietoinen yleisistä ihanteista, standardeista ja säännöistä sekä omasta käyttäytymisestä suhteessa niihin. Standardit liittyvät käyttäytymiseen, ajatteluun ja toimintaan, jota kulttuuri määrittää ja joita esimerkiksi lapsina on opittu suorasti tai epäsuorasti. Standardit ja niiden merkitys voivat myös muuttua elämän aikana (mt., 1191–1196.) Sen lisäksi että häpeä on itsetietoinen tunne, se on sosiaalinen tunne. Sosiaalisten tunteiden avulla ihminen saa palautetta sekä omasta että muiden paikasta sosiaalisen ryhmän sisällä (Douglas Creed ym. 2014, 279).

Häpeä on yksi vaikeimmista tunteista käsitellä sekä ymmärtää. Häpeä on yksilöön liittyvä tunne, joka aiheuttaa paljon tuskaa sen kokijalle. Tunne syntyy, kun ihminen ei koe tulevansa nähdyksi sellaisena kuin haluaa tai kun ihminen vertaa itseään muihin. Häpeä koetaan usein vastenmieliseksi kokemukseksi, johon liittyy alemmuuden, arvottomuuden ja ulkopuolisuuden tunnetta suhteessa muihin ihmisiin. Häpeässä ei kuitenkaan ole pelkästään kyse alemmuuden tunteesta, vaan se sisältää myös jonkinlaisen käsityksen omasta paikasta tai asemasta. Paikkaan tai asemaan sisältyy negatiivisia ominaisuuksia. Häpeää kokiessa ihminen vertaa itseään joko omaan tai jonkun muun yleiseksi tai normaaliksi määriteltyyn. Tämä edellyttää tietoisuutta häpeän tilasta, mutta häpeä voi syntyä myös

tiedostamatta. Häpeää on olla maailmassa sellaisena kuin ei halua olla. (Lewis 2003, 1181, 1187; Gilbert 1998, 18; Gilbert & McGuire 1998, 99; Myllyviita 2021a, 21–22.)

Häpeä on usealla tavalla tarpeellinen tunne (Maanmieli 2019, 29). Hyvänlaatuisen häpeän avulla ihmisen on mahdollista suojata minuutta ja oppia huolehtimaan muista ihmisistä. Häpeän kautta ihminen oppii tunnistamaan omia rajojaan ja saa tuntea olevansa epätavallinen. Häpeä myös suojelee hankalilta tilanteilta. Pahanlaatuinen häpeä puolestaan voi lamaannuttaa ja aiheuttaa esimerkiksi itsetuhoisia ajatuksia. (Reenkola 2018, 26; Malinen 2012, 88–89, 182–183.) Malinen (2012) puhuu elämää kahlitsevasta häpeästä silloin, kun häpeästä tulee osa identiteettiä. Häpeän ollessa osana sisäistä minuutta, se rajoittaa sosiaalista kanssakäymistä sekä ihmisen kasvua ja kehitystä. (mt., 90–91.)

Brené Brownin (2006) tutkimuksessa käsiteltiin naisten häpeän kokemuksia häpeän resilienssiteorian näkökulmasta. Tutkimustulosten perusteella naisten häpeän tunteet voitiin jakaa kolmeen pääluokkaan. Pääluokat olivat loukkuun jääminen, voimattomuus sekä eristyminen. Loukussa olemiseen sisältyy toisten ihmisten luomat odotukset samalla, kun yksilöt kokevat vaihtoehdonsa vähäisiksi. Voimattomuuteen liittyy omat mahdollisuudet saada aikaan muutoksia. Eristyminen puolestaan syntyy loukkuun jäämisen ja voimattomuuden seurauksena. (mt., 43–46.) Myös June Tangney ym. (2007, 349) toteavat, että häpeään liittyy usein kokemus voimattomuudesta, kutistumisesta tai pienuudesta.

Molly Shaughnessyn (2018) tekemän kirjallisuuskatsauksen mukaan häpeään liittyvässä tutkimuskirjallisuudessa korostuvat kolme pääteemaa, jotka ovat häpeään liittyvä kykenemättömyys tai hallitsemattomuus, häpeän vaikutus yksilön identiteettiin sekä häpeän ilmeneminen näkyvänä ja näkymättömänä tunteena. Kun ihminen kokee olevansa tarpeeton tai poikkeava ja samalla sen ei koeta olevan yksilön hallittavissa, häpeää voi olla vaikea paeta. Ihminen tyypillisesti ajattelee, miten muut voivat tuomita hänet eri tilanteissa, joissa häpeä voi tulla esiin. Ihmiset yrittävät myös piilottaa niitä ominaisuuksia, joilla heidät identifioidaan ja jotka aiheuttavat arvottomuuden tunnetta. Leimautuminen joksikin tai jonkinlaiseksi lisää ja vahvistaa häpeää. (mt., 87–93.)

Häpeä on samalla sekä nähty että näkymätön tunne. Häpeän epäselvä luonne vaikuttaa osaltaan siihen, miksi se on suhteellisen näkymätön ja häpeään liittyvä stigma tukee sen pysymistä piilossa. Vaikka yksilöt oppivat tunnistamaan häpeän varhaisessa vaiheessa, jää se monella tapaa edelleen näkymättömäksi. (Shaughnessy 2018, 89.) Kulttuurinen häpeän tabu koskee sekä yksilöitä, yhteiskuntaa että tutkimusta. Häpeästä kertomisen sijaan yksilöt valitsevat mieluummin vaikenemisen. Häpeästä puhumisen vältteleminen on niin

vahvaa, että ihmiset eivät myöskään välttämättä tunnista häpeän tunteita. Häpeä kuitenkin säilyy ja tulee myöhemmin näkyväksi. (Shaughnessy 2018, 89–90.) Tätä osoittaa myös Ben Malisen (2010) tutkimus, jossa Malinen tutki suomalaista häpeää ja häpeäalttiutta. Tutkimuksessa Malinen jakoi häpeää kokevat ihmiset kolmeen kategoriaan, jotka voidaan suomentaa kategorioiksi ”painijat”, ”selviytyjät” sekä ”terveen häpeän hallitsevat.” Painijoilla on toistuvaa sisäistä häpeää ja häpeäalttiuden kokemuksia. Tätä ei kuitenkaan välttämättä tunnisteta varsinaiseksi häpeäksi, vaan saatetaan puhua esimerkiksi syyllisyydestä tai riittämättömyydestä. Häpeä on kuitenkin muodostunut osaksi persoonallisuutta ja heikentää itsetuntoa. Selviytyjien Malinen kuvaa olevan jollakin tasolla tietoisia häpeästään, vaikka eivät sitä häpeänä sanottaisikaan. Selviytyjillä häpeä ei ole sisäistynyttä ja heillä on näennäisesti hyvä itsetunto. Selviytyjät saattavat kokea sisäistä riittämättömyyttä, mutta pystyvät pitämään tämän tunteen suurimmaksi osaksi poissa. Terveen häpeän hallitsevat ihmiset puolestaan estävät häpeän tunteen nousemista tietoisuuden tasolle. (mt., 6, 194–195.) Häpeää voidaan kokea ja näyttää monella eri tavalla, mikä on tärkeä huomioida myös tämän tutkimuksen tuloksia käsiteltäessä.

3.2 Sisäinen ja ulkoinen häpeä

Häpeä voi olla joko sisäistä (henkilökohtaista), ulkoista (sosiaalista) tai näihin molempiin keskittyvää häpeää (Gilbert 1998, 17; Myllyviita 2021a, 21). Vaikka sisäinen ja ulkoinen häpeä voidaan erottaa toisistaan, sisältävät ne samat ydinpiirteet alempiarvoisuudesta tai riittämättömyydestä, tuomitsevuudesta, tyhjyydestä sekä syrjäytymisestä (Ferreira ym. 2020, 2–4). Sisäinen häpeä liittyy itseä koskeviin tunteisiin. Se on sisäistä ristiriitaa omasta itsestään, jos ei koe voivansa täyttää sisäisiä ihanteitaan (Reenkola 2018, 26). Häpeän kokemukseen voi liittyä esimerkiksi kokemus omasta riittämättömyydestä, virheellisyydestä ja arvottomuudesta. Sisäinen häpeä on myös usein automatisoitunutta. (Myllyviita 2021a, 21; Myllyviita 2021b.) Sisäiseen häpeään sisältyy lisäksi tuomitsevuus sekä kriittisyys itseään kohtaan. Sisäistä häpeää kokiessa yksilö saattaa kokea myös olevansa eristetty tai erillinen omasta ystäväpiiristä. (Ferreira 2020, 2–3.)

Ulkoinen häpeä liittyy puolestaan häpäistyksi tulemiseen. Ulkoista häpeää kokevan häpeä liittyy siihen, miten muut ihmiset hänet näkevät ja minkälaisia tunteita hän herättää muissa ihmisissä. Ulkoinen häpeä vahvistuu sosiaalisissa tilanteissa. (Myllyviita 2021a, 21; Myllyviita 2021b.) Ulkoista häpeää kokeva yksilö ajattelee, että toiset ihmiset pitävät

muita huonompana eikä tämä täytä muiden standardeja. Yksilöllä saattaa olla kokemus, että muut myös erkaantuvat tästä tai sulkevat ulkopuolelle erilaisista tilanteista. Ulkoiseen häpeään liittyy myös kokemus muiden ymmärtämättömyydestä. Ulkoista häpeää tunteva saattaa kokea olevansa hyödytön tai epäkiinnostava muiden silmissä ja uskoa, että toiset ihmiset arvostelevat ja ovat pettyneitä häneen. (Ferreira ym. 2020, 2–3.)

Häpeän kokemus alkaa ulkoisesta häpeästä ja altistaa myöhemmin myös sisäiselle häpeälle. Jos yksilö kokee pitkäaikaisesti ulkoista häpeää, hän alkaa uskoa olevansa vääränlainen ja viallinen. Ihmisen kokiessa sisäistä häpeää, aktivoitumiseen ei tarvita sosiaalista ympäristöä. (Myllyviita 2021a, 21, 61; Myllyviita 2021b.) Sekä ulkoista että sisäistä häpeää kokeva ihminen näkee itsensä sellaisena, miten hän ajattelee muiden näkevän itsensä. Tällöin ihminen kokee muun ympäristön kääntyvän itseään vastaan. (Myllyviita 2021a, 21; Myllyviita 2021b.)

Lewis (2003, 1187) jäsentää häpeän tunteeseen liittyvän useimmiten neljä piirrettä. Ensimmäinen piirre liittyy haluun paeta tai kadota. Toinen piirre liittyy negatiivisiin tunteisiin, kuten kipuun, vihaan ja epä mukavuuteen. Kolmas piirre liittyy siihen, että ihminen kokee olevansa riittämätön ja arvoton suhteessa itseän. Neljäs piirre liittyy subjektina ja objektina olemiseen: sekä häpeän kohteena olemiseen että häpeän kokemiseen. (mt., 1187.) Kuten Lewisin jäsentämät piirteet osoittavat, sisäistä ja ulkoista häpeää voi myös olla vaikea erottaa toisistaan, koska häpeään sisältyy monesti kumpikin ulottuvuus.

3.3 Häpeän lähikäsitteet

Häpeään liittyy muutamia lähikäsitteitä, jotka sekoittuvat toisinaan varsinaiseen häpeän käsitteeseen. Näitä ovat muun muassa syyllisyys, nöyryytys, hämmennys ja nolostuminen. Lähikäsitteiden ymmärtäminen on häpeän tutkimisen kannalta tärkeää, koska osa häpeän tunteista saatetaan nimetä myös näiden käsitteiden kautta. Usein myös häpeä ja stigma esiintyvät rinnakkain aiheeseen liittyvässä keskustelussa, vaikka käsitteillä on joidakin eroavaisuuksia.

Syyllisyys ja häpeä ovat molemmat itsetietoisia tunteita, jotka syntyvät epäonnistumisen tai sääntöjen rikkomisen jälkeen. Syyllisyyden ja häpeän tarkoituksena on keskeyttää toiminta, joka rikkoo sääntöjä tai normeja. Syyllisyyttä tuntiessa sisäinen käsky kehottaa lopettamaan kielteisen toiminnan, eli käyttäytymisen tietyllä tavalla. (Lewis 2003, 1188–1189.) Syyllisyyden kokemus liittyy tyypillisesti yksittäiseen tilanteeseen tai tekoon, kun

taas häpeää kokeva tuomitsee itsensä pahaksi tai huonoksi. Syyllisyyden tavoitteena on tukea toimimaan toisella tavalla. Häpeä taas käskee lopettamaan toiminnan, koska sen tekijä ei ole hyvä. (Brown 2006, 45; Malinen 2010, 17; Tangney ym. 2014, 799.) June Tangney (1996, 743) jäsentää, että syyllisyys ei vaikuta ihmisen identiteettiin tai käsitykseen itsestä. Syyllisyyttä kokiessa ihminen tyypillisesti tuntee katumusta ja tämä voi kannustaa ihmistä positiiviseen käyttäytymiseen, korjaavaan toimintaan tai anteeksipyyntöön. (mt., 743.) Syyllisyys voi edistää rakentavaa toimintaa, kun taas häpeä edistää puolustautumista ja ihmisten välistä etäisyyttä (Tangney ym. 2007, 350; Roelen 2020, 707).

Nöyryytys on voimakas tunne ja on usein piilotettua häpeää (Gilbert 1998, 30). Nöyryytetyksi tuleminen voi tapahtua monenlaisissa tilanteissa, joissa ihminen kokee tulleensa alas painetuksi. Nöyryytys voi johtaa häpeään esimerkiksi silloin, kun yksilö tuo esiin nöyryyttäviä kokemuksiaan. Nöyryytykseen sisältyy muiden ihmisten syyllistämistä, koska yksilö kokee tulleensa epäoikeudenmukaisesti kohdelluksi tai arvioiduksi nöyryytävissä tilanteissa. (Walker 2014, 34; Myllyviita 2021a, 67.) Nöyryytyksen kokemukset muistetaan pitkään, mutta ei tyypillisesti niin pitkään kuin häpeän (Walker 2014, 34).

Hämmennys ja nolostuminen ilmentävät samoja piirteitä kuin häpeä. Ne liittyvät usein sosiaaliin tilanteisiin ja saattavat näyttäytyä myös fyysisinä tuntemuksina, kuten punastumisena. Kyseiset tunteet kuitenkin menevät nopeasti ohi, toisin kuin häpeä, joka on kokonaisvaltaisempi tunne. (Malinen 2012, 80.) Hämmennyksen tunne syntyy usein yllättäen erilaisissa tilanteissa, joissa ihminen ei tiedä miten tulisi toimia. Hämmennys aiheuttaa useimmiten epä mukavan olon. (mt., 81.) Nolostuminen tai kiusaantuminen on myös yksi itsetietoisista tunteista (Tangney ym. 2007, 346). Nolostuminen poikkeaa hämmennyksestä siten, että nolostumiseen sisältyy kielteinen arvio itsestä ja tilannetta ei voi hallita (Malinen 2012, 83). Nolostumiseen liittyy tyypillisesti ajatus siitä, että jossakin tilanteessa jokin itsessä tai omassa käyttäytymisessä on vialla ja tulee piilottaa. Koska ihmiset ovat taipuvaisia mukautumaan ympäristön vaatimuksiin, nolostumisen myötä ihmiset pyrkivät useimmiten mukauttamaan omaa toimintaansa niin, että se vastaa hyväksytyjä normeja. (Tangney ym. 2007, 359.)

Robert Walker (2014, 32–33) toteaa, että nöyryytys ja nolostuminen ovat lähempänä häpeää kuin syyllisyys. Nolostuminen on kuitenkin nöyryytykseen ja häpeään verrattuna lievempi ja lyhytaikaisempi tunne. Walker toteaa, että ihmiset saattavat todeta nolostuneensa tilanteissa häpeän sijaan, koska nolostumista pidetään hyväksyttävämpänä. (mt., 34.) Aikuisena pyritään hallitsemaan sellaisia tunteita, joiden katsotaan olevan epäsoivia

tuoda esiin. Esimerkiksi häpeän tunne usein piilotetaan, jotta oma haavoittuvuus ja heikkous eivät paljastuisi muille. (Malinen 2012, 78.)

Walker (2014, 50–52) toteaa häpeän ja stigman olevan käsitteinä niin lähellä toisiaan, että niistä voidaan puhua lähes samaa tarkoittavina sanoina. Walker jäsentää häpeän ja stigman välistä eroa liittyen niihin liittyviin rakenteisiin ja prosesseihin. Häpeän välttämiseksi ihmiset pyrkivät käyttäytymään niin, että se ei esimerkiksi uhkaa yhteisöä, kun taas stigmassa on kyse ”meidän” ja ”heidän” välisestä erottelusta. Walker toteaa, että sillä on merkitystä, kohdistuuko stigma ryhmään vai yksilöön. Stigman kohdistuessa ryhmään yksilöillä on vähemmän valinnanvapautta, koska kaikki samaan ryhmään kuuluvat leimataan. (mt., 50–52.)

Alun perin stigmalla on tarkoitettu leimaa, jolla on historiassa konkreettisesti merkittävät erilaiset ihmiset huonommiksi, esimerkiksi ihoa polttamalla (Walker 2014, 49). Kenties tunnetuin määritelmä stigmalle on Erving Goffmanin (1990, 12–13) ominaisuus, joka on syvästi halveksittava ja tekee ihmisen kokonaisuudesta ”pilaantuneeksi.” Ominaisuuden katsotaan tekevän hänestä erilaisen verrattuna ”tavallisiin ihmisiin” ja ihmisessä katsotaan olevan silloin jotakin huonompaa tai heikompa. Goffmanin mukaan stigmassa ei kuitenkaan ole kyse kaikista ei-toivotuista ominaisuuksista, vaan sellaisista, jotka eivät sovi yhteen tietyn tyyppiseen yksilöön asetetun stereotypian kanssa. (mt., 12–13.)

Stigman määritelmät kuitenkin vaihtelevat johtuen käsitteen soveltamisesta eri tilanteissa sekä eri tieteenaloilla, kuten psykologiassa, antropologiassa ja sosiologiassa (Link & Phelan 2001, 365). Link ja Phelan näkevät stigman koostuvan neljästä eri osasta. Ensimmäinen osa sisältää leimaamisen ja erojen tekemisen ihmisten välillä. Toinen osa koostuu hallitsevan kulttuurin myötä syntyneiden uskomusten yhdistämisestä ei-toivottuihin ominaisuuksiin ja stereotypioihin. Kolmannessa leimatut ihmiset erotellaan ”meihin” ja ”heihin”, jolloin kyse on toiseuttamisesta. Neljäs osa koostuu leimattujen henkilöiden aseman menetyksestä sekä syrjinnästä. Link ja Phelan toteavat vallankäytön liittyvän olennaisesti stigmaan. Ryhmien erottelu ja leimaaminen edellyttää sosiaalista, poliittista ja ekonomista valtaa, jota valta-asemassa olevat ihmiset käyttävät. (mt., 367–375, 382.)

3.4 Häpeä ja köyhyys

Tarkastelen tutkimuksessani köyhyyteen liittyvää häpeää. Köyhyyteen liittyvää häpeää koetaan maailmanlaajuisesti ja ilmiötä voidaan siten pitää universaalina, vaikka häpeän

kokeminen vaihtelee aikakaudesta ja kulttuurista riippuen (Laihiala 2018, 35, 56; Shaughnessy 2018, 90). Virkkusen (2010) mukaan köyhyyttä pidettiin Suomessa häpeällisenä asiana jo 1930-luvulla. Köyhäinavun hakemiseen liittyi häpeää ja nöyryytystä, ja sitä pidettiin viimesijaisena vaihtoehtona. Avustuksen vastaanottaminen oli alentavaa ja avun hakeminen saattoi merkitä sen hakijalle pilkkaa ja tuomitsemista. Avun hakeminen saattoi häpeän lisäksi ilmetä myös vihan sekä katkeruuden tunteina. (Virkkunen 2010, 258–260, 268.)

Köyhyyteen liittyvän häpeän tunne on yhteydessä sekä omiin odotuksiin että sosiaaliseen ryhmään, johon yksilö vertaa itseään (Laihiala 2018, 35, 56). Jari Heinonen (2017) tutki yksinasuvien miesten köyhyys- ja palvelukokemuksia. Heinosen tutkimuksen mukaan miehet kokivat muun muassa häpeää ja nöyryytystä köyhyydestään. Häpeä liittyi epäonnistumisen kokemukseen, jonka ajateltiin johtuvan itsestä, omasta toiminnasta. (mt., 200–203.) Sen lisäksi että yksilöt kokevat oman köyhyytensä häpeällisenä, myös ympäristön suhtautuminen vaikuttaa häpeän kokemiseen. Ruth Lister (2013, 112–113) kuvaa köyhyyden olevan heikon elintason lisäksi häpeällinen sosiaalinen suhde, joka heikentää ihmisarvon kokemista. Suhde koetaan vuorovaikutuksessa yhteiskunnan kanssa: kuinka köyhistä ihmisistä puhutaan ja kuinka heitä kohdellaan. Köyhyyden suhteelliseen ulottuvuuteen sisältyy usein psyykkistä kipua, kuten epäkunnioitusta, nöyryytystä, häpeää ja stigmaa sekä kokemusta heikentyneenä kansalaisena olemisesta. Näiden juurruttua ihmiseen, ne voivat toimia myös osana sosiaalista etäisyyttä luovassa toiseuttamisen prosessissa. (Lister 2004, Listerin 2013, 112–113 mukaan.)¹

Walker (2014, 53) toteaa, että köyhät ovat leimattu ihmisryhmä. Köyhiin liitetään esimerkiksi näkemyksiä laiskuudesta, piittaamattomuudesta ja rikollisuudesta. (mt., 53.) Köyhyyteen liittyvä leimallisuus voi ilmetä monella tavalla, jota osoittaa esimerkiksi Greig Inglisin ym. (2019, 43–45) tekemä tutkimus pienituloisten skotlantilaisten kokemuksista. Tutkimuksen perusteella köyhyyteen liittyvä stigma välittyi rakenteellisella, julkisella ja yksilöllisellä tasolla. Stigma ilmeni rakenteellisella ja julkisella tasolla median tuottaman köyhyyskuvan kautta, sosiaaliturvajärjestelmään liittyvinä kielteisinä kokemuksina sekä julkisina mielipiteinä Skotlannin köyhyydestä. Yksilöllisellä tasolla stigma nousi esiin heikentyneenä itsetuntona ja negatiivisten asenteiden sisäistämisenä sekä emotionaalisina reaktioina kohdistuen leimautumiseen. (mt., 43–45.)

¹ Lister 2004: *Poverty*. Polity Press. Cambridge.

4 Tutkimuksen toteuttaminen

4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimukseni tavoitteena on tarkastella ihmisten kertomuksia köyhyyteen liittyvästä häpeästä. Taustaoletuksenani on, että köyhyyteen liittyy häpeää, koska tämä on todettu aiemmissa köyhyyttä käsittelevissä tutkimuksissa (ks. esim. Shaughnessy 2018 ja Laihiala 2018). Tarkoitukseni on saada köyhien ihmisten ääni kuuluviin, ja samalla lisätä tietoisuutta häpeän moninaisuudesta.

Tutkimustehtäväni on tarkastella köyhyyteen liittyvää häpeää Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailuun (2019) osallistuneiden kokemana. Tutkimuskysymykseni on, miten häpeä ilmenee kirjoituksissa. Tarkastelen tutkimuksessani erityisesti häpeän kuvauksia, jotka voivat ilmetä monella eri tavalla sekä monessa eri tilanteessa. Tarkoituksena on saada käsitys siitä, mitä ja miten häpeästä kerrotaan sekä millaisiin asiayhteyksiin häpeä liittyy. Taustateorian kautta huomioin myös, miten köyhyyskäsitteet näkyvät kirjoittajien köyhyydestä aiheutuvan häpeän kokemuksissa.

Niin kuin toisessa luvussa tulee esiin, köyhyydellä ja sen tutkimuksella on oma historiansa ja lähestymistapansa. Köyhyyttä ei voida siten käsitellä ainoastaan yhdestä näkökulmasta. Tässä pro gradu -tutkielmassa keskityn huomioimaan erityisesti köyhyyden kokemuksellista, subjektiivista ulottuvuutta. Huomioin, että köyhyydessä ei ole kyse pelkäämistään aineellisesta ulottuvuudesta, jonka vuoksi mittarit taloudellisiin resursseihin liittyen ovat tutkimukseni näkökulmasta toissijaisia. Köyhyyteen sisältyy sekä aineellinen että aineeton puoli, mutta myös jokaisen yksilöllinen, subjektiivinen kokemus. Kyse on samalla myös siitä, miten köyhyyttä rakenteellisesti ja järjestelmällisesti ylläpidetään. Samoin kuten kolmannessa luvussa tulee esiin, myös häpeä on moniulotteinen käsite, joten ymmärrän, että käsitettä ja sen sisällä olevia merkityksiä ei voida käsitellä yksipuolisesti.

4.2 Tutkimuksen eettisyys

Koska tutkimuksessani käytettävä aineisto on saatu Yhteiskuntatieteellisestä tietoarkistosta, tunnistettavuuteen liittyvät asiat ovat käsitelty jo aiemmin. Kilpailuun osallistuneita on pyydetty kirjoittamaan kokemuksistaan keksimällään nimimerkillä. Kirjoittajia on myös pyydetty hälventämään etukäteen asioita, joista joko kirjoittaja tai muu

yksityishenkilö olisi tunnistettavissa. Kirjoitusohjeessa (liite) on kerrottu, että taustatiedot tullaan tallentamaan ja kirjoitukset tallennetaan Tietoarkistoon tieteellistä tutkimus- ja opetuskäyttöä sekä yliopistojen ylempiä opinnäytteitä varten. Kirjoitusohjeessa on myös kerrottu, että arkistoituja aineistoja käsitellään tietosuoja-asetuksen mukaisesti ja kirjoituksia käyttäviltä henkilöiltä edellytetään aineiston käyttöä koskevaa käyttöehtositoumusta. Ymmärrän, että kirjoituksia tulee käsitellä eettisesti oikein, eikä mitään sellaista saa tuoda tutkijana julki, josta joku kirjoittajista olisi tunnistettavissa.

Sensitiivisesti haastavien aiheiden tutkimisen tarkoituksena on tyypillisesti pyrkiä ymmärtämään ilmiöitä, joihin liittyy negatiivista yhteiskunnallista suhtautumista ja samalla ne ilmentävät ihmisten inhimillistä kärsimystä (Hautala 2021). Köyhyys on jo itsessään sensitiivinen aihe, mutta erityisesti häpeä on arka tutkimuskohde, koska silloin keskitytään ihmiselle kärsimystä tuottavaan tunnekokemukseen. Tutkin häpeää tutkittavien kertomusten kautta. Ihmiset ovat halunneet kertoa kokemuksistaan kirjoitusten muodossa, joten he ovat avanneet omaa elämäänsä ja kokemuksiaan tutkimusta varten. Kirjoitukset ja niiden anti tulee kohdata kunnioittavasti ja pyrkiä tuomaan esiin ilmiötä ja sen laajuutta. Eettiset kysymykset tutkimuksessani liittyvät myös esimerkiksi siihen, mitä kirjoituksista poimin, koska tutkimuksen tekijällä on valtaa tuoda julki vain haluamansa asiat. Tämä edellyttää jatkuvaa reflektiota omien käsitysten sekä aineiston kanssa.

Tutkimukseeni liittyvät eettiset kysymykset koskevat myös omaa tapaan tutkijana katsoa maailmaa ja siten tehdä tulkintoja aineistosta. Köyhyyteen liittyy monenlaisia ennakkoluuloja, kuten että ihmiset ovat itse aiheuttaneet tai valinneet tilanteen, jossa elävät. Yksi tutkimuksen tekemiseen liittyvä ennakko-oletukseni on, että suurin osa köyhistä ihmisistä ei ole itse valinnut paikkaansa, vaan köyhyys on seurausta monen tekijän summasta. Haluan siis tuoda myös tätä puolta esiin, ja samalla vaikuttaa muiden ihmisten suhtautumiseen köyhiin ihmisiin. Käytän tutkimuksessani tietoisesti käsitettä köyhyys, vaikka esimerkiksi osa kirjoittajista kertoo vähävaraisuudesta. Käsitän köyhyyden laajassa merkityksessä, huomioiden myös sen aineettoman puolen.

Tarkoitukseni on tutkia nimenomaan köyhyyteen liittyvää häpeää, joten olen valikoinut aineistosta häpeään liittyviä kuvauksia. Yksi tutkimuksessani huomioitava asia on kuitenkin myös se, että kaikki eivät häpeä köyhyyttä. Häpeän ilmeneminen on kuitenkin ollut myös yksi oletuksistani tutkimusta aloittaessani ja tiedostan tämän vaikutuksen tutkimuksen tekemisessä. Pyrin neutraaliuteen kirjoituksia lukiessa ja tulkitessa, jotta mikään oma lähtökohtainen oletus ei vaikuta aineiston läpikäymiseen.

Koska tutkimukseni pohjautuu kirjoituskilpailun aineistoon, on huomioitava, että ihmiset ovat osallistuneet kilpailuun, jossa on ollut rahallinen palkinto. Tämä on saattanut osaltaan vaikuttaa ihmisten kertomusten sisältöihin sekä tapaan ilmaista kokemuksiaan. Lähtökohtaisesti kuitenkin oletan, että kilpailu on kirvoittanut ihmisten halua kirjoittaa kokemuksistaan eikä kilpailu ole sellaisenaan vaikuttanut kirjoittajien kirjoituksiin. Lisäksi on huomioitava, että aihealue on rajattu, vaikka kirjoittajille on annettu vapaus valita mistä he kirjoittavat. Kirjoituskilpailun ohjeistuksessa on annettu erilaisia esimerkkejä kysymyksistä, joihin moni on vastannut. On myös huomioitava, että koska tutkin nimenomaan köyhyyteen liittyvää häpeää, aineiston käsittely sellaisenaan jää hyvin vaillinaiseksi. Kirjoituksissa käsitellään kattavasti myös muita teemoja, kuten sairastumisia ja vaikeita elämäkokemuksia, mitkä osoittavat kirjoittajien elämäntilanteiden ja kokemusten moninaisuutta.

Tutkimuksen tekijänä ymmärrän, että tutkimuksen tulee olla hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti tehty, jotta se on luotettavaa ja eettisesti hyväksyttävää. Hyvän tieteellisen käytännön ohjeet on laatinut tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) yhdessä suomalaisen tiedeyhteisön kanssa. Hyvään tieteelliseen käytäntöön sisältyy rehellisyys, luotettavuus ja tarkkuus tutkimuksen kaikissa vaiheissa. (TENK 2012, 4–7.) Yleisesti laadullisessa tutkimuksessa luotettavuuteen liittyvät kysymykset koskevat erityisesti uskottavuutta, luotettavuutta ja eettisyyttä. Uskottavuudella tarkoitetaan tutkimuksen kuvaamista niin, että sitä lukevat voivat vakuuttua asioiden tapahtumisesta ja asianmukaisesta toteutuksesta. Luotettavuudella viitataan tutkijan valitsemien lähestymistapojen ja menetelmien oikeanlaisuuteen suhteessa tutkimuksen toteuttamiseen ja tutkimusongelman ratkaisemiseen. Tämä edellyttää tutkimuksen etenemiseen liittyvien vaiheiden avaamista mahdollisimman selkeästi. Eettisyydellä taas tarkoitetaan eettisten periaatteiden noudattamista tutkimuksen tekemisessä. (Puusa & Juuti 2020, 175.) Myös tiedonhankinnan ja muiden tutkimuksessa käytettävien menetelmien tulee olla tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaiset. Tulosten julkaisemisessa on oltava avoin ja muiden tutkijoiden tekemä työ on osoitettava kunnioittavasti. (TENK 2012, 4–7.)

4.3 Aineisto ja menetelmät

Tutkimukseni on laadullinen, empiirinen tutkimus koska tutkin kirjoituskilpailuun osallistuneiden kirjoituksia. Tyypillisesti laadullisen tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää

tutkittavaa ilmiötä tutkittavien henkilöiden näkökulmasta. Laadullisen tutkimuksen ta-
voitteena on tarkastella ihmisten subjektiivisia kokemuksia ja näkemyksiä sekä tutkitta-
valle ilmiölle annettavia merkityksiä. (Puusa & Juuti 2020, 9; Puusa & Juuti 2020, 59.)
Tutkimuksessani käytettävä aineisto on Yhteiskuntatieteellisestä tietoaarkistosta löytyvä
aineisto ”Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailu 2019”, joka on julkaistu
helmikuussa 2021. Kirjoituskilpailu on ollut suunnattu täysi-ikäisille suomalaisille, joilla
on omakohtaista kokemusta köyhyydestä. Aiemmin tietoaarkistossa julkaistu ”Arkipäivän
kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailu 2006” sekä siihen liittyvä seuranta-aineisto
(2012) ovat kirvoittaneet monia köyhyyteen liittyviä tutkimuksia.

Koska kyseessä on muiden keräämä valmis aineisto, aineistoa nimitetään sekundaariai-
neistoksi. Valmistaa aineistoa voidaan käyttää, mikäli tutkimusongelmaan on mahdollista
saada vastaus jo valmiin aineiston kautta. (Hirsjärvi ym. 2007, 181.) Päädyin tähän rat-
kaisuun, koska uskoin että valmis, riittävän laaja aineisto pystyy vastaamaan asettamiini
tutkimuskysymyksiin. Kirjoituskilpailun ohjeessa (liite) tutkimukseen osallistuvia on
pyydetty kirjoittamaan vapaamuotoisesti kokemuksistaan ja kertovan, mihin ajankohtaan
kokemukset ovat suurin piirtein sijoittuneet. Parhaiksi arvioidut kirjoitukset on palkittu.
Palkitsemisen kriteereinä ovat olleet todenmukaisuus ja suorasanaisuus, tämän ajan köy-
hyden kuvaaminen sekä uusien näkökulmien tuominen köyhyyteen. Kirjoituksen pituus
on rajattu 10 sivuun.

Tutkimukseni tieteenfilosofisena lähestymistapana on sosiaalinen konstruktivismi. Kon-
struktivismi voidaan jakaa yksilökeskeiseen konstruktivismiin ja sosiaaliseen konstrukti-
vismiin. Yksilökeskeisen suuntauksen mukaan ihmiset tulkitsevat havaintojaan sisäisten
rakenteiden pohjalta, kun taas sosiaalisen suuntauksen mukaan ihmisen toiminta ja kielen
merkitys tiedonmuodostuksessa ovat keskiössä. Konstruktivismiin suuntauksista puhutta-
essa käytetään vaihtelevasti termejä konstruktivismi ja konstruktivismi. Konstruktivis-
min käsitettä käytetään yleisesti puhuttaessa yksilökeskeisestä psykologisesta näkökul-
masta, kun taas konstruktivismiin käsitettä käytetään erityisesti sosiaalipsykologian alu-
eella. Yksi konstruktivismiin suuntauksista on sosiaalinen konstruktivismi. (Tynjälä
2000, 26, 38–39, 55–59.) Konstruktivismissa keskeistä on kieli sekä käsitys sosiaalisen
tiedon todellisuuden ja merkitysten muodostumisesta vuorovaikutuksen kautta (Kekäle
& Puusa 2020, 46; Helne 2002, 22).

Ontologiset sekä epistemologiset taustaoletukset sisältyvät keskeisesti tutkimuksen teke-
misen tieteenfilosofisiin lähtökohtiin. Ontologisilla käsityksillä tarkoitetaan kysymystä
siitä, miten jokin asia on. Tutkijan tulee siis kertoa, miten hän uskoo jonkin ilmiön tai

asian olevan. Epistemologisilla käsityksillä taas tarkoitetaan tietämisen tapoja ja mitä asioita voidaan pitää totena. (Puusa & Juuti 2020, 27, 34.) Konstruktionistisen näkökulman mukaan ajattelen, että tutkimukseni kohteena olevissa tarinoissa ilmenevät häpeän kuvaukset ovat muodostuneet yksilön aiemmista kokemuksista sekä sosiaalisen todellisuuden kautta. Ajattelen, että totuus on subjektiivista ja ihmisten tulkinnoissa. Sosiaalinen todellisuus muuttuu jatkuvasti sosiaalisen ja kielellisen vuorovaikutuksen myötä. Konstruktivistisen lähestymistavan mukaan tieto on paikallista ja sisältää monia näkökulmia. (Kekäle & Puusa 2020, 46–47.) Taustateoriani köyhyyteen liittyvät käsitykset ovat keskeisessä osassa tutkimukseni sosiaaliskonstruktioistisen näkökulman vuoksi. Yhteiskunnallisten rakenteiden lisäksi köyhyys liittyy sosiaalisiin suhteisiin ja on siten vahvasti sosiaalisesti määrittynyttä (Sen 1981, Kankaan & Ritakallion 1996, 1 mukaan).² Ajattelen, että köyhyyteen liittyvät kulttuuriset käsitykset ovat osa sitä, miten ihmiset kertovat köyhyydestään ja kokevat sen. Häpeä puolestaan syntyy ensin ulkoisesti suhteessa muihin ihmisiin eli siten, miten muut yksilön näkevät ja hyväksyvät. Sen jälkeen häpeästä voi tulla sisäistä. Häpeä siis rakentuu vuorovaikutuksessa toisiin ihmisiin.

Käytän metodologisena lähestymistapana narratiivista tutkimusta. Narratiivisessa tutkimuksessa ei konstruktionistisen ajattelutavan mukaan pyritä objektiiviseen totuuteen (Puusa ym. 2020, 226). Narratiivinen tutkimus, josta käytetään myös nimitystä kerronnallinen tutkimus, on kertomuksiin kohdistuvaa tutkimusta. Narratiivinen aineisto on joko suullisessa tai kirjoitetussa muodossa kerrottua. Kerronnallisuudella voidaan tarkoittaa tietämisen tapaa, tutkimusaineiston luonnetta, aineiston analyysitapaa tai käytännöllistä merkitystä. (Heikkinen 2015, 150–151, 155.) Narratiivisen lähestymistavan mukaan narratiivit eli tarinat, ovat tapa olla vuorovaikutuksessa, selittää ja ymmärtää elämää sekä vuorovaikutussuhteita (Puusa ym. 2020, 216). Kertomusten kautta ihmiset todentavat itseään sekä ympäröivää maailmaa todellisuudestaan. Sosiaalinen todellisuus rakentuu suhteessa muihin ja käsitys maailmasta muuttuu erilaisten kokemusten ja tapahtumien kautta. (Heikkinen 2015, 157–159.) Kerronnallisessa tutkimuksessa yksilö ja ympäristö ovatkin keskeisesti yhteydessä toisiinsa (Puusa ym. 2020, 217).

Tutkimukseni tiedonintressi on olla ymmärtävä, johon tyypillisesti narratiivinen tutkimus tähtääkin. Tarinoiden avulla tutkijan on mahdollista ymmärtää ihmisiä ja asettua heidän asemaansa. Tutkittavaa aineistoa tulee kuitenkin analysoida myös kriittisesti. Tulkinnessa on myös huomioitava, missä asiayhteyksissä tekstejä tuotetaan ja mitkä ovat tutkittavien

² Sen, Amartya 1981: *Poverty and Famines: an Essay on Entitlement and Deprivation*. Oxford University Press. Oxford.

pyrkimykset kertoa asioista. (Puusa ym. 2020, 226.) Keskityn tutkimaan häpeään liittyviä ilmauksia ja kuvauksia kertomuksista. Anu Puusa ym. (2020, 226) toteavat, että yksi tekstin tulkintaan liittyvistä ongelmista on, että teksteistä poimitut osat irrotetaan kokonaisuudesta, jolloin asioiden merkitysyhteys ei välttämättä avaudu. Tämä on edellyttänyt minulta tutkijana kertomusten lukemista alusta loppuun, jotta ilmauksia on mahdollista huomioida suhteessa kokonaisuuteen eikä mitään olennaista jää huomaamatta.

Käytän analyysimenetelmänä teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysillä pyritään tiivistämään aineistosta saatua tietoa. Sisällönanalyysi on tekstianalyysiä, jonka aineistona voidaan käyttää erilaisia kirjallisessa muodossa olevia dokumentteja. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä tutkimusaineiston analysointivaiheessa aineistoa käsitellään aineistolähtöisesti ja aineistosta valitaan analyysiyksiköt. Analyysi ei pohjaudu suoraan teoriaan, mutta teoria toimii tukena analyysin tekemisessä. Analyysin abstrahointivaiheessa aineisto liitetään teoreettisiin käsitteisiin sekä tuloksia raportoidaan teoriaohjaavasti. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 109–112, 117, 122, 133.) Päädyin valitsemaan kyseisen analyysimenetelmän, koska halusin saada ensisijaisesti uutta informaatiota aineistosta ja tuoda esiin aineistosta esiin nousseita asioita ilman, että teoria ohjaisi täysin aineiston analyysin tekemistä. Teorian kautta minulla on kuitenkin esiyymmärrys tutkittavasta ilmiöstä.

4.4 Analyysivaiheen eteneminen

Aloitin tutkimuksen suunnittelun elokuussa 2021, jolloin pohdin tutkielmaani sopivaa aineistoa. Halusin tehdä gradun köyhyydestä ja niin, että saisin aineistoksi ihmisten omia kokemuksia. Tämän jälkeen selasin Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston aineistoja ja päädyin hakemaan käyttöoikeutta tähän käytössäni olevaan aineistoon, josta ei vielä siinä vaiheessa ollut tehty pro gradu -tutkielmia.

Laadullisen aineiston käsitteleminen alkaa aineistoon tutustumisesta, jonka jälkeen aineistosta esiin nousevia teemoja järjestellään ja luokitellaan, eli koodataan. Tämän jälkeen siirrytään varsinaiseen analysointiprosessiin, eli käydään keskustelua aineiston kanssa ja suhteutetaan aineistosta esiin nousseita asioita aiempaan tutkimukseen ja teoreettisiin käsitteisiin. Aineiston luokittelu, analysointi ja tulkinta ovat siis erillisiä tehtäviä, mutta samalla toisiinsa liittyviä. (Ruusuvoori ym. 2010, 8–12.) Aloitin analyysin katsomalla aineistosta muodostettua taulukkoa, jossa esitetään tutkimukseen osallistuneiden

taustamuuttujista nimimerkki, ikä, sukupuoli, paikkakunta, koulutus ja ammatti tai entinen ammatti. Ennen aineiston rajaamista päädyin lukemaan koko aineiston ja pohtimaan rajauksellisia kysymyksiä vasta tämän jälkeen. Kirjoittajat koostuvat eri ikäisistä, eri koulustaustat omaavista ihmisistä. Kirjoittajista miehiä on kahdeksan ja naisia 56. Kirjoittajista 25 ei ole kertonut sukupuoltaan. Kirjoittajien ikä vaihtelee 22–70 ikävuoden välillä ja iän keskiarvo on 41,3. Puolestaan 22 henkilöä ei ole kertonut ikäänsä.

Sisällönanalyysi alkaa aineiston pelkistämisestä eli redusoinnista, jolla tarkoitetaan aineiston tiivistämistä ja tutkimuksen kannalta epäolennaisen tiedon karsimista. Samaa tarkoittavia ilmaisuja voidaan esimerkiksi alleviivata ja luoda niistä pelkistettyjä ilmauksia, joista luodaan erillinen tiedosto. Tämän jälkeen pelkistetyistä ilmauksista tehdään omat ryhmät. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 122–124.) Taulukon tarkastelemisen jälkeen luin aineiston 89 kirjoitusta läpi korostamalla eri värisellä tekstillä häpeää ilmentäviä kuvauksia. Tämän perusteella sain luotua myös yleiskuvan aineistosta. Tein myös kuvauksia koskevia luokitteluja erilliseen taulukkoon, jotta sain jäsenneltyä missä yhteyksissä häpeä ilmenee kirjoituksissa. Kirjoituksista löytyi paljon kuvauksia myös tutkimuskohteeni ulkopuolelta kuten selviytymiskeinoista, joten karsin nämä pois.

Laadullisen analyysin luotettavuutta tukee, että kaikki tutkijan tekemät valinnat ja rajaukset kuvataan. Tutkimuksen tulisikin olla mahdollisimman läpinäkyvää. (Ruusu vuori ym. 2010, 21–22.) Hyvin pian aineistoni käsittelyn alkuvaiheessa huomasin, että kirjoituksista nousi esiin paljon tutkimukseni kannalta keskeisiä häpeän ilmauksia. Huomasin myös, että häpeä ei aina ilmene aineistoista terminä ”häpeä”, vaan sitä voidaan kuvata myös esimerkiksi mitättömyyden, arvottomuuden ja näkymättömyyden käsitteillä. Tangney (1996, 748) toteaa tutkimuksensa perusteella, että häpeä sekä syyllisyys ovat emotionaalisesti latautuneita käsitteitä, jonka vuoksi ihmiset saattavat käyttää enemmän muita asioita ilmentäviä ilmaisuja. Koska häpeä voi esiintyä tekstissä myös piiloutuneena, olen tarkastellut aineistoa väljästi. Analyysissä olen erotellut, missä häpeästä tai siitä mahdollisesti ilmentävistä käsitteistä kerrotaan, ja miten olen sellaisia kirjoituksia tulkinnut, joissa häpeästä ei suoranaisesti kerrota mutta se saattaa vaikuttaa kuvauksen taustalla.

Alun perin suunnittelin valitsevani kaikki kirjoitukset analysoitavaksi teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla, mutta kirjoitusten määrän rajaamiseksi päädyin valitsemaan aineistosta tarkasteltavaksi rajatun ikäluokan. Päädyin valitsemaan 30–39-vuotiaiden ikäryhmän lähempään tarkasteluun, koska kyseisestä ikäryhmästä on eniten vastauksia, 27 kappaletta. Minua kiinnosti tietää, millä tavoin köyhyyteen liittyvä häpeä näkyy nuorten, alle keski-ikäisten ihmisten elämässä. Valitsin tutkimukseeni sellaiset kirjoitukset, joissa

kerrotaan minämuodossa omakohtaisista köyhyiden kokemuksista. Rajasin tutkimuksen ulkopuolelle sellaiset kirjoitukset, joissa kerrotaan jostakin toisesta köyhyyttä kokeneesta ihmisestä, tai jotka ovat kirjoitettu 3. persoonassa. Häpeään liittyviä kuvauksia löytyi yhteensä 20 ikäryhmän kirjoituksesta. Kirjoittajista 18 on naisia, yksi on mies ja yksi ei ole ilmoittanut sukupuoltaan. Kirjoittajien ilmoittamat koulutustaustat vaihtelevat. Kahdella kirjoittajista viimeisin suoritettu tutkinto on peruskoulu, ja 11 vastaajalla on suoritettuna jokin korkeakoulututkinto. Osa ei ole ilmoittanut koulutustaan.

Seuraavassa vaiheessa aloin luomaan pelkistettyjä ilmauksia alkuperäisilmauksista tutkimuskysymyksen ohjaamana (taulukko 1.) Samalla teemoittelin ja tiivistin aineistosta löytyviä häpeän kokemuksia tarkemmin itselleni muistiin. Jaottelin aineistosta löytyviä teemoja erilaisten otsikoiden alle, kuten ”häpeä liittyen avun hakemiseen” sekä ”häpeä sosiaalisissa suhteissa. Näitä pystyin hyödyntämään myöhemmässä vaiheessa, kun aloin luomaan ala- ja yläluokkia. Ala- ja yläluokkien jälkeen muodostin yhdistäviä luokkia teoria-ohjaavasti jaotellen luokat sisäiseen ja ulkoiseen häpeään sekä näiden yhdistelmään. Muodostamani luokat ovat esitelty tarkemmin seuraavassa luvussa.

Taulukko 1. Alkuperäisilmaukset ja pelkistetyt ilmaukset

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset
”Kun seison kirkon ruokajonossa ja näen kuinka ohikulkijat tuijottavat, tunnen häpeää. Mitähän he minusta ajattelevat, että olen juoppo tai narkkari, joka on tuhannut kaikki rahansa aineisiin ja nyt kerjää ilmaista ruokaa? Katson asuani, on tärkeää olla siististi pukeutunut. Kukaan ei tiedä, että olen saanut talvitakkini ja kenkäni diakoniatyön lahjoitustavaroista, ei kukaan muu kuin minä itse ja jo se saa häpeän punan poskilleni.” Kirjoittaja 1	Häpeä ruokajonossa ohikulkijoiden tuijottaessa Mitä muut ajattelevat, ajattelevatko päihteitä käyttäväksi Tärkeää että oma asu on siisti Vain itse tietää vaatteiden tulleen lahjoitettuna, aiheuttaa häpeän punan poskille
”Olen saanut kokea, etten yhteiskunnan silmissä tuottava tai arvokas, koska en tee työtä. Olen saanut kuulla, että samahan minun on täytellä Kelan lomakkeita tai seisoa leipäjonossa, sillä jotainhan minun kuulemma pitää elantoni eteen tehdä. Lausujina ovat olleet niin sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset kuin läheiseni...” Kirjoittaja 34	Kokemus että ei ole yhteiskunnan mielestä arvokas tai tuottava koska ei ole töissä Läheisten ja ammattilaisten mielipiteet Kelan lomakkeiden täyttämisestä ja leipäjonossa käymisestä elannon saamiseksi
”Enkä kovin usein voi järjestää kutsuja luokseni, vaikka haluaisin. Tämä rajoite elämässä on ehkä se kaikista raastavin ja eniten häpeää aiheuttava, koska ystävät ovat minulle tärkeitä. Toki tilannetta ehkä helpottaisi, jos vain uskaltaisin rohkeammin pyytää, että ystävät osallistuisivat kutsujen järjestämiseen kollektiivisesti.” Kirjoittaja 55	Häpeää kun ei voi kutsua ystäviä kovin usein luokse, vaikka haluaisi

Sisällönanalyysin lisäksi teemoittelin koko aineiston muodostaakseni kokonaiskäsityksen aineistosta ilmenevistä häpeän kuvauksista. Halusin selvittää, ovatko valitsemani ikäryhmän 30–39-vuotiaiden häpeän teemat samankaltaisia, kuin koko muussa aineistossa, vai löytyykö ikäryhmästä jotain poikkeavaa. Pääteemoja esittelen tarkemmin luvussa 5.5.

5 Häpeällinen köyhyys?

5.1 Häpeällisen köyhyyden tulkinta

Tässä luvussa keskityn tutkimustulosten käsittelemiseen. Käyttämässäni aineistossa köyhyyteen liittyvät kirjoitukset kohdistuvat eri ajanjaksoihin ihmisten elämässä. Osassa kirjoituksista kerrotaan lapsuuden aikaisista kokemuksista sekä tästä hetkestä, osassa esimerkiksi laajemmin jostakin aikuisuuden elämänvaiheesta. Köyhyyteen on useita eri syitä. Osa kirjoittajista on sairastunut, jonka vuoksi opiskelu- tai työelämä eivät ole olleet heidän tilanteessaan mahdollisia. Osa ei ole löytänyt koulutusta vastaavia töitä, jotkut ovat puolestaan palaneet työelämässä loppuun. Joidenkin kohdalla köyhyyskierteen on aiheuttanut elämäntapahtuma, jossa yksi asia on johtanut toiseen. Köyhien ihmisten elämäntilanteet ja taustat ovat siis hyvin yksilöllisiä.

Tutkimuskysymykseni perusteella olen analysoinut, miten häpeä ilmenee kirjoituksista. Analyysikysymyksinä tutkimustani ovat ohjanneet mitä häpeästä kerrotaan sekä millaisiin asiayhteyksiin häpeän kuvaukset liittyvät. Olen jaotellut tutkimustulokset pääosin sisäiseen ja ulkoiseen häpeään. Koska häpeä on tunne, joka ilmenee sekä sisäisenä että ulkoisena kokemuksena, tarkkaa rajanvetoa häpeän kokemisen suhteen on hankala tehdä. Sisäinen ja ulkoinen häpeä voivat olla myös yhteen kietoutunutta, jolloin ne myös ruokkivat toinen toisiaan (Ferreira ym. 2020, 2). Katja Myllyviita (2021a, 21–22) jäsentää, että sen lisäksi että sisäistä ja ulkoista häpeää kokeva ihminen ajattelee, että muu maailma kääntyy häntä vastaan, ihminen arvioi itseään vihamielisesti ja kriittisesti, jopa vainoten. Sisäisen ja ulkoisen häpeän samanaikainen kokeminen voi näyttäytyä siis hyvin vahvana tulkintana. Oma näkemykseni eroaa tulkinnasta siten, että ajattelen sisäisen ja ulkoisen häpeän yhteen kietoutuneisuutta tämän tutkimuksen valossa neutraalimmin. Näkemykseni on, että erityisesti stigman ja toiseuden kokemusten osalta jakoa sisäisen ja ulkoisen häpeän suhteen on hankala tehdä. Käsitän, että näiden taustalla on hyvin keskeisesti yhteiskunnallisia odotuksia sekä kulttuurisia käsityksiä ja stereotyyppioita, mitkä todentuvat sekä sisäisen että ulkoisen häpeän kautta. Yksi luokka on muodostettu sisäisen ja ulkoisen häpeän yhteen kietoutuneisuudesta. Olen jaotellut aineistosta nousseet häpeän ilmenemisluokat ala-, ylä- ja yhdistäviin luokkiin (taulukko 2.)

Taulukko 2. Häpeän ilmenemismuodot ala-, ylä- ja yhdistäviin luokkiin jaoteltuna

Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä luokka
Negatiiviset tunteet Näkymättömyys Arvottomuus Itsekunnioitus ja itseluottamus Identiteetti	Tunnemaailma Minäkuva, identiteetti ja itsetunto	Sisäinen häpeä
Ulkonäkö Vuorovaikutustilanteet Sosiaalisten tilanteiden rajoittuminen Vanhemmuus Vertailu läheisiin ihmisiin Läheisten taloudellinen tuki Ulkopuolisen tuen hakeminen	Ulkoinen olemus Sosiaaliset tilanteet Sosiaaliset suhteet Tuen hakeminen	Ulkoinen häpeä
Ulkopuolelta tulevat odotukset Kulttuuriset käsitykset Sosiaalinen asema Stereotypiat	Yhteiskunnalliset odotukset Stigma Toiseus	Sisäisen ja ulkoisen häpeän yhteen kietoutuneisuus

Käyn seuraavissa alaluvuissa tarkemmin läpi häpeän ilmenemismuotoja. Tutkimuksesani esimerkkeinä käytetyt katkelmat ovat esitetty siinä muodossa kuin ne ovat kirjoitettu. Olen ainoastaan korjannut kirjoituksista selkeitä kirjoitusvirheitä, kuten poistanut sanoista ylimääräisiä kirjaimia tai lisännyt lauseen alkuun ison kirjaimen. Käytän jäljempänä kirjoituskilpailuun kirjoittaneista käsitettä kirjoittajat, koska mielestäni tämä kuvaa parhaiten tutkimukseen osallistuneita. Viitattaessa kirjoittajiin käytän aineiston alkupe-
räistä numerointia.

5.2 Sisäinen häpeä

5.2.1 Häpeän tunnemaailma

Häpeä ilmenee kirjoituksissa yhtenä nimettynä tunteena. Esimerkiksi kirjoittaja 55 kertoo, kuinka häpeän tunne on jatkuvasti läsnä. Tämä ilmentää, kuinka pysyväisluonteisesta tunnekokemuksesta häpeässä voi olla kyse. Brené Brownin (2006, 45) tutkimuksessa häpeää kokeneet naiset kuvasivat häpeää muun muassa haitallisena, tuhoisana ja kuluttavana tunteena. Tämä näkyy myös aineiston kirjoituksissa. Kirjoittaja 64 kertoo, kuinka muun muassa köyhyydestä aiheutunut häpeä vaikutti siihen, että kirjoittaja päätyi kokeilemaan päihteitä. Häpeän tunnetta saattaa olla vaikea käsitellä, joka voi ajaa myös

kokeilemaan erilaisia tapoja lievittää sitä. Häpeä myös muokkaa ihmisen ajattelua, tunteita ja toimintaa (Malinen 2012, 44).

Kirjoittajat eivät kuitenkaan kerro aina häpeän tunteesta, vaan häpeä verhoutuu muiden negatiivisten tunteiden taakse. Käsittelin luvussa 3.3 häpeään rinnastettavia lähikäsitteitä ja kyseisiä käsitteitä nousi myös aineistosta esiin. Eräs kirjoittaja kuvaa kokemustaan köyhyydestä seuraavanlaisesti:

...Se tuntuu nololta, surulliselta, epäonnistuneelta, vähäpätöiseltä ja merkityksettömältä. Nöyryyttävyuden sisäinen valokeila osoittaa suoraan sinne syvimpään, itseen... Kirjoittaja 35

Edellä olevassa katkelmassa kirjoittaja kuvaa kuinka monia eri tunteita köyhyys herättää. Köyhyyden pitäminen nolona on häpeää lievempää, mutta se voi myös olla häpeän sijaan helpommin käytettävä käsite. Häpeän ajattelemista sekä puhumista myös tyypillisesti vältellään, jonka vuoksi häpeän tunteita voi olla vaikea tunnistaa itsessään (mm. Shaughnessy 2018, 89). Kirjoittaja kuvaa myös, kuinka köyhyys tuntuu surulliselta, vähäpätöiseltä ja mitättömältä. Malinen (2012, 95) toteaa, että häpeään liittyy vähäpätöisyyden, mitättömyyden ja arvottomuuden kokemuksia. Vaikka häpeän sijaan käytettäisiin esimerkiksi riittämättömyyden tai alemmuuden käsitteitä, pohjimmaisena tunteena on useimmiten häpeä. Myös katkelmassa mainittu nöyryyttävyys voi olla piilotettua häpeää (ks. luku 3.3). Katkelman nöyryyttävyudessa vaikuttaa olevan kyse pidempiaikaisesta tunnetilasta kuin yksittäisestä tilanteesta, johon nöyryyttävyuden kokemukset useimmiten liittyvät.

Köyhyyden kerrotaan aiheuttaneen tai vahvistaneen häpeän lisäksi myös muita negatiivisia tunteita, kuten itsesääliä, epätoivoa ja vihaa. Tangney ym. (2007, 351) toteavat, että häpeä ja viha ovat yhteydessä toisiinsa. Tuskallista häpeää epätoivoisesti pakenevat ihmiset saattavat myös syyttää muita tilanteestaan oman hallinnan tunteen lisäämiseksi. (mt., 351.) Köyhyys saattaa tuntua epäreilulta ja aiheuttaa myös katkeruuden tunteita. Aineistosta ilmenee, että katkeruutta saatetaan kokea esimerkiksi hyvätuloisia sekä elämässään paremmin pärjääviä ihmisiä kohtaan. Walker (2014, 47) toteaa usein häpeän tunnetta kokevien ihmisten olevan myös alttiimpia psyykkisille ongelmille ja kokemaan esimerkiksi ahdistusta, masennusta ja itsetuhoisuutta. Itsetuhoiset ajatukset nousevat myös käyttämästäni aineistosta esiin. Itsetuhoisia ajatuksia on saattanut olla jo aiemmin esimerkiksi mielenterveyden häiriöstä johtuen, mutta köyhyys on entisestään vahvistanut niitä.

5.2.2 Minäkuva, identiteetti ja itsetunto

Kirjoituksissa tuodaan esiin myös minäkuvaan, identiteettiin sekä itsetuntoon liittyviä asioita. Kyseiset elementit koostavat ihmisen minän. Minäkuva sisältää käsityksen siitä millainen yksilö on, omien piirteiden sekä ominaisuuksien kautta. Identiteetti sisältää kysymykset kuka minä olen ja mihin kuulun. Identiteetti muodostuu yksilöllisyydestä sekä yhteenkuuluvuudesta ryhmään tai yhteisöön. Itsetunto puolestaan sisältää oman arvon ja merkityksen. Itsetunto koostuu minätietoisuudesta, itsearvostuksesta sekä itsetuntemuksesta. Minätietoisuus on oman minän ja olemassaolon havaitsemista. Itsearvostus kertoo omasta arvostuksesta itseä tai omia taitoja kohtaan. Itsetuntemus on puolestaan sitä, miten hyvin yksilö tuntee itsensä, omat vahvuutensa ja heikkoutensa. (Ojanen 1996, 31, 41–43.)

Köyhyys ja siitä aiheutuva häpeä on saattanut vaikuttaa itsetuntoon sekä minäkuvaan jo lapsuudessa. Kun ihminen kokee toistuvasti häpeää aiheuttavia tilanteita, häpeä alkaa vaikuttamaan yksilön minäkäsitykseen ja muuttuu yleistyneeksi. Yleistynyt häpeä on osa sisäistä häpeää ja vaikuttaa muun muassa negatiivisesti ajatuksiin, käsitykseen itsestä, sosiaaliseen vertailuun sekä tunteiden ilmaisuun. (Myllyviita 2021a, 61, 84–87.) Osasta kirjoituksista ilmenee, kuinka köyhyydestä on muodostunut osa identiteettiä. Kun häpeä muodostuu osaksi identiteettiä, ihminen syyllistää lähtökohtaisesti itseään epäonnistumisista ja virheistä (Myllyviita 2021a, 86). Vaikka taloudellinen tilanne kohentuisi, köyhyyden saatetaan kokea pysyvän osana identiteettiä. Seuraavasta katkelmasta ilmenee, kuinka köyhyys on paitsi tahtomatta osa kirjoittajan identiteettiä, luonut myös kokemusta arvottomuudesta ja näkymättömyydestä:

Minulla on tahtomattani köyhän ihmisen identiteetti. Tarkoiton, että köyhyys on minun minuuttani versovaan niukkaan maaperään koodattu elämänlaatu, jota vuorovaikutus ympäristön kanssa on kaikkina vaiheina vahvistanut. Köyhyys elämässäni on syvä, subjektiivinen tila, jossa vaille jäämistä ja puutteen tunnettakin voimakkaammin painottuu voimakas arvottomuuden ja näkymättömyyden kokemus. Kirjoittaja 26

Kirjoituksesta ilmenee, kuinka materialistinen niukkuus on kirjoittajalle toissijaista köyhyyden aiheuttamaan kärsimykseen nähden. Katkelmasta ilmenee myös, kuinka sosiaalinen vuorovaikutus on vaikuttanut yksilön kokemukseen. Kirjoittaja täsmentää myöhemmin kirjoituksessaan, kuinka traumaattiset kokemukset ovat vaikuttaneet omiin kokemuksiin sosiaalisesta liittymisestä. Kokemus todentaa, kuinka köyhyys on sekä aineellisen köyhyyden lisäksi myös aineetonta köyhyyttä.

Kirjoituksista nousee esiin myös toisenlaisia kuvauksia liittyen omaan minäkuvaan ja identiteettiin. Omaa köyhyyttä ja oikeutta siitä puhumiseen saatetaan myös kyseenalais-
taa. Taustalla voi olla kokemus siitä, että ei koe kuuluvansa mihinkään ”kategoriaan”,
jonka vuoksi myös luokittelua köyhäksi saatetaan epäillä. Köyhyyden määrittelyn haas-
tavuus tulee esiin myös kirjoituksissa: omaa elämäntilannetta tai sosiaalista asemaa saa-
tetaan verrata siihen, millainen se yleisten näkemysten mukaan köyhällä ihmisellä pitäisi
olla.

Itsearvostuksen heikentyminen näkyy kirjoituksissa muun muassa epätoivon ja riittämät-
tömyyden kokemuksina. Itselle tärkeistä arvoista on saatettu myös joutua joustamaan tai
luopumaan köyhyyden seurauksena, eikä mahdollisuuksia unelmoida tai tehdä tulevai-
suuden suunnitelmia koeta olevan enää samalla lailla. Yksi esimerkki on kirjoituksissa
mainittu köyhyyden vaikutus lapsettomuuteen. Lapsettomuus saattaa olla tiedostettu pää-
tös, jolloin omaa köyhyyttä ja kurjaa tilannetta ei haluta siirtää eteenpäin. Köyhyys voi
kuitenkin vaikuttaa myös siihen, että lapsia ei voi saada. Tämä ilmenee kirjoittajan 53
kertomuksesta, jossa kirjoittaja kertoo taloudellisen tilanteen vaikuttaneen mahdollisuuks-
siin käydä hedelmöityshoidoissa sekä adoptoida lasta. Kirjoittaja myös kyseenalaistaa so-
pivuuttaan vanhemmaksi köyhyyden takia. Käsitän, että kokemus oman itsearvostuksen
heikentymisestä luo myös toivottomuutta, eikä itseä välttämättä kyetä näkemään tilan-
teessa, jossa asiat olisivat paremmin. On kuitenkin myös huomioitava, että jo köyhyys
itsessään voi luoda näköalattomuutta.

5.3 Ulkoinen häpeä

5.3.1 Ulkoinen olemus

Aineistosta nousee esiin omaan ulkoiseen olemuksen liittyviä kuvauksia. Aineellisen
köyhyyden seurauksena ihmisen mahdollisuudet ulkoisen olemuksen panostamiseen voi-
vat olla rajalliset. Kirjoituksissa oma ulkoinen olemus ja sen vaikutus muiden käsityksiin
itsestä koetaan tärkeäksi. Köyhyyttä ei toivota näkyvän fyysisesti itsestä tai omasta per-
heestä. Myönteiseen ulkoiseen olemukseen liitetään esimerkiksi puhtaat ja siistit vaatteet:

*... Päällepäin olemme pukeutuneet siisteihin, ehjiin ja puhtaisiin vaatteisiin
aina, tämä on minulle erittäin tärkeä asia. Päällepäin meistä ei siis välttä-
mättä näe, että olemme köyhiä. Köyhyys ei aina näy päällepäin yksinomaan
ulkoisesta olemuksesta. Ohikulkija ei tiedä, että olen ostanut lasten eurolla*

alesta tai että omissa kengissäni on nyrkin kokoinen reikä pohjassa. Kirjoittaja 45

Edellä olevan katkelman perusteella tulkitsem, että kirjoittaja ei halua, että hänen perheensä määrittyy köyhäksi. Kirjoittaja 7 puolestaan toteaa, että mikäli tyytyy näyttämään köyhältä, muuttuu näkymättömäksi hyvin toimeentulevien ihmisten silmissä. Käsitän, että köyhäksi määrittymisessä on kyse myös arvokkuuden menettämisestä. Sen lisäksi että ulkoisessa olemuksessa on kyse siitä mitä ihminen ajattelee muiden hänestä ajattelevan, on se myös vahvasti yhteydessä siihen, millaiseksi itse määrittyy. Ajattelen, että kyseessä on siten myös identiteettikysymys.

Kirjoituksista ilmenee, että vaatteiden hankinta alennusmyynnistä tai kirpputorilta koetaan häpeälliseksi. Kirjoittaja 55 toteaa, että kirpputorilta ostetut vaatteet ja halvat meikit saavat hänet näyttämään epäonnistuneelta. Käsitän, että tähän liittyy kokemus siitä, että kirjoittaja uskoo näyttävänsä köyhältä ja ajattelee sen olevan jotakin, joka tekee hänet huonommaksi suhteessa muihin. Edullisesti hankittuihin vaatteisiin liittyy myös kysymys siitä, onko hyvä tekemään löytöjä vai onko se välttämätöntä, niin kuin eräs kirjoittaja pohtii:

Kävelin töihin ja tajusin, että kaikki päälläni olevat vaatteet ovat tarjouksesta. Alusvaatteita myöten aina reppuun asti. Vähintään - 50%. En ole vielä päättänyt, olenko menestynyt tarjoushaukka vai sääliävän köyhä. Kirjoittaja 4

Suhtautuminen edullisesti hankittuihin vaatteisiin saattaisi olla erilainen, mikäli olisi mahdollisuus valita, ostaako vaatteensa normaalihintaisena, alennusmyynnistä vai kirpputorilta. Kirjoittaja 1 kertoo puolestaan häpeävänsä sitä, että on saanut vaatteensa lahjoitettuna. Kirjoittaja kertoo tietävänsä asiasta ainoastaan itse. Tulkitsem, että myös lahjoitustavarana saadut vaatteet voivat aiheuttaa saman häpeän reaktion itsessä, koska ihminen on tilanteessa, jossa ei ole mahdollisuutta valita. Vaikka kirpputorilta hankitut tai lahjoituksena saadut vaatteet olisivatkin hyväkuntoisia, omakohtainen tieto niiden alkuperästä saa aikaan häpeän tunteen. Käsitän, että tämä liittyy myös siihen, miten ihminen näkee itsensä ja oman tilanteensa.

Ulkoinen olemus voi myös rajoittaa sosiaalista kanssakäymistä. Puutteelliset vaatteet voivat vaikuttaa siihen, että omaa ulkoista olemusta hävetään eikä vaatteiden kanssa kehdata lähteä esimerkiksi ulos. Kirjoittaja 34 kertoo, että aiemmin omistaessaan vain yhden vaatekerran, puutteelliset vaatteet rajoittivat julkisille paikoille menemistä ystävien kanssa. Myös Isolan & Siukolan (2017, 116) tutkimuksesta ilmenee, että huolittelematon ulkonäkö saattoi aiheuttaa alemmuuden kokemuksia ja sosiaalisten tilanteiden välttelyä.

Kaikille ulkoinen olemus ei kuitenkaan ole yhtä merkittävässä roolissa eikä esimerkiksi reikäiset vaatteet aiheuta nolostumista, kuten kirjoittaja 20 kertoo. Käsitän, että esimerkiksi elämänhistoria sekä aiemmat kokemukset saattavat vaikuttaa oman ulkoisen olemuksen merkitykseen. Myös kulttuuriset odotukset voivat vaikuttaa ihmisten käsitykseen siitä, miltä pitäisi näyttää.

5.3.2 Sosiaaliset tilanteet

Sosiaalisiin tilanteisiin liittyvää häpeää koetaan erilaisissa tilanteissa, joissa köyhyys ilmenee vuorovaikutustilanteissa jollain tavalla joko yksilölle itselleen tai muille. Köyhyyden ilmetessä yksilölle itselleen saatetaan pelätä, että köyhyys tulee näkyväksi myös muille. Yksi kirjoittajista kertoo, että omasta köyhyydestä ei ole suotavaa puhua tuttavien tai läheisten ihmisten kuullen, koska se aiheuttaa vaivaannuttavia tilanteita sekä kertojalle itselleen että kuulijoille:

Vaikeinta köyhyydessä on se, ettei se ole sosiaalisesti hyväksyttävää. Minua ei häiritse toisten ulkomaanmatkat, mutta se häiritsee, etten voi jakaa elämäni vapaasti naapureideni tai ystäväperheiden kanssa. Jos joku vahingossa kuulee, että perheelläni ei ole varaa johonkin, tai että elämme opiskelijabudjetilla, laskeutuu kiusallinen hiljaisuus ja keskustelu käännetään heti toiseen aiheeseen... Kirjoittaja 11

Osa kirjoittajista kertoo, että ei ole halunnut tai kehdannut kertoa taloudellisesta tilanteestaan muille. Taloudellista tilannetta saatetaan myös vähätellä. Kirjoittaja 27 esimerkiksi kertoo, että on säästänyt muita elämänsä ”graaveimmilta puolilta.” Tulkitsen, että taloudellisen tilanteen salaamisen taustalla saattaa olla esimerkiksi pelkoa muiden reagoimisesta tai leimaamisesta. Kyseinen kirjoittaja kertoo myös joutuneensa luopumaan taloudellisen tilanteensa takia elämänsä suurimmasta saavutuksesta, omistusasunnosta. Tämän seurauksena kirjoittaja joutui muuttamaan sukulaistensa luo, jotka eivät olleet nähneet aiemmin tämän taloudellista ahdinkoa eivätkä ymmärtäneet, että tilanne voisi johtaa siihen. Vaikka kirjoittaja ei sitä suoranaisesti sanokaan, käsitän, että tilanne on saattanut aiheuttaa hänelle häpeää.

Köyhyys vaikuttaa myös omaan toimintaan vanhempana. Lasten ei haluta tietävän eikä kärsivän köyhyydestä, jonka vuoksi taloudellista tilannetta yritetään salata. Lapsille voi joutua valehtelemaan eri tilanteissa, jotta heille ei aiheutuisi pettymystä köyhyyden vaikutuksista esimerkiksi vapaa-ajanviettomahdollisuuksiin. Lapsille yritetään taata tarpeelliset asiat, mutta taloudellisen tilanteen vuoksi asioista joudutaan myös tinkimään.

Tämä näkyy aineistossani esimerkiksi erilaisten materiaalien hankintojen, harrastusmahdollisuuksien sekä sosiaalisten tilaisuuksien rajaamisena. Samankaltaisia asioita ilmenee myös Tess Ridgen (2009, 89–90) tutkimuksesta. Vanhemmat pyrkivät suojelemaan lapsiaan sekä asettamaan heidät etusijalle, mutta taloudellisen paineen alla eläminen on vanhemmille haastavaa. Vanhemmat saattavat joutua punnitsemaan asioita mitä ostavat, jolloin omia sekä lasten tarpeita voi olla vaikea täyttää. Myös esimerkiksi erilaiset juhlapäivät ja niistä aiheutuvat kustannukset asettavat haasteita taloudelliselle tilanteelle. (mt., 89–90.) Eräs äiti (kirjoittaja 54) kertoo toisinaan ohjeistaneensa lapsiaan valehtelemaan rahan unohtumisesta kotiin esimerkiksi koulun retkien kohdalla. Kirjoittaja kertoo, että joskus myös opettajan lahjaan osallistuminen vain ”unohdettiin.” Kirjoittaja toteaa, että ei halunnut menettää ylpeyttään, vaikka uskoi, että koulusta olisi voitu tulla vastaan, jos siellä olisi tiedetty perheen tilanteesta. Orly Benjaminin (2020, 797) tutkimuksen mukaan äidit kokivat häpeää siitä, että he eivät kyenneet tarjoamaan lapsilleen sitä mitä he olisivat tarvinneet eivätkä pystyneet suojelemaan lapsiaan häpeältä koulussa. Tulkitseen, että myös kirjoittajan taloudellisesta tilanteesta valehtelemisen ja ylpeyden menettämisen pelon taustalla on todennäköisesti häpeää, vaikka kirjoittaja ei sitä suoraan sanokaan. Samalla kirjoittaja on myös yrittänyt suojella lapsiaan häpeää aiheuttavilta tilanteilta.

Kirjoituksista ilmenee, että monella oma sosiaalinen toimijuus on kaventunut köyhyyden seurauksena. Köyhyys rajoittaa sosiaalista kanssakäymistä, koska taloudellisen tilanteen vuoksi on vaikea osallistua erilaisiin sosiaalisiin tilaisuuksiin. Kirjoittaja 55 puolestaan kertoo pelkäävänsä, tuleeko köyhyydestä aiheutuva häpeä rajoittamaan jatkossa sosiaalista kanssakäymistä ja lisäämään ulkopuolelle jäämistä. Leemamol Mathew (2010, 388) toteaa, että ihmiset häpeävät köyhyyttään ja ovat häpeissään sen seurauksista, joka vaikuttaa myös ihmisten sosiaaliseen syrjäytymiseen. Myös Eeva-Maria Grekulan (2022) osallisuutta käsittelevästä tutkimuksesta nousee esiin, kuinka häpeä vaikuttaa köyhyydessä elävien sosiaalisiin tilanteisiin. Häpeä voi rajoittaa halukkuutta osallistua erilaisiin tilanteisiin. Ulkopuolisuutta voi joutua kokemaan, jos kokee olevansa etäämmällä muista esimerkiksi keskusteluissa, joissa aiheet eivät kosketa itseä. (mt., 36, 59.)

Aineistossa kirjoittajien sosiaalisten tilanteiden rajoittumiseen liittyy muun muassa kipua ja kokemusta paitsi jäämisestä. Esimerkiksi kylään kutsumista joudutaan välttelemään taloudellisesta tilanteesta johtuen ja tämä voi aiheuttaa häpeää. Kirjoittaja 55 kertoo, että hänelle tulee kiusaantunut olo, jos esimerkiksi kaverit tarjoavat, vaikka samalla uskoo, että työssäkäyville ystäville se ei tunnu suurelta asialta. Se, että itsellä ei ole mahdollisuutta tarjota, voidaan myös kokea rajoittavan omaa kanssakäymistä. Kirjoittaja 71 kertoo

kuinka ”köyhyys rajoittaa mahdollisuuksia olla mukava ja höveli, tarjota asioita toisille.” Katkelmasta ilmenee, että kirjoittaja kokee taloudellisen tilanteen vaikuttavan siihen millaisena hän muiden silmissä näyttää. Kirjoittaja liittyy hyvään taloudelliseen tilanteeseen mukavuuden ja rentouden, jolloin voi tulkita, että heikon taloudellisen tilanteen kautta ei ole mahdollista ilmentää samalla tavalla kyseisiä piirteitä.

Köyhyys saattaa vaikuttaa myös harrastusmahdollisuuksiin. Kirjoittaja 27 kertoo kuinka tärkeiksi kansalaisopistot ja kirjastot tulivat vuosien aikana, koska niissä on ollut mahdollista käydä ilman diagnoosikoodia, leimaa tai köyhyyden viittaa. Kirjoittaja on kokenut saavansa olla kyseisissä paikoissa oma itsensä ja samalla samanlainen kuin kaikki muutkin. Myös Isolan & Siukolan (2017, 118) tutkimuksessa kirjoittajat kertoivat hakeutuvansa paikkoihin, joissa ei ole hierarkioita, kuten kirjastoihin ja luontoon. Isola ja Siukola jäsentävät näiden olevan paikkoja, jossa omaa toimijuutta voi rakentaa omalla tavalla. (mt., 118.) Mahdollisuus harrastaa voi tukea myös osallisuuden kokemusta, joka saattaa olla heikentynyt köyhyyden seurauksena.

Sosiaaliset tilanteet, joihin sisältyy häpeää, saattavat liittyä myös materialistisen puutteen ilmenemiseen. Walkerin (2014, 2) yhtenä näkemyksenä onkin, että köyhyyteen liittyvän häpeän esiin tuleminen on lisääntynyt koska yksilökeskeinen, kuluttamista korostava kulttuuri on tullut keskeiseksi tavaksi ilmaista omaa sosiaalista statusta ja identiteettiä. Esimerkiksi kirjoittaja 11 kertoo pyytävänsä usein naapureilta kyytejä lasten harrastuksiin, joka nolottaa toisinaan tämän puolisoa. Kirjoittaja kertoo, että kyydin pyytäminen ei hävettäisi, jos autottomuus johtuisi esimerkiksi ympäristösyistä, mutta auto on myös tärkeä statussymboli. Kirjoituksesta ilmenee, kuinka autottomuus vaikuttaa myös kirjoittajan ja puolison kokemaan asemaan suhteessa muihin.

Materialistisen puutteen ilmenemiseen liittyvät tilanteet näkyvät erityisesti lapsuuden aikaisissa kokemuksissa. Ridgen (2009, 55–57) köyhyydessä elävien lasten ja vanhempien kokemuksia käsittelevässä tutkimuksessa todetaan, että lapsena köyhyydessä eläminen saattaa olla hyvin haitallista. Köyhyyden vaikutukset ovat moninaiset muun muassa taloudellisella, materiaalisella ja sosiaalisella tasolla. Köyhyyden vuoksi lapset kokevat häpeää, surua ja pelkoa leimautumisesta ja stigmasta. (mt., 55–57.) Kirjoittajien kertomuksissa köyhässä lapsuudenperheessä eläminen on saattanut näkyä esimerkiksi puutteena saada samoja tavaroita mitä ikätovereilla on ollut tai hankaluutena viettää aikaa muiden kanssa. Kirjoittaja 26 kertoo kokeneensa lapsuudessa ulkopuolisuutta tavarantoiminnan puutteen sekä puutteellisuuden vuoksi ja köyhyyden osaltaan vaikuttaneen siihen, minkä vuoksi kirjoittajalla ei ollut yhteistä muiden kanssa. Myös nämä asiat nousevat esiin Ridgen

(2009) tutkimuksesta. Tutkimuksessa lasten esiin tuomat huolet liittyivät muun muassa materialistiseen puutteeseen sekä sosiaalisiin suhteisiin ja niiden ylläpitoon. Materiaalinen puute voi lisätä myös kiusaamista ja köyhyys osaltaan vaikuttaa syrjäytymiseen. (mt., 55–57.)

Aineistosta ilmenee, että lapsena köyhyiden tiedostaminen on saattanut aiheuttaa myös ristiriitaisia tunnekokemuksia, kun ei ole välttämättä tiennyt miten erilaisiin tilanteisiin tulisi suhtautua. Köyhyys on voinut olla perheessä myös eräänlainen punainen vaate, jonka vuoksi lapset ovat tottuneet siihen, että vain välttämättömiä asioita voi pyytää vanhemmilta. Myös Ridgen (2009, 55–57) tutkimuksesta ilmenee, että lapset ovat yrittäneet hillitä omia tarpeitaan vanhempien taloudellisesta tilanteesta johtuen. Vanhempien taloudellinen tilanne on saattanut myös lisätä jännitteitä lasten ja vanhempien välillä. (mt., 55–57.)

5.3.3 Sosiaaliset suhteet

Ihmissuhteet ovat keskeinen elämän tyytyväisyyteen vaikuttava tekijä (Kainulainen 2014, 494). Köyhyys voi kuitenkin vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin sekä niiden ylläpitoon. Isola ym. (2016, 157) toteavat, että köyhyyden pitkittyessä sosiaaliset verkostot sekä autonomia kunnioittavat merkityksellisyyden kokemusta tarjoavat mahdollisuudet usein kaivattavat. Luvussa 5.3.2 käsiteltiin köyhyyteen liittyvää häpeää suhteessa sosiaalisiin tilanteisiin, jotka todentuvat pääasiassa läheisissä ihmissuhteissa. Sosiaalisiin suhteisiin liittyvä häpeä ilmenee pääasiassa perheenjäsenten sekä ystävien kautta. Omaa elämäntilannetta saatetaan myös verrata läheisten tilanteisiin. Markku Ojanen (1996, 70–71) toteaa, että ihmiset vertailevat itseään toisiin ihmisiin jatkuvasti. Tätä voidaan kutsua sosiaaliseksi vertailuksi. Pääasiassa ihmiset vertailevat itseään omaan sosiaaliseen viiteryhmäänsä tai tämän puuttuessa saman ikäisiin, samaa sukupuolta oleviin sekä samanlaisessa sosiaalisessa asemassa oleviin ihmisiin. Muiden lisäksi ihmiset vertailevat itseään myös omiin odotuksiin sekä aiempiin suorituksiin. (mt., 70–71.) Aineistosta nousee esiin, että köyhyys saa tuntemaan riittämättömyyttä, häpeää sekä epäonnistumista suhteessa läheisiin ihmisiin. Kirjoittaja 71 esimerkiksi kertoo, kuinka omassa lähipiirissä köyhyydellä on stigma ja palkkatyössä olematonta ihmistä pidetään omituisena. Kokemus omasta köyhyydestä määrittäytykin suhteessa omaan lähipiiriin ja siinä arvostettaviin asioihin

(Virrankari & Isola 2021, 288). Vähempiarvoisuutta saatetaan myös kokea, vaikka tätä ei lähipiirissä tuotaisikaan varsinaisesti esiin.

Oman köyhyiden voidaan kokea vaikuttavan myös läheisten elämään. Kirjoittaja 20 kertoo kuluttavansa myös puolisonsa resursseja, koska puoliso joutuu tekemään kahta työtä elättääkseen molempia. Kirjoittaja kokee rajoittavansa köyhyydellään sekä omaa että puolisonsa elämää. Kirjoittaja kertoo myös olevansa menoerä itselleen, läheisilleen sekä yhteiskunnalle. Käsitän, että kirjoittajan kokemus sisältää myös häpeää omasta tilanteesta, koska hän kokee olevansa rasite itsensä lisäksi läheisilleen sekä yhteiskunnalle.

Heikentynyt taloudellinen tilanne voi johtaa myös siihen, että taloudellista tukea pyydetään läheisiltä ihmisiltä. Taloudellisen tuen pyytäminen ei kuitenkaan ole itsestään selvää, ja saattaa aiheuttaa erilaisia tunteita, kuten häpeää ja ahdistusta. Myös Grekulan (2022, 36) tutkimuksesta ilmenee, että rahallisen avun saamisesta saatetaan kokea myös häpeää, vaikka asiasta koetaan kiitollisuutta. Aikuisena taloudellisen tuen pyytämiseen omilta vanhemmilta saattaa liittyä myös kokemus epäonnistumisesta, jos kokee, että ei ole pystynyt vastaamaan itselleen asettamiin tai ulkopuolelta asetettuihin odotuksiin. Yksi kirjoittajista kertoo, kuinka kynnys taloudellisen tuen pyytämiseen vanhemmilta oli suuri:

Tuossa yhteydessä uskalsin lopulta pyytää vanhemmiltani rahaa. Aikaisemmin en ole uskaltanut sitä tehdä. Olen paineistanut paljon itseäni siitä, että aikuisen pitää pärjätä omillaan. Sairastumiseni alkuvaiheessa en taas uskaltanut huolestuttaa vanhempiani, sillä näin heidän kuormittuneisuutensa, enkä halunnut aiheuttaa lisää murheita. He eivät tiedä, että olen elänyt useamman vuoden nälässä ja kerännyt pulloja hankkiakseni ruokaa. He ovat tähän saakka auttaneet minua rahallisesti harvakseltaan oman halunsa ja kykynsä mukaan. Se, että uskaltauduin pyytämään rahaa, oli suuren esteen takana... Kirjoittaja 34

Niin kuin edellä olevasta katkelmasta ilmenee, taloudellista tilannetta saatetaan myös salata läheisiltä. Taustalla voi olla häpeää omasta tilanteesta. Häpeän tunnistaminen ja tunnustaminen lisäävät häpeää, jonka vuoksi ihminen haluaa piilottaa häpeän ja esimerkiksi pitää kulisseeja yllä (Malinen 2012, 106–107).

Eräs kirjoittajista kertoo myös pelkäävänsä, miten oma köyhyys vaikuttaa vanhempien taloudelliseen tilanteeseen. Kirjoittaja kertoo, kuinka taloudellinen riippuvuus vaikuttaa myös siihen, että omaa elämää koskevat ratkaisut ovat muiden käsissä:

...Itse olen taloudellisesti äärimmäisen riippuvainen muista ihmisistä. Aiemmin ääri-individualistinen, erittäin itsenäinen nuori nainen on nyt muiden alla monessa itseään ja elämäänsä koskevassa päätöksessä. Taantunut kuin lapseksi, jonka elämästä ja suunnasta muut päättävät (koska maksavat). Se on nöyryyttävää, pienentävää, paineistavaa. Se kierouttaa

suhteita asioihin ja ihmisiin. Tekee asioista kaupankäyntiä, vääränlaisia valta-asetelmia ja kohtuuttomia kompromisseja -kaikille osapuolille. Kirjoittaja 20

Edellä olevasta katkelmasta ilmenee, kuinka kirjoittaja kokee ikään kuin taantuneensa lapseksi taloudellisen riippuvuuden vuoksi. Sen lisäksi että se on nöyryyttävää kirjoittajalle itselleen, se vaikuttaa myös kirjoittajan läheisiin ihmissuhteisiin kielteisellä tavalla.

5.3.4 Häpeän ilmeneminen tukimuotojen kontekstissa

Häpeää ja muita epämiellyttävänä pidettyjä tunteita koetaan myös ulkopuolista tukea haikiessa. Ulkopuolisella tuella tarkoitetaan tässä sellaista tukea, jota haetaan muualta kuin omasta läheisverkostosta heikentyneen taloudellisen tilanteen paikkaamiseksi. Ulkopuolista tukea tarjoavia toimijoita ovat esimerkiksi Kela, kunnan sosiaalitoimi, diakoniatyö sekä erilaiset järjestöt ja yhdistykset. Aineistossa esiin tulleiden toimijoiden tarjoamia tukimuotoja ovat Kelan perustoimeentulotuki, sosiaalitoimen kautta haettava harkinnanvarainen toimeentulotuki, diakonian taloudellinen tuki sekä ruoka-apu. Tukimuodot ovat tarkoitettu tilapäiseksi tueksi, mutta esimerkiksi perustoimeentulotukeen joutuu turvautumaan säännöllisesti useat suomalaiset muiden etuuskien alhaisen tason vuoksi. Tämä näkyy erityisesti työttömien ihmisten kohdalla. (THL 2019, 94–95.)

Walkerin (2014, 54–55) mukaan köyhyyteen liittyvässä henkilökohtaisessa stigmassa on kyse yksilön kokemuksesta etuuskien hakemiseen liittyvästä häpeästä. Walker toteaa muun muassa sosiaalietuuksia myöntävien toimistojen olevan paikkoja, joissa ihmiset saattavat kokea häpeää köyhyydestään, koska niissä taloudellinen ja henkilökohtainen epäonnistuminen tulevat julkisesti todistetuksi. (mt., 84.) Aineistosta ilmenee, että muun muassa jatkuva tuen hakeminen aiheuttaa kielteisiä tunteita. Tuen saaminen väliaikaisesti ja erilaisessa elämäntilanteessa kuten opiskellessa, ei ole välttämättä aiheuttanut häpeää, mutta tilanteen pitkittyessä suhtautuminen tuen hakemiseen on voinut muuttua. Esimerkiksi pitkittyneen työttömyyden vuoksi ihmiset joutuvat useimmiten turvautumaan erilaisiin etuuksiin ja palveluihin, jotka voidaan kokea myös leimaaviksi ja kontrolloiviksi. Etuuksiin ja palveluihin saattaa sisältyä kokemuksia omasta pärjäämättömyydestä sekä erilaisuudesta. (Isola & Suominen 2016, 36–37.) Aineistosta ilmenee, että tukien saajaksi ei myöskään haluta määrittyä. Tulkitsen, että tähän saattaa sisältyä esimerkiksi nöyryyttä omasta tilanteesta, joka ihmiselle syntyy tukia hakiessa. Kaikissa tuen hakemiseen liittyvissä kirjoituksissa ei kuitenkaan ilmene häpeää. Kirjoittaja 7 pohtii, että monet

häpeävät avun hakemista sosiaalitoimesta, mutta itse ei tätä häpeä. Kirjoittaja kokee, että voi tukea hakea, koska on siihen oikeutettu.

Kirjoittaja 77 kertoo aiemmin työpaikan saatuaan ymmärtäneensä, että kukaan ei lukisi hänen tiliotteitaan eikä hänen tarvitsisi hakea tukea Kelasta tai sosiaalitoimesta. Tulkitseen, että kirjoittajan kokemuksessa saattaa olla helpotusta siitä, että hänen ei tarvinnut kokea nöyryytystä toimeentulotuen hakemisesta ja tiliotteiden toimittamisesta. Hakkaraisen (2017) tutkimuksen mukaan tarveharkintaisten etuuksien, kuten toimeentulotuen hakemiseen liittyy nöyryyttävyyttä. Nöyryyttävyys voi liittyä tuen hakemisen käytäntöihin tai ylipäänsä viimesijaisen tuen saamiseen ja muiden mielipiteisiin viimesijaisesta toimeentuloturvasta. (mt., 92–93.) Perustoimeentulotuki siirtyi kunnilta Kelan käsiteltäväksi vuoden 2017 alussa, jolloin pelkästään harkinnanvarainen toimeentulotuki jäi kuntien vastuulle. Uudistuksen tarkoituksena oli muun muassa helpottaa tuen hakemista sekä vähentää siitä aiheutuvaa häpeää (Linnanvirta ym. 2020, 152).

Linnanvirta ym. (2020) tutkivat toimeentulotuen Kela-siirtoon liittyviä mielipiteitä ennen siirtoa sekä sen jälkeen ruoka-apua saavien keskuudessa. Ennen uudistusta toimeentulotuen hakemiseen liittyvä häpeä tuli esiin kahden tutkimukseen osallistuneiden haastattelussa. Uudistuksen jälkeen häpeää ei puolestaan nostettu esiin. Linnanvirta kumppaneineen toteavat, että tämä voi kuitenkin johtua monesta asiasta, kuten siitä, että häpeää kokevat eivät välttämättä halua osallistua tutkimuksiin. (mt., 162–163, 177–179.) Aihe edellyttää kuitenkin vielä lisätutkimusta. Esimerkiksi vielä ennen toimeentulotuki uudistusta Blomberg ym. (2016, 309) tekemässä tutkimuksessa todetaan, että huolimatta toimeentulotuen yleisyydestä, järjestelmässä tuella on köyhäinhoidollinen häpeäleima. Tutkimuksen mukaan toimeentulotuen hakemiseen liittyy häpeää sekä kansalaisten että katutason työntekijöiden näkökulmasta. (mt., 309.)

Erilaisten tukimuotojen käyttämistä saatetaan myös suhteuttaa omaan aiempaan tilanteeseen. Kirjoittaja 27 toteaa, että ei olisi uskonut ajautuvansa tilanteeseen, jossa osallistuu diakoniaruokailuun sekä anoo diakonilta tukea laskuun, johon sosiaalitoimesta ei myönnetty tukea. Kirjoittaja kertoo joutuneensa samaan tilanteeseen, jossa oli ennen nähnyt usean asiakkaansa olevan. Katkelmissa ei puhuta suoranaisesti häpeästä, mutta kirjoittaja vertaa itseään ja asemaansa johonkin sellaiseen, johon ei itse olisi ajatellut ajautuvan. Kirjoittaja 34 kertoo puolestaan hakeneensa tukea diakoniatyöstä, mutta koska hänellä ei ole lapsia eikä asuntolainaa, ei tukea saanut. Kirjoittaja pohtii, ovatko kyseiset asiat mitta ihmisarvolle. Katkelman perusteella tulkitseen, että sen lisäksi että kirjoittaja arvioi omaa ihmisarvoaan, hän kokee eriarvoisuutta tuen myöntämiskäytäntöjen perusteista.

Kirjoituksissa kerrotaan myös apteekissa ja kaupassa asioimiseen liittyvästä häpeästä, mikä on seurausta ulkopuolisen tuen hakemisesta. Kirjoittaja 35 kertoo kokevansa alistuneisuutta ja huonommuutta asioidessaan apteekissa, koska silloin hänen huomataan olevan toimeentulotuen asiakas. Käsitän, että kirjoittaja tarkoittaa todennäköisesti toimeentulotuen kautta myönnettävää lääkemaksusitoumusta ja sen ilmenemistä apteekissa asioidessa. Kirjoittaja kertoo häpeävänsä asiaa ja samalla yrittää olla välittämättä, vaikka pohdiikin, että mitä muut hänestä ajattelevat.

Eräs kirjoittajista kertoo myös julkisesta nöyryytyksestä diakoniatyöstä saamiaan kauppalipukkeita käyttäessä:

...Kun menin kauppaan lipukkeiden kanssa, minua kohdeltiin töykeästi. Yhdenkin kerran olin ostamassa pyykinpesuainetta. Kassamyyjä alkoi apurikoimaan, onko pyykinpesuaine hygieniatuote. Hän kutsui esimiehen paikalle, ja tämä lähes huusi minulle, että siirry pois maksavien asiakkaiden tieltä. Olin tulipunainen häpeästä. Kirjoittaja 7

Edellä olevasta katkelmasta ilmenee, kuinka monella tavalla häpeä voi ilmetä yhdessä tilanteessa. Kirjoittaja on asioinut julkisessa paikassa, kaupassa, jossa on todennäköisesti ollut paikalla samanaikaisesti myös muita ihmisiä. Sen lisäksi että kirjoittaja on mennyt asioimaan kauppaan lipukkeiden kanssa, joka voi jo itsessään olla hävettävä kokemus, on kaupan työntekijät nöyryyttäneet häntä. Kirjoittaja myös kertoo, kuinka häpeä on näkynyt hänen kasvoiltaan. Saattaa olla, että fyysisesti ilmenevä reaktio on lisännyt kirjoittajan häpeää vielä entisestään.

Aineistosta ilmenee myös ruoka-avun hakemiseen liittyvä häpeä. Ohisalon & Saaren (2014, 91–95) tutkimuksen mukaan noin kolmannes ruoka-apua hakevista pitää ruoka-avun hakemista häpeällisenä. Kirjoituksista ilmenee, kuinka ruokajonossa oleminen ja ohikulkijoiden tuijottaminen aiheuttaa häpeää. Ruokajonossa ollessa pohditaan myös, mitä jos joku tuttu näkee. Käsitän, että tutun näkeminen voisi aiheuttaa nolostumista tai häpeää omasta tilanteesta. Sen lisäksi että ruoka-avun hakemiseen liittyy häpeää, liittyy siihen myös muita kielteisiä tunteita sekä erilaisia käsityksiä. Kirjoittaja 64 kertoo, että omassa suvussa on aina arvostettu työntekoa, jonka vuoksi hän ei halunnut mennä kerjäämään ruoka-apua. Kirjoituksesta ilmenee, kuinka muiden käsitykset ja mielipiteet vaikuttavat myös omaan suhtautumiseen. Myös kirjoittajan ruoka-apuun hakemiseen liittyvä käsite kerjäämisestä ilmentää sitä, minkälainen mielikuva kirjoittajalla ruoka-avun hakemisesta on.

Ruoka-avun hakeminen saattaa myös tuntua vieraalta. Eräs kirjoittaja kertoo, kuinka pitää leipäjonon tärkeinä, mutta omaa leipäjonoon menemistä haastoi ajatukset itsestä ja siitä, miten on oman elämänsä suunnitellut. Kirjoittaja kuitenkin päätti mennä ruokajonoon ja kertoo kokemuksen olleen huonompi kuin osasi odottaa. Kirjoittajan mukaan ruoka-apua hakevia ”alistettiin kuin karjalaumaa” ja ruokien valikoimisesta sai kuulla syyllistämistä. Kirjoittaja kertoo, kuinka tunsikin olleensa ”pohjasakkaa” useamman työntekijän kohdalla. Kokemuksen myötä kirjoittaja päätti, että ei enää mene leipäjonoon:

... Kokemus olisi voinut olla toisenlainen, se olisi voinut olla inhimillisempi. Vannoin itselleni, että anna tämän olla viimeinen kerta leipäjonossa. Toki opin paljon kokemuksesta; lisää nöyryyttä, ihmisyyteni arvon tai sen arvottomuuden, ja ihmisen kohtaamisen taito näyttäytyi poissaolollaan ja yhä enenevässä määrin osaan arvostaa sitä enemmän kuin mitään. Kirjoittaja
35

Katkelmasta ilmenee, kuinka kirjoittajan kokemus on vahvistanut entisestään nöyryyttä ja arvottomuutta. Niin kuin edellä olevan, myös muiden aineiston kirjoitusten kautta käsitän, että kohtaamisten merkitys on hyvin tärkeässä roolissa eri palveluita käyttäessä. Kohtaamiset vaikuttavat siihen, minkälaiseksi tuen hakeminen koetaan. Mikäli yksilö kokee, että tuen hakemisesta tuomitaan ja kokemukset vahvistavat häpeää joka heikentyneestä taloudellisesta tilanteesta voi olla, yksilöt saattavat pyrkiä selviytymään ennemmin omillaan tai läheisverkoston turvin. Ajattelen, että tämä voi puolestaan lisätä taloudellisten tilanteiden vaikeutumista ja ilmetä esimerkiksi velkaantumisenä tai ihmissuhteiden kuormittumisena.

5.4 Sisäisen ja ulkoisen häpeän yhteen kietoutuneisuus

5.4.1 Yhteiskunnalliset odotukset ja käsitykset osana köyhyden stigmaa

Köyhyydellä on ollut jo pitkään kulttuurissamme leimallinen asema (ks. esim. Virkkunen 2010 ja Stark 2011) ja tämä ilmenee myös kirjoituskilpailuun osallistuneiden kokemuksista. Köyhyyteen liittyy edelleen juurtuneita asenteita ja käsityksiä, mitkä vaikuttavat myös ihmisten häpeän kokemiseen. Tulkitsen, että taustalla vaikuttavat myös yhteiskunnalliset ja kulttuuriset odotukset, jonka vuoksi käsittelen aiheita kokoavasti tässä luvussa.

Yhteiskunnalliset odotukset ja kulttuuriset käsitykset ovat yhteydessä siihen, mitä yhteiskunnassa arvostetaan ja minkälaiset ovat vallalla olevat normit. Normit pohjautuvat arvoihin, joita ihmiset pitävät tärkeinä (Haasio 2015, 3). Normit ovat ikään kuin sääntöjä,

joita ihmisten odotetaan noudattavan. Normit voivat olla yhteiskunnan asettamia, mutta myös erilaisten yhteisöjen asettamia. (Mäkinen 2008, 32–33.) Erityisesti vauraissa ja taloudelliseen kehitykseen keskittyvissä maissa työmoraali on yksi kulttuurisista arvoista (Walker 2014, 95). Myös suomalaisessa yhteiskunnassa työn teon eetos on vahva. Työelämään osallistuminen ja työurien pidentäminen ovat tärkeä osa suomalaista yhteiskuntapolitiikkaa (Kauppinen ym. 2010, 234) ja tämä näyttäytyy erilaisten yhteiskunnassa toteutettavien toimenpiteiden kautta.

Yhteiskunnan institutionaalinen rakenne edustaa yhteiskunnassa tavoiteltavaa hyvinvointia sekä hyvää elämää. Ihmisiä kannustetaan julkisen vallan kautta muun muassa koulutautumaan, työllistymään sekä huolehtimaan terveydestä. Hyvinvointipolitiikka painottaa toimijuutta: yksilö huolehtii itsestään sekä läheisistään, on aktiivinen sekä työelämässä että kuluttajana ja osallistuu yhteiskunnan kehittämiseen. Työnteolla nähdään olevan keskeinen rooli yksilön identiteetin rakentamisessa sekä osallisuuden todentamisessa. (Björklund & Saarlo-Siintola 2010, 45–49.) Hyvinvoinnin nähdäänkin olevan enenevässä määrin yksilöiden käsissä, jolloin rakenteelliset ja yhteiskunnalliset ongelmat jäävät tunnustamatta. Yksilöllistyvän näkökulman mukaan yksilö tekee aktiivisia valintoja itsensä hyväksi, jolloin yksilöiden ajatellaan olevan vapaita ja kykeneviä tekemään valintoja. Samalla kun yksilöä valtaistetaan, myös vastuutetaan omasta hyvinvoinnista. (Karjalainen & Palola 2011, 9–10; Palola 2011, 300–307.) Rakenteet voidaan nähdä myös leimaavina. Köyhiin kohdistuva institutionaalinen leimaaminen näkyy rakenteiden ja etujen järjestelemisen kautta ja voi myös siten osoittaa yhteiskunnan poliittista ideologiaa tai sosiaalisia normeja. (Walker 2014, 58–59.)

Yhteiskunnalliset ja kulttuuriset odotukset vaikuttavat osaltaan siihen, kuinka ihmiset kokevat oman sosiaalisen asemansa. Oma sosiaalinen asema vaikuttaa myös omaan arvoon ja itsekunnioitukseen. Sosiaalista asemaa määrittävät muun muassa koulutus, työmarkkina-asema, sosiaaliluokka sekä varallisuus (Lahelma ym. 2007, 26). Aineistossa yhteiskunnalliset ja kulttuuriset odotukset liittyvät useimmiten työelämään. Esimerkiksi kirjoittaja 35 toteaa, että ”tämän päivän Suomessa koen olevani nyky-yhteiskunnan alinta kastia, se työtön ja rahallisesti köyhä”, joka osoittaa, kuinka stigma ja huonommuuden kokemus nivoutuvat yhteen yhteiskunnallisten ja kulttuuristen odotusten kanssa. Eräs kirjoittaja kertoo, että mikäli elämä olisi mennyt yhteiskunnan toivomalla tavalla, hänen tilanteensa olisi todennäköisesti toinen:

...Jos elämä olisi mennyt, kuten yhteiskunta toivoo, olisin luultavasti melko suuripalkkaisessa virassa, minulla saattaisi olla perhe, auto ja

omistusasunto. Nyt ei kuitenkaan ole, vaan elän Kelan minimieläkkeellä, asun vuokralla eikä minulla ole perhettä tai oikein ystäviäkään. Minun ei tarvitsisi kuukaudesta toiseen laskea sitä, mitä minun on varaa ostaa ja mitä ei. Minulla olisi varaa harrastaa sitä mitä haluaisin. Ennen kaikkea itsetuottamukseni ei olisi niin palasina kuin se nyt on... Kirjoittaja 34

Edellä olevasta katkelmasta ilmenee odotusten liittyvän hyvätuloiseen työhön, perhe-elämään sekä auton ja asunnon omistamiseen. Sen lisäksi että kirjoittaja kertoo yhteiskunnan odotuksista, hän myös toivoo itse, että tilanne olisi erilainen mitä nyt. Yhteiskunnalliset odotukset voivat tuntua kohtuuttomilta, mikäli omassa tilanteessa ei ole mahdollisuutta vastata niihin.

Myös työelämän vaatimukset voivat vahvistaa kokemusta puutteellisuudesta, jos ei kykene täyttämään työelämän asettamia odotuksia. Eräs kirjoittaja kertoo, että vaikka hän ei aina välttämättä sovi yhteiskunnan odotuksiin, hän on tehnyt parhaansa käytettävissä olevilla voimavaroillaan. Kirjoittaja toteaa, että haluaisi antaa oman panoksensa yhteiskunnalle, jos saisi siihen mahdollisuuden:

En valinnut sairastua masennukseen. En yritä lusmuilla. Elämä on ihan oikeasti jo tarpeeksi raskasta ilman, että minulle sataa yhteiskunnan puolelta työelämään siirtymiseen estäviä haitallisia stigmoja. Mielenterveysongelmia ja vähävaraisuutta kun ei voi CV:een laittaa. Ja jos nämä seikat paljastuvat, uskon, että joudun työnantajien silmissä erittäin huonoon valoon, vaikka tiedän, että minussa on vaikka kuinka paljon potentiaalia... Kirjoittaja 55

Edellä oleva kirjoittaja toteaa, että on tahattomasti sairastunut masennukseen sekä poissa työelämästä. Kirjoittaja ottaa kantaa siihen, minkälainen käsitys työttömästä ihmisestä saattaa olla. Kirjoittajan mukaan mielenterveyden häiriöillä sekä köyhyydellä on leima, koska niistä ei voi kertoa työtä hakiessa. Näiden kautta kirjoittaja siis uskoo määrittyvänsä huonommaksi, vaikka samalla tietää oman kyvykkyytensä. Käsitys itsestä voi vaikuttaa myös siihen, mitä yksilö jaksaa tavoitella.

Kirjoituksista ilmenee, että mikäli yksilö on työtön, häntä pidetään myös vähempiarvoisena kuin muita. Esimerkiksi kirjoittaja 27 kertoo, että jäädessään pois työelämästä, muiden mielipiteet itsestä muuttuivat eikä hän kuulunut enää ”kastiin.” Työttömyyteen liitetään myös kokemus näkymättömyydestä, hyödyttömyydestä ja turhana ihmisenä olemisesta. Taira (2006, 91) toteaa, että työttömyys ei ole hyväksytyt asema kulttuurisissa arvostuksissa. Työhön ei sisälly ainoastaan sen tarjoama toimeentulo, vaan se myös osoittaa, että ihminen on hyvä ja kelvollinen kansalainen. (mt., 91.) Tämä ilmenee myös kirjoittajien kokemuksista. Kirjoittaja 77 kertoo, että ei ole täysivaltainen ihminen, koska ei ole työelämässä. Sen sijaan kirjoittaja kertoo olevansa muiden mielestä ”vain

toimeentulotuen saaja”, jonka eläminen on yhteiskunnalle kallista. Kirjoittaja kertoo kokevansa katkeruutta siitä, että ei pysty vaikuttamaan omaan asemaansa, vaikka haluaisi olla hyödyllinen. Kokemus kertoo siitä, kuinka suuri merkitys työssä käymisellä yksilölle on. Sen lisäksi kirjoitus todentaa kirjoittajan kokemaa autonomian puutetta. Ihmisellä on luontainen tarve kokea olevansa erityinen, oman elämänsä toimija, jolla on mahdollisuus tehdä itseään koskevia valintoja ja päätöksiä (Salonen & Tapani 2020, 32). Isola ja Siu-kola (2017, 124) toteavat, että koska työmarkkinoiden ulkopuolelle jääetään yhä useammin eikä palkkatyötä ole kaikille, ihmisille tulisikin tarjota myös muita mahdollisuuksia oman toimijuuden vahvistamiseksi. Ihmiset tarvitsevat tunnustusta ja kokemusta arvokkuudesta, jota osoittaa kohtuullinen toimeentulo sekä sitä tukevat palvelut, joiden määrittelyyn myös niitä käyttävien pitäisi saada osallistua. (mt., 124–127.)

Myös kirjoittaja 34 kertoo kokeneensa yhteiskunnan taholta, että ei ole arvokas tai tuottava, koska ei käy töissä. Osa kirjoittajista peilaa tilannettaan omaan perhe- ja koulustaustaan ja pohtii omaa työttömyyttään suhteessa tähän. Työttömyyteen saattaa liittyä myös uskomus, että tekee jotakin väärin, eli on itse jollain tavalla syyllinen omaan työttömyyteensä. Häpeä sisältää usein erilaisuuden kokemuksen, joka voi syntyä esimerkiksi epätäydellisyyden ja mitättömyyden tunteiden tai ulkoisen poikkeavuuden kautta. Silloin ihminen vertaa itseään johonkin ”normaaliin.” (Malinen 2012, 98.) Yksilön pitämä ”normaali” voi olla esimerkiksi työelämässä oleminen. Taira (2006, 85) toteaa, että normaali on aina suhteessa johonkin. Esimerkiksi työtön nähdään olevan epänormaali suhteessa työssä käyvään. (mt., 85.) Kuten esiin nostamistani kirjoituksista ilmenee, sen lisäksi että köyhyyteen liittyy häpeää, liittyy sitä myös työttömyyteen. Erityisesti pitkäaikaistyöttömyys voi johtaa myös tuloköyhyyteen, joten nämä ovat läheisesti yhteydessä toisiinsa.

Ihminen tavoittelee luontaisesti yhteyttä toisiin ihmisiin ja kokemusta olla hyväksytty yhteisöissään (Salonen & Tapani 2020, 33). Kirjoituksista ilmenee myös ulkopuolisuuden kokemuksia. Ulkopuolisuuden tunne saattaa johtua esimerkiksi osattomuuden kokemuksesta, joka voi syntyä, jos ei tunne kuuluvansa mihinkään ryhmään. Esimerkiksi kirjoittaja 34 pohtii, että jos pääsisi opiskelemaan, voisi kokea tarpeellisuutta sekä kuuluvansa johonkin. Ulkopuolisuuden tunne on voinut myös syntyä sen jälkeen, kun on jäänyt pois työelämästä. Virrankari & Isola (2021, 291) toteavat tutkimuksessaan, että kun yksilö ei voi elää sellaisten arvojen mukaisesti jotka hyvinvoiva enemmistö jakaa, niin vähävaraisen ja kuormittuneen elämäntilanteen vuoksi ulkopuolisuuden tunne suhteessa yhteiskuntaan on vahvempi. Käsitän, että esimerkiksi työttömäksi jäämisen jälkeen arjessa ei

välttämättä ole enää samanlaisia rutiineja ja verkostoja kuin ennen. Myös kokemus omasta hyödyllisyydestä on saattanut heikentyä.

Kohtaamiset sekä asenneilmapiiri vaikuttavat myös köyhyyden kokemiseen. Kirjoittaja 26 kertoo, että ei ole koskaan saanut kokemusta tasavertaisesta ja arvokkaasta yhteiskunnan jäsenyydestä. Aineistosta ilmenee, että ulkopuolisuuden kokemukseen voi sisältyä tunne, että kukaan ei huomaa eikä näe ja joutuu ikään kuin pyristelemään, jotta tulisi muiden silmissä nähdyksi. Kainulainen (2014, 485) pohtii, että ihmisen hyvinvoinnissa ei ole kyse ainoastaan yksilön ominaisuuksista tai suhtautumisesta ympäristöön vaan merkittävämminkin, kuinka ympäristö suhtautuu yksilöön. Tulkitsenkin, että nähdyksi tulemisen puutteessa sekä kohtaamisten vaillinaisuudessa on kyse muiden hyväksymisestä omana itsenään omassa elämäntilanteessaan, sellaisena kuin on. Yleisesti näkyväksi tuleminen ei riitä, vaan näkyväksi tulee tulla myönteisellä tavalla erilaisissa suhteissa ja riittävän usein (Isola & Siukola 2017, 118).

Kerroin luvussa 5.2.1 että kirjoituksista nousee esiin myös itsetuhoisia ajatuksista. Yksi itsemurhaa suunnitelleista kirjoittajista kertoo tämän liittyneen kokemukseen, että ei kelpaa kenellekään. Tämän taustalla kirjoittaja 77 kertoo olevan pettymyksiä hakiessaan opiskelu- sekä työpaikkaa. Brené Brown (2006) kuvaa kerroksellista häpeää häpeäverkko, joka sisältää loukussa olemisen, voimattomuuden ja eristymisen tunteet. Häpeäverkko sisältää myös sosiokulttuurisia odotuksia siitä, kuka pitäisi olla, millainen pitäisi olla ja miten tulisi olla liittyen sekä rooleihin että identiteettiin. Brownin tutkimuksessa osallistujat kokivat häpeää, koska he eivät kyenneet täyttämään ulkopuolelta tulevia riskitiriitaisia odotuksia. (mt., 45–46.) Käsitän, että kirjoittajan kokemuksessa voi olla samankaltaista kerroksellisuutta, ja taustalla saattaa vaikuttaa myös kulttuuriset odotukset. Walker (2014, 95) toteaa, että mikäli yksilö ei pysty toimimaan kulttuuristen arvojen mukaisesti, hän voi ajatella olevansa epäonnistunut niin sosiaalisesti kuin moraalisesti.

Myös aikuisuuteen liittyvät odotukset ilmenevät kirjoituksista. Aikuisuuteen liitetään ajatuksia omillaan pärjäämisestä, taloudellisesta riippumattomuudesta ja itsenäisyydestä (Wyn & White 1997, 12), jotka nousevat myös aineistosta esiin. Luvussa 5.3.3 käsittelin, kuinka taloudellisen tuen pyytämiseen läheisiltä saattaa sisältyä muun muassa ajatuksia epäonnistumisesta. Osa kirjoittajista kokee, että he eivät ole kyenneet täyttämään odotuksia, mitkä liittyvät itsensä elättämiseen. Aikuiselta saatetaan myös odottaa, että on kykenevä huolehtimaan itsensä lisäksi itseään vanhemmista sekä sairaista läheisistä. Esimerkiksi kirjoittaja 20 kertoo olevansa iässä, jossa pitäisi alkaa huolehtimaan omista vanhemmista, mutta sen sijaan tarvitseekin itse vanhempiensa tukea. Kirjoituksesta voi tulkita

kirjoittajan kokevan epäonnistumista siitä, että hän ei vastaa tavanomaisiin odotuksiin aikuisena olemisesta. Myös epäonnistumisen kokemukseen sisältyy häpeää (Malinen 2012, 99–100).

Yhteiskunnallisiin ja kulttuurisiin odotuksiin sisältyy myös odotukset köyhän elämästä. Kirjoittajat kertovat kuulleensa muilta syyllistämistä sekä ohjeita siitä, miten pitäisi elää ja mitä tulisi tehdä elantonsa saamiseksi. Myös esimerkiksi alavalintaa sekä ajankäyttöä saatetaan arvottaa. Aineistosta ilmenee, että myöskään esimerkiksi lemmikkieläimen pitäminen ei kuulu köyhän ihmisen elämään. Kirjoituksista välittyi, että ulkopuolelta asetetaan ehtoja sille, mistä taloudellisesti heikommassa asemassa olevan ihmisen on oikeutettua haaveilla. Kirjoittajien kokemukset näyttävät olevan suhteessa siihen, miten toiset ihmiset köyhien elämiseen suhtautuvat. Virrankari & Isola (2021, 295) toteavat, että valalla olevat arvot voivat heikentää köyhien ihmisten hyvinvointia. Sen lisäksi että taloudellisesti heikommassa asemassa olevan mahdollisuudet elää omannäköistä elämää ovat rajalliset, myös muiden suhtautuminen pyrkii rajoittamaan ihmisten elämistä ja siten hyvinvointia. Käsitän, että suhtautumisen taustalla vaikuttavat köyhiin kohdistuvat arvot.

5.4.2 Stereotyyppien ja leimaamisen kautta toiseuteen

Aineistosta nousee esiin myös köyhiin ihmisiin luotuja stereotypioita. Stereotyypittämisellä tarkoitetaan esimerkiksi tiettyyn luokkaan, kulttuuriin tai kategoriaan kuuluvien ihmisten ominaisuuksien yksinkertaistamista. Stereotyypittämisellä pyritään erottelemaan normaali ja epänormaali. (Taira 2006, 84–85.) Walker (2014, 55–58) puhuu puolestaan sosiaalisesta stigmasta, joka tarkoittaa valtaväestön kohdistamaa leimaamista köyhiä kohtaan, joka ilmenee asenteiden, ajatusten ja tekojen kautta. Aineistosta ilmenee köyhyyteen liittyviä ennakkoluuloja esimerkiksi päihteiden käytöstä. Köyhyyttä pidetään myös ihmisten omana vikana ja henkilökohtaisena valintana. Köyhyyden ja usein myös työttömyyden taustalla olevat käsitykset liittyvät esimerkiksi asenteeseen, laiskuuteen ja avuttomuuteen. Myös Walker (2014, 95) toteaa, että työtä tekemättömiä pidetään tyypillisesti muun muassa laiskoina. Työttömän stereotyyppiin liitetään esimerkiksi toimettomuutta, työn vieroksumista, syrjäytyneisyyttä, masentuneisuutta sekä runsasta alkoholinkäyttöä (Taira 2006, 86–87). Useat kirjoittajat kertovat, että ovat tahattomasti nykyisessä elämäntilanteessaan ja vastustavat käsitystä, että köyhyys johtuisi esimerkiksi saamattomuudesta tai avuttomuudesta. Muiden kohdistama syyllistäminen aiheuttaa erilaisia tunteita, kuten

hämmennystä ja vihaa. Siihen liittyy myös kokemus väärinymmärretyksi tulemisesta, josta kirjoittaja seuraavassa katkelmassa kertoo:

En pidä yhtään siitä sääliittävästä yksinhuoltajan mallista, joka Suomeen on luotu. Emme me mitään sääliittäviä hylkiöitä ole, joille täytyy kaikki antaa valmiina ja ilmaiseksi. Olemme kovia tekemään töitä, ja elämämme on aivan erityisen rikasta. Köyhyys ei koskaan pääse korviemme väliin. Sellainen korvien välinen köyhyys se vasta vaarallista onkin... Kirjoittaja 10

Edellä oleva kirjoittaja haluaa purkaa yksinhuoltajiin liittyviä stereotyyppioita. Tätä voidaan kutsua myös vastapuheeksi, jolla vastataan stereotyyppisiin kuvauksiin ja puhutaan niitä vastaan (Taira 2006, 87). Kirjoittaja on eri mieltä siitä, että yksinhuoltajia pitäisi sääliä. Kirjoittaja myös toteaa, että köyhyys ei pääse korvien väliin. Tulkitsen, että tällä kirjoittaja tarkoittaa, että köyhyydestä ei muodostu osa identiteettiä, jolloin kyseisessä elämäntilanteessa elävät ihmiset alkaisivat myös itse pitämään itseään sääliittäväinä tai laiskoina.

Köyhyyteen liittyvään syyllistämiseen sisältyy myös kokemuksia ”loisena” sekä kulueränä olemisesta. Saari kumppaneineen (2017, 225) totesivat Suomi24-keskustelupalstan työttömiin ja köyhiin kohdistuvia keskusteluja luettuaan, kuinka silmiinpistävää ”loinen” sanan käyttö oli. Kyseinen käsite esiintyy myös aineistoni kirjoituksissa kirjoittajien käyttämänä. Esimerkiksi kirjoittaja 27 kertoo, että joidenkin silmissä hän oli muuttunut luovuttajaksi, ”suorastaan loiseksi” jäädessään pois työelämästä. Tulkitsen, että käsitteen käyttö voi myös olla kirjoittajille tuttu entuudestaan esimerkiksi köyhiin liittyvästä julki-sesta keskustelusta. Tulkitsen, että loisena ja kulueränä olemiseen liittyy samankaltaisuutta, vaikka käsitteet sellaisenaan ovat erilaisia. Käsitän, että kulueränä olemiseen sisältyy kokemus yhteiskunnan ja veronmaksajien varojen viemisestä ja samalla kokemus siitä, että itse ei tuota taloudellista hyötyä yhteiskunnalle. Käsitän että loisena olemiseen sisältyy lisäksi vahva olettamus siitä, että ihminen elää tahallisesti yhteiskunnan tuen varassa eikä haluakaan olla tuottava tai hyödyllinen yhteiskunnalle. Kirjoittajien kulueränä ja loisena olemiseen sisältyy myös kysymys omasta ihmisarvosta ja oikeudesta elää. Kirjoittaja 34 toteaa, että ei jaksaisi pyytää jatkuvasti anteeksi omaa olemassaoloaan. Sama kirjoittaja kokee, että ulkopuolisten mielestä hänen pitäisi olla jatkuvassa kiitollisuudenvelassa, koska yhteiskunta tukee häntä taloudellisesti. Tulkitsen, että kirjoittaja kokee muiden osalta syyllistämistä siitä, että ei pysty itse huolehtimaan omasta taloudellisesta pärjäävyydestään.

Syyllistämisen seurauksena ihmiset saattavat myös alkaa syyllistämään itse itseään omasta tilanteesta. Eräs kirjoittaja toteaa, että hänellä ei ole oikeutta saada töitä ja palkkaa sekä kokea olevansa muutakin kuin kuluerä. Kirjoittaja toteaa, että koska saa

yhteiskunnan taloudellista tukea, hänellä ei ole oikeutta olla yhteiskuntaan osallistuva ja rakastettu. Kirjoittaja jatkaa, että häntä pidetään myös vähempiarvoisena, holhouksen tarpeessa olevana sekä epärehellisenä. Kirjoittajan mukaan lehdet ja poliitikot kertovat päivittäin, kuinka hän kuluttaa yhteiskunnan resursseja. Töiden saatuaan kirjoittaja koki, että enää hänen ei tarvitsisi puolustella omaa olemassaoloaan:

...Se että voisin jatkossakin olla oikea ihminen, enkä loinen, joka ei vaan tajua tappaa itseään pois yhteiskunnan pieniä resursseja tuhlaamasta. Kirjoittaja 77

Edellä oleva katkelma ilmentää, kuinka syvästä syyllisyyden ja häpeän kokemuksesta voi olla kyse. Kirjoittaja on kokenut, että ei ole ollut oikea ihminen, koska ei ole ollut työelämässä. Kirjoittaja tuo myös esiin kokemusta yhteiskunnan resurssien kuormittamisesta omalla olemassaolollaan ja viittaa samalla itsemurhan tekemiseen. Katkelma ilmentää vahvasti kirjoittajan kokemusta työttömän vähäisestä ihmisarvosta.

Yhteiskunnallisessa keskustelussa tehdään jakoa ”meidän” ja ”muiden” välille. Ihmisiä luokitellaan eri käsitteitä käyttäen hyväosaisiin ja huono-osaisiin. Usein rikkaita pidetään hyväosaisina ja köyhiä huono-osaisina, kaikilla elämän osa-alueilla. (Kainulainen 2014, 485). Taloudelliseen köyhyyteen liitetään siten myös aineeton köyhyys, vaikka se ei automaattisesti tarkoittaisi sitä. Kainulainen toteaa, että poliittisessa keskustelussa stereotyyppioita tuodaan usein esiin tarkoituksella, kun taas ihmisten ajatuksissa nämä ovat usein tahattomasti. (mt., 485.) Meidän ja heidän välisessä erottelussa on kyse leimaamisesta, toiseuden tuottamisesta. Tuomaala (2000) tutki suomalaisten maaseudulla elävien poikkeavuuden kokemuksia lapsuudessa 1920- ja 1930-luvuilla. Poikkeavuuden kokemus lapsuudessa liittyi sekä omaan henkilökohtaiseen kokemukseen erilaisuudesta että muiden määrittelemään toiseuteen. Erilaisuus ja erillisuus syntyi henkilökohtaisissa kokemuksissa elämänhistoriassa, kuten sijoittumisessa kasvatustiloihin. Myös esimerkiksi köyhyys, vammaisuus ja etnisyys olivat vuosisadan alussa ominaisuuksia, joiden kautta lapset määrittivät itsensä suhteessa toisiin ja samalla arvioivat omaa heikkouttaan. (mt.) Samankaltaisia poikkeavuuden kokemuksia tulee esiin myös käyttämästäni aineistosta. Kirjoittaja 26 esimerkiksi kertoo, kuinka hän tunsikin lapsuudessa eron ”meidän” ja ”heidän” välillä köyhyyden vuoksi. Kirjoittaja kertoo, kuinka muut lapset tunsivat normaalin, sellaisen, josta hän itse unelmoi saavansa osan.

Virkkusen (2010) tutkimuksen muistitietoaineiston perusteella 1930-luvulla eläneiden ihmisten toiseuden kokemukset voitiin jakaa neljään tasoon. Ensimmäinen taso kuvasi huomionmuuttoa: köyhyys itsessään koettiin häpeällisenä, nöyryyttävänä ja huonon ihmisen

ominaisuutena. Toinen taso kuvasi koulumaailmassa esiin tulevia eroja hyvin ja huonosti toimeentulevien kesken. Kolmas taso liittyi kielteisiin kokemuksiin työstä, toimeentulosta sekä valtasuhteista. Neljäs taso puolestaan liittyi köyhäinavun hakemiseen ja kerjuuseen. Muistitietoaineiston perusteella erityisesti neljännellä tasolla toiseuttaminen tuotti moninkertaista vihaa tai häpeää. Toiseuden kokemus saattoi olla sitä syvempi, mitä useammasta tasosta on kokemusta. (mt., 265–266.) Aineistossani olevien kirjoitusten kokemuksissa on nähtävissä samankaltaisuutta 1930-luvun toiseuden kokemusten tasojen kanssa, vaikka en aineistoni valossa tarkastelekaan näiden kerroksellisuutta. Vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa on keskiössä toiseuden kokemusten tuntemisessa. Eräs kirjoittajista kertoo, kuinka apteekissa käydessään leimautuu ”heiksi” koska hänen huomataan olevan toimeentulotuen asiakas. Kyseinen kirjoittaja myös kertoo, että esimerkiksi tavat viettää vapaa-aikaa ovat erilaiset ”meidän muiden” ja ”niiden toisien” välillä. Tämä näkyy myös esimerkiksi mahdollisuuksina käydä ravintolassa syömässä:

Ruokaravintolan ohi mennessä tunnen joskus voimakasta, pusertavaa ja musertavaa fyysistä kipua. Mietin, miltä tuntuisi istua sisällä muiden joukossa saaden tilata juuri mitä haluaa. Olla osa muita, tuota ryhmää. Kahtiajako tuntuu välillä kovinkin vahvalta vähävaraisten ja parempi tuloisten kesken. Kirjoittaja 35

Köyhyiden aiheuttama toiseuden kokemus tuottaa erilaisia kielteisiä tunteita, kuten häpeää, katkeruutta, vihaa ja voimattomuutta (Virkkunen 2010, 265). Edellä olevasta katkelmasta ilmenee, kuinka kahtiajaon tunne voi aiheuttaa jopa fyysistä kipua. Kirjoittaja jatkaa kirjoituksessaan, kuinka ajattelee hyvinä hetkinä olevansa yhtä arvokas, täysivaltainen osallinen yhteiskuntaa ja osa toista ryhmää. Tulkitsen, että kirjoittaja joutuu käymään sisäistä kamppailua itsensä kanssa asiasta, koska näkee ja kokee selkeästi eron itsensä ja muiden välillä.

5.5 Häpeän ulottuvuudet koko aineistossa

Tutkimuksessani olen tarkastellut, kuinka moninaisesti häpeä ilmenee ihmisten omakohteisissa kertomuksissa. Koska pääpaino on ollut moninaisuuden huomioimisessa, en ole keskittynyt kuvausten määrään varsinaisessa sisällönanalysissäni. Koko aineistoa koskien jaottelin kuitenkin aihealueet pääteemoihin saadakseni kokonaiskäsityksen häpeän kokemusten yhtäläisyyksistä sekä eroavaisuuksista omaan aineistooni nähden. Teemoihin jakamista voidaan myös kutsua teemoittamiseksi, joka on yksi tapa analysoida

aineistoa. Teemoittamisen tarkoituksena on etsiä aineistosta olennaisimmat asiat ja jakaa nämä teemoihin. (Moilanen & Rähä 2015, 61.)

Häpeää koskevat teemat ovat yhtenäiset koko aineistossa. Köyhyyteen ja siitä aiheutuviin erilaisiin tilanteisiin liittyvä häpeä, arvottomuus ja nöyryytyksen kokemukset ilmenevät jollain tavalla suurimmasta osaa kirjoituksista. Sisäisen häpeän osalta kuvaukset paikantuvat omaan itseen sekä identiteettiin. Köyhyys aiheuttaa monia eri tunteita, joka näkyy esimerkiksi mitättömyyden kokemuksina. Omaan tilanteeseen ei välttämättä kyetä vaikuttamaan ja se voi lisätä häpeää. Ulkoisen häpeän ulottuvuudet liittyvät omaan ulkoiseen olemukseen, sosiaalisiin suhteisiin sekä erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin. Aineistosta ilmenee, että muiden ihmisten suhtautuminen vaikuttaa myös yksilön häpeän kokemukseen. Köyhyys vaikuttaa läheissuhteisiin sekä kokemukseen eriarvoisuudesta läheisiin nähden. Avun hakemiseen liittyvissä kuvauksissa tuodaan muun muassa esiin pettymystä palveluita hakiessa, osa kirjoittajista kuvaa, että ei ole halunnut ”kerjätä” apua. Köyhyyden seurauksena useat kirjoittajat kuvaavat myös ulkopuolisuuden kokemuksia, mitkä syntyvät sekä konkreettisesti erilaisissa tilanteissa, myös tietoisuuden tasolla, kun kokee että ei ole samanlaisessa tilanteessa muiden kanssa.

Yhteiskunnalliset odotukset sekä kulttuuriset käsitykset vahvistavat häpeän kokemusta. Kirjoittajat tuovat esiin, että köyhyyden stigma vaikuttaa siihen, miten oma tilanne koetaan sekä miten se näkyy sosiaalisissa tilanteissa. Erilaiset stereotypiat ovat osa stigmaa ja niihin liittyy myös odotuksia siitä, miten köyhän ihmisen tulisi elää. Osa kirjoittajista kokee, että köyhänä ihmisarvo on erilainen ja on ikään kuin toisen luokan kansalainen. Toiseuden kokemuksia näkyy sekä lapsuuden että aikuisuuden kokemuksissa. Helne (2002, 17–19) toteaa, että sosiaalisen konstruktionismin mukaisesti kieli ei ole irrallaan todellisuudesta eikä toisin päin. Hän jatkaa, että sosiaalisessa konstruktionismissa ”tosi-asiat” eivät ole totta, koska kieli muodostuu suhteessa toisiin ihmisiin. Siten todellisuus ja oleminen muodostuu aina siitä, mitä ihmiset tuottavat. Diskurssit tuovat esiin erilaisia asioita, mutta samalla myös joistain asioista vaietaan. Diskurssit myös tuottavat ja ylläpitävät valtasuhteita sekä johtavat toimintaan ja politiikkaan. (mt., 17–21.) Köyhyyden toiseuden kokemus voikin lisääntyä sen myötä mitä enemmän sitä diskurssien kautta ylläpidetään (Virkkunen 2010, 266).

Yksi aihealue, joka erottuu aineistostani suhteessa koko aineistoon, on köyhyyden vaikutus lasten hankintaan. Köyhyyttä ja siihen liittyvää kurjuutta ei haluta siirtää uudelle sukupolvelle ja tulkitsem, että taustalla voi olla myös häpeää. Aihealue nousee aineistostani esiin useammin kuin koko aineistossa. Pidän tätä ymmärrettävänä, koska valitsemani

ikäryhmä on kirjoituskilpailun hetkellä ollut siinä iässä, jossa lasten hankintaa vielä pohditaan.

Län lisäksi koko aineistoa tarkasteltaessa voidaan pohtia myös esimerkiksi sukupuoleen liittyviä eroavaisuuksia. Noin kymmenes kirjoittajista on ilmoittanut sukupuolekseen miehen, kun taas naisia on ollut selkeä enemmistö, 56 kirjoittajista. Puolestaan hieman yli neljännes kirjoittajista ei ole kertonut sukupuoltaan. Sukupuolijakauman epätasaisuuden vuoksi häpeän kokemusten eroavaisuuksien osalta ei voida tehdä tarkempia päätelmiä sukupuolen perusteella.

6 Lopuksi

Tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella, miten köyhyyteen liittyvä häpeä ilmenee ihmisten kertomuksista. Tavoitteena oli selvittää, mitä häpeästä kerrotaan ja millaisiin asia-yhteyksiin kuvaukset liittyvät. Köyhyyteen liittyvissä suomalaisissa tutkimuksissa häpeää on tutkittu muun muassa osana ruoka-avun hakemista, kansainvälisesti aihetta on tutkittu laajemmin.

Tutkimus on vahvistanut käsitystäni siitä, että köyhyyteen liittyy monenlaista häpeää. Tutkimustani ohjasi aiempi häpeään liittyvä tutkimuskirjallisuus, jonka perusteella käsitelin häpeän kuvauksia ensisijaisesti sisäisen ja ulkoisen häpeän ilmenemisen kautta. Tutkimuksen tekemisen myötä osoittautui, että sisäistä ja ulkoista häpeää on toisinaan vaikea, jopa mahdoton erottaa toisistaan. Köyhyyteen liittyvää häpeää voidaan tarkastella suhteessa itseen, suhteessa muihin sekä näiden yhteen kietoutuneisuutena. Köyhyyteen liittyvää sisäistä häpeää esiintyy suhteessa omaan identiteettiin ja itseen, joka näkyy esimerkiksi arvottomuuden ja mitättömyyden kokemuksina. Ulkoinen häpeä liittyy keskeisesti sosiaalisiin tilanteisiin ja suhteisiin ja tulee esiin niiden kautta. Köyhyydellä on stigma ja tutkimuksesta ilmenee, että köyhyyteen yhdistetyt käsitykset vaikuttavat köyhyydestä aiheutuvan häpeän kokemiseen. Yhteiskunnalliset odotukset ja oletukset vaikuttavat käsitysten taustalla. Köyhyyteen yhdistetyt käsitykset tulevat esiin stereotypoina, joiden kautta köyhät ihmiset luokitellaan tiettyyn kategoriaan. Stereotypoiden sekä leimaamisen kautta rakentuu myös toiseuden kokemuksia, joissa tulkintani perusteella sisäinen ja ulkoinen häpeä kietoutuu yhteen näkyvimmin.

Tutkimukseen liittyy joitakin asioita, joista tulee olla tietoinen tutkimustuloksia tarkasteltaessa. Ensinnäkin tutkimus kohdistuu kirjoituksiin, jotka on lähetetty kirjoituskilpailuun. Kirjoituskilpailun ohjeistukset ovat saattaneet vaikuttaa kirjoittajien kirjoitusten luonteeseen, vaikka ohjeistuksella on pyritty siihen, että ihmiset voisivat tuoda esiin haluamiansa asioita. Aineistona käyttämäni kirjoituskilpailu on valottanut joidenkin köyhyyttä kokevien ihmisten arkea ja se on tutkimuksen kannalta erittäin merkittävää. On kuitenkin myös huomioitava, kenet kirjoituskilpailu on mahdollisesti jättänyt tavoittamatta ja mikä vaikutus sillä on ollut kirjoituskilpailun aineistoon. Kirjoituskilpailuun osallistuminen edellyttää halukkuuden lisäksi muun muassa asiaa esiin tuovien foorumien tavoittamista sekä kirjoitustaitoja. Pohdittavaksi esimerkiksi jää, minkä vuoksi vain pieni osa kirjoituskilpailuun osallistuneista on ollut miehiä. Jatkossa olisi tärkeää, että

esimerkiksi kirjoituskilpailujen avulla myös miehet saataisiin tuomaan kokemuksiaan laajemmin esiin.

Toinen tutkimukseen liittyvä asia on valitun näkökulman ja sitä kautta käsitteiden valinta. Aineiston analysointiprosessissa pääpaino oli häpeää ilmentävien katkelmien käsittelyssä. Pyrin tutkimuksessani tarkastelemaan ensisijaisesti häpeään liittyviä käsitteitä, mutta tutkimusta tehdessä osoittautui, että kaikissa teksteissä häpeä-sanaa ei juurikaan käytetty. Aineiston analysointi osoittautui yllättävän hankalaksi vaiheeksi. Aineiston analysoimisessa joutui useasti pohtimaan, tarkoitetaanko kirjoituksessa häpeää vai onko kyse jostakin muusta tunteesta kuten vihasta. Häpeään voi kuitenkin sisältyä monia eri tunteita. Osa häpeän kokemuksista oli myös ”piilotettuna” tekstin sisältöön, joka on edellyttänyt syventyvää kirjoitusten käsittelyä. Häpeää on myös toisinaan vaikea liittää pelkästään köyhyyteen, mikäli kirjoittajat kertovat elämästään myös esimerkiksi sairauksiin liittyen. Siten joidenkin kirjoitusten osalta on hankala sanoa, kuinka paljon esimerkiksi mielen-terveyden häiriö vaikuttaa myös köyhyyden aiheuttamiin tunnekokemuksiin.

Katkelmien käsittely sellaisenaan ei ollut analyysin kannalta riittävää, koska katkelmat asettuvat aina suhteessa ihmisten kokonaisuusiin kirjoituksiin. Sen lisäksi että kävin katkelmia useamman kerran läpi, luin myös kirjoitukset kokonaisuudessaan moneen kertaan. Päädyin tutkimuksessani sosiaalisen konstruktionismin lähestymistapaan, koska köyhyyden ja häpeän kokemisessa vuorovaikutus on merkittävässä roolissa. Tämä osoittautui tutkimukseni kannalta hyväksi ratkaisuksi. Jokin toinen lähestymistapa olisi kuitenkin saattanut tuoda tutkimuksesta esiin erilaisia näkökulmia. Pohdin myös pitkään analyysimenetelmäni valintaa. Esimerkiksi diskurssianalyysin avulla häpeän ilmauksista olisi voinut saada täsmällisemmän käsityksen. Toisaalta teoriaohjaava sisällönanalyysi mahdollisti tutkimuksessani väljemmän tarkastelutavan ja myös tutkimuskirjallisuuden näkökulmasta tämä osoittautui järkeväksi ratkaisuksi.

Tutkimukseen liittyen on huomioitava myös käyttämäni aineiston rajaaminen ikäryhmän perusteella. Tutkimukseni käsittelee 89 kirjoituksesta laajemmin 27 kirjoitusta, joka rajoittaa tutkimustulosten yleistämistä, vaikka häpeän kuvauksia teemoiteltiin myös koko aineiston osalta. Tehdyn karkean teemoittelun perusteella (ks. luku 5.5) teemat ovat yhtenäiset koko aineistoa tarkasteltaessa. Tutkimuksen rajallisuus on kuitenkin huomioitava myös johtopäätösten tekemisessä. Suurimmasta osasta käyttämäni aineiston kirjoituksista ilmenee, että köyhyyteen liittyy häpeää. Häpeää ei voida kuitenkaan yleistää kaikkia köyhiä koskevaksi tunnekokemukseksi.

Koska tutkimusta tehdessä on aina jätettävä jotain tutkimuksen ulkopuolelle, myös tässä tutkimuksessa monta mielenkiintoista kertomusta on jäänyt käsittelemättä kokonaisvaltaisemmin. Ikäryhmän rajauksen lisäksi tein tietoisien rajauksen omakohtaisten kertomusten valitsemiseen, mutta aineistosta ilmenee myös paljon 3. persoonassa kirjoitettua tekstiä, joita olisi ollut mielenkiintoista käsitellä myös sellaisenaan. Aineiston kirjoituksista tulee esiin monia surua ja tuskaa aiheuttavia asioita, kuten arvojen koventumista sekä toivottomuutta tulevaisuuden suhteen. Kirjoitusten perusteella voi todeta, että köyhyyteen liittyy todellista kurjuutta. Erityisesti sairastumisen ja köyhyyden yhdistelmä näyttyy hyvin kohtuuttomalta tilanteelta. On kuitenkin myös huomioitava, että osa kirjoittajista tuo esiin omaan elämäntilanteeseen liittyvää tyytyväisyyttä köyhyydestä huolimatta. Pidänkin tärkeänä, että jatkossa aineistoa hyödynnettäisiin myös vahvemmin narratiivisen tutkimuksen näkökulmasta niin, että köyhyyttä yleisesti voitaisiin käsitellä moniulotteisemmin aina lapsuudesta aikuisuuteen saakka.

Tutkimuksen tekeminen lisäsi ymmärrystäni häpeän kokonaisvaltaisesta vaikutuksesta ihmisen hyvinvointiin. Samalla ilmeni, kuinka vahvasti yhteiskunnalliset odotukset ja käsitykset ylläpitävät köyhyyteen sekä työttömyyteen liittyvää leimallisuutta. Suomalaista köyhyyttä ja sen eri ilmenemismuotoja on tärkeä tuoda väsymättömästi yhteiskunnalliseen keskusteluun, koska keskustelun kautta myös asenteet ja käsitykset muovaantuvat. Niin arkisissa kohtaamistilanteissa kuin tukea tarjotessa olisi tärkeää, että köyhyyttä kokevia ihmisiä ei syyllistettäisi omasta tilanteestaan, vaan ymmärrettäisiin yksilöiden ja elämän moninaisuus. Köyhyyden vähentäminen ja poistaminen edellyttää toimia usealla tasolla, mutta omaan suhtautumistapaan ja siten ylläpitäviin diskursseihin jokaisella on mahdollisuus vaikuttaa.

Lähteet

- Airio, Ilpo & Niemelä, Mikko 2002: Periytyykö köyhyys? Köyhyyden ja toimeentulotukiasiakkuuden sukupolvinen liikkuvuus. *Sosiologia* 39 (3), 215–226.
- Airio, Ilpo & Niemelä, Mikko 2009: Perhetaustan yhteys aikuisiän köyhyyteen Suomessa 1995–2005. *Sosiologia* 46 (1), 3–19.
- Benjamin, Orly 2020: "Shame and ("managed") Resentment: Emotion and Entitlement Among Israeli Mothers Living in Poverty." *The British Journal of Sociology* 71 (4), 785–799.
- Björklund, Liisa & Sarlio-Siintola, Sari 2010: Inhimilliset toimintavalmiudet suomalaisessa hyvinvointipolitiikassa. Teoksessa Hiilamo, Heikki & Saari, Juh (toim.): Hyvinvoinnin uusi politiikka - johdatus sosiaaliin mahdollisuuksiin. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-093-2>. Viitattu 27.2.2022.
- Blomberg, Helena & Kallio, Johanna & Kroll, Christian 2016: Häpeää ja laiskuutta. Asiakkaiden, muiden kansalaisten sekä katutason työntekijäryhmien käsitykset toimeentulotukiasiakkuudesta. *Yhteiskuntapolitiikka* 81 (3), 301–312.
- Brown, Brené 2006: Shame Resilience Theory: A Grounded Theory Study on Women and Shame. *Families in society* 87 (1), 43–52.
- Chase, Elaine & Bantebya-Kyomuhendo, Grace (Eds.) 2015: Poverty and Shame: Global Experiences. Oxford University Press. Oxford. <https://oxford.universitypressscholarship.com/view/10.1093/acprof:oso/9780199686728.001.0001/acprof-9780199686728>. Viitattu 28.3.2022.
- Douglas Creed, W. E. & Hudson, Bryant Ashley & Okhuysen, Gerardo A. & Smith-Crowe, Kristin 2014: Swimming in a Sea of Shame: Incorporating Emotion into Explanations of Institutional Reproduction and Change. *The Academy of Management review* 39 (3), 275–301.
- Eskelinen, Niko & Sironen, Jiri (toim.) 2017: Köyhyys – syitä ja seurauksia. EAPN-fin Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto. <http://www.eapn.fi/wp-content/uploads/2013/04/Koyhyys-syita-ja-seurauksia-2017.pdf>. Viitattu 10.10.2021.
- Ferreira, Cláudia & Moura-Ramos, Mariana & Matos, Marcela & Galhardo, Ana 2020: A new measure to assess external and internal shame: development, factor structure and psychometric properties of the External and Internal Shame Scale. *Current Psychology*. <https://dx.doi.org/10.1007/s12144-020-00709-0>. Viitattu 19.1.2022.
- Gilbert, Paul 1998: What is shame? Some core issues and controversies. Teoksessa Gilbert, Paul & Andrews, Bernice (Eds.) *Shame: Interpersonal Behavior, Psychopathology and Culture*. Oxford University Press. New York, 3–36.
- Gilbert, Paul & McGuire, Michael T. 1998: Shame, Status, and Social Roles: Psychobiology and Evolution. Teoksessa Gilbert, Paul & Andrews, Bernice (toim.) *Shame: Interpersonal Behavior, Psychopathology and Culture*. Oxford University Press. New York, 99–125.

- Goffman, Erving 1990: *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Penguin Books. London. 1. painos 1963.
- Grekula, Eeva-Maria 2017: Suomalaiset eläkeläisnaiset ja köyhyyteen liittyvä häpeä. Pro gradu -tutkielma (tiivistelmä). Turun yliopisto. <https://www.utupub.fi/handle/10024/143295>. Viitattu 25.2.2022.
- Grekula, Eeva-Maria 2022: Köyhyyshlokerossa – osallisuutta muiden ehdoilla. Vasemmistoliittofoorumi ry – Raportteja 1/2022. Vasemmistofoorumi ry: Helsinki. <http://vasemmistofoorumi.fi/uusi/wp-content/uploads/2022/01/grekula-netti.pdf>. Viitattu 18.2.2022.
- Gubrium, Erika K. 2013: Poverty, shame, and the class journey in public imagination. *Scandinavian Journal of Social Theory* 15 (1), 105–122.
- Haasio, Ari 2015: Disnormatiivinen ja normatiivinen informaatio. *Informaatiotutkimus* 34 (4), 1–11.
- Hakkarainen, Tyyne. 2017: “Ettei tarvitsisi roikkua milloin missäkin luukulla kerjäämässä...” – Tarveharkintainen sosiaalityö köyhyyssaiheisissa elämäntarinoissa. Teoksessa Roivainen, Irene & Ylinen, Satu & Heinonen, Jari & Forssén Katja (toim.): *Kohtaako sosiaalityö köyhyyden?* UNIPress. Kuopio, 83–104. 1.painos 2012.
- Hautala, Sanna 2021: Sensitiiviset tutkimusaiheet ja tutkimuksen eettiset ratkaisut. Lapin yliopisto. Luento: 15.8.2021.
- Heflin, Colleen & London, Andrew S. & Scott, Ellen K. 2011: Mitigating Material Hardship: The Strategies Low-Income Families Employ to Reduce the Consequences of Poverty. *Sociological Inquiry* 81 (2), 223–246.
- Heikkilä, Matti 1990: Köyhyys ja huono-osaisuus hyvinvointivaltiossa: tutkimus köyhyydestä ja hyvinvoinnin puutteiden kasautumisesta Suomessa. *Sosiaalihuollituksen julkaisuja* 8/1990. Valtion painatuskeskus. Helsinki.
- Heikkinen, Hannu L. T. 2015: Kerronnallinen tutkimus. Teoksessa Valli, Raine & Aaltonen, Juhani (toim.): *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. PS-kustannus. Jyväskylä, 149–167.
- Heinonen, Jari 2017: Miesten kokemuksia köyhyydestä ja asiakuudesta. Teoksessa Roivainen, Irene & Ylinen, Satu & Heinonen, Jari & Forssén Katja (toim.): *Kohtaako sosiaalityö köyhyyden?* UNIPress. Kuopio, 197–222. 1.painos 2012.
- Helne, Tuula 2002: *Syrjäytymisen yhteiskunta*. Stakes. Helsinki.
- Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2007: *Tutki ja kirjoita*. 13. osin uud. laitos. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki. 1. painos 1997.
- Inglis, Greig & McHardy, Fiona & Sosu, Edward & McAteer, John & Biggs, Hannah 2019: Health inequality implications from a qualitative study of experiences of poverty stigma in Scotland. *Social Science & Medicine* 232, 43–49.
- Isola, Anna-Maria 2016: Autonomia, demokratia ja yhteiset. *Osallisuuden paikallinen edistäminen*. *Yhteiskuntapolitiikka* 81 (5), 595–600.

- Isola, Anna-Maria & Suominen, Esa 2016: Suomalainen köyhyys. Into Kustannus. Helsinki.
- Isola, Anna-Maria & Siukola, Reetta 2017: Arvottomat? Köyhien naisten ja miesten kokemuksia arvokkuudesta suomalaisessa hyvinvointivaltiossa. Teoksessa Hänninen, Sakari & Saikkonen, Paula (toim.): Hyvinvointivaltio ylittää jälkensä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki, 111–128.
- Isola, Anna-Maria & Turunen, Elina & Hiilamo, Heikki 2016: Miten köyhät selviytyvät Suomessa? Yhteiskuntapolitiikka 81 (2), 150–160.
- Kaartinen, Heidi 2015: Mitä aineeton köyhyys on? Helsingin yliopisto. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201703273280>. Viitattu 2.3.2022.
- Kainulainen, Sakari 2014: Raha ja rakkaus hyvinvoinnin lähteinä. Yhteiskuntapolitiikka 79 (5), 485–497.
- Kallio, Johanna & Lintunen, Lotta & Niemelä, Mikko & Blomberg, Helena & Kroll, Christian 2020: Lurjuksista kunnan kansalaisia? Kansalaisten asennoituminen toimeentulotuen saajiin 2012–2018. Yhteiskuntapolitiikka 85 (3), 247–258.
- Kangas, Olli & Ritakallio, Veli-Matti 1996: Kuka on köyhä? Tutkimushankkeen lähtökohdat ja tavoitteet. Teoksessa Kangas, Olli & Ritakallio, Veli-Matti (toim.): Kuka on köyhä? Köyhyys 1990-luvun puolivälin Suomessa. Stakes. Helsinki, 1–10.
- Kangas, Olli & Ritakallio, Veli-Matti 2003: Eri menetit, eri trendit – köyhyys Suomessa 1990-luvulla. Sosiaalipolitiikan laitoksen julkaisuja 13/2003. Turun yliopisto. Turku.
- Kangas, Olli & Ritakallio, Veli-Matti 2008: Köyhyyden mittaustavat, sosiaaliturvan riittävyys ja köyhyyden yleisyys Suomessa. Sosiaali- ja terveysturvan selosteita 61/2008. Kelan tutkimusosasto. Helsinki. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10250/3426/Selosteita61_netti.pdf?sequence=2. Viitattu 27.2.2022.
- Kangas, Olli & Sikiö, Jaana 1996: Kunnan kansalaisia vai laiskoja lurjuksia? Suomalaisen käsitykset toimeentulotuen saajista. Teoksessa Kangas, Olli & Ritakallio, Veli-Matti (toim.): Kuka on köyhä? Köyhyys 1990-luvun puolivälin Suomessa. Stakes. Helsinki, 107–136.
- Karjalainen, Vappu & Palola, Elina 2011: Johdannoksi – ajatuksia kirjan ytimeistä. Teoksessa Palola, Elina & Karjalainen, Vappu (toim.): Sosiaalipolitiikka – huokassa vai uuden jäljillä? Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki, 5–11.
- Karttunen, Virva 2018: Vanhemmuuden kategoriat mielenterveyden häiriöön sairastuneiden vanhempien toimeentulo-ongelmia koskevassa puheessa. Tampereen yliopisto. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:tuni-201903121347>. Viitattu 27.2.2022.
- Kauhanen, Arttu & Riihelä, Marja & Tuomala, Matti 2020: Köyhyys ja köyhyyden pitkittyminen Suomessa. Kansantaloudellinen aikakauskirja 116. vuosikerta (1), 6–29.
- Kauppinen, Timo M. & Saikku, Peppi & Kokko, Riitta-Liisa 2010: Työttömyys ja huonosuuden kasautuminen. Teoksessa Vaarama, Marja & Moisio, Pasi &

- Karvonen, Sakari (toim.): Suomalaisten hyvinvointi 2010. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Yliopistopaino. Helsinki, 234–250.
- Kekäle, Jouni & Puusa, Anu 2020: Tiedesodat. Realistinen ja konstruktionistinen maailmankäsitys. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.): Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus. Tallinna, 41–56.
- Korpela, Tuija & Heinonen, Hanna-Mari & Laatu, Markku & Raittila, Simo & Ylikännö, Minna 2020: Johdanto. Teoksessa Korpela, Tuija & Heinonen, Hanna-Mari & Laatu, Markku & Raittila, Simo & Ylikännö, Minna (toim.): Ojista allikkoon? Toimeentulotukiuudistuksen ensi metrit. Kela. Helsinki. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2020090165981>. Viitattu 3.3.2022.
- Lahelma, Eero & Rahkonen, Ossi & Koskinen, Seppo & Martelin, Tuija & Palosuo, Hannele 2007: Sosioekonomisten terveyserojen syyt ja selitysmallit. Teoksessa Palosuo, Hannele & Koskinen, Seppo & Lahelma, Eero & Prättälä, Ritva & Martelin, Tuija & Ostamo, Aini & Keskimäki, Ilmo & Sihto, Marita & Talala, Kirsi & Hyvönen, Elisa & Linnanmäki, Eila (toim.): Terveiden eriarvoisuus Suomessa. Sosioekonomisten terveyserojen muutokset 1980–2005. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:23. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201504226300>. Viitattu 21.3.2022.
- Laihiala, Pasi 2018: Kokemuksia ja käsityksiä leipäjonoista: Huono-osaisuus, häpeä ja ansaitsevuus. Itä-Suomen yliopisto. Kuopio. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-2699-9>. Viitattu 27.2.2022.
- Lewis, Michael 2003: The Role of the Self in Shame. *Social Research* 70 (4), 1181–1204.
- Link, Bruce G. & Phelan, Jo C. 2001: Conceptualizing Stigma. *Annual Review of Sociology* 27 (1), 363–385.
- Linnanvirta, Suvi & Kroll, Christian & Blomberg, Helena 2020: Ruoka-avun saajien näkemykset toimeentulotukiuudistuksesta. Teoksessa Korpela, Tuija & Heinonen, Hanna-Mari & Laatu, Markku & Raittila, Simo & Ylikännö, Minna (toim.): Ojista allikkoon? Toimeentulotukiuudistuksen ensi metrit. Kela. Helsinki. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2020090165981>. Viitattu 3.3.2022.
- Lister, Ruth 2013: 'Power, not Pity': Poverty and Human Rights. *Ethics and Social Welfare* 7 (2), 109–123.
- Maanmieli, Karoliina 2019: Häpeä suomalaisten mielisairaalamuistoissa. *Elore* 26 (1), 29–41.
- Malinen, Ben 2010: The Nature, Origins, and Consequences of Finnish Shame-Prone-ness: A Grounded Theory Study. Helsingin yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-10-6129-5>. Viitattu 2.3.2022.
- Malinen, Ben 2012: Häpeän monet kasvot. Kirjapaja. Helsinki. 1. painos 2003.
- Mathew, Leemamol 2010: Coping with Shame of Poverty: Analysis of Farmers in Distress. *Psychology and Developing Societies* 22 (2), 385–407.
- Moilanen, Pentti & Räihä, Pekka 2015: Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa Valli, Raine & Aaltola, Juhani (toim.): Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. PS-kustannus. Jyväskylä, 52–73.

- Moisio, Pasi 2004: Köyhyden pitkittäinen rakenne. Tilapäis-, toistuvais- ja pitkäaikaisköyhyys Suomessa. *Yhteiskuntapolitiikka* 9 (4), 341–359.
- Moisio, Pasi 2006: Suhteellinen köyhyys Suomessa. *Yhteiskuntapolitiikka* 71 (6), 639–645.
- Mukkila, Susanna & Ilmakunnas, Ilari & Moisio, Pasi & Saikkonen, Paula 2019: Köyhyys ja perusturvan riittävyys. Teoksessa Kestilä, Laura & Karvonen, Sakari (toim.): *Suomalaisten hyvinvointi 2018. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos*. Punamusta Oy. Helsinki. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-256-7>. Viitattu 18.2.2022.
- Myllyviita, Katja 2021a: Häpeän hoito. Duodecim. Helsinki.
- Myllyviita, Katja 2021b: Häpeä. Etelän-SYLI. Webinaari: 29.9.2021. (ei tallennetta)
- Mäkinen, Arja 2008: Oikeesti aikuiset. Puheenvuoroja yksineläjänaisen normaaliudesta, hyväksyttävyydestä ja aikuisuudesta. Tampereen yliopisto. <https://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-7450-7>. Viitattu 27.2.2022.
- Mäkinen, Lauri 2017: Viitebudjetti köyhyden mittarina – muuttuuko köyhyden kuva? *Yhteiskuntapolitiikka* 82 (2), 153–164.
- Ohisalo, Maria & Saari, Juho 2014: Kuka seisoo leipäjonossa? Ruoka-apu 2010-luvun Suomessa. KAKS – Kunnallissalan kehittämissäätiö. Helsinki. <https://kaks.fi/wp-content/uploads/2015/10/kuka-seisoo-leipajonossa.pdf>. Viitattu 27.2.2022.
- Ojanen, Markku 1996: Mikä minä on? Minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen. Kirjatoimi. Tampere. 1.painos 1994.
- Palola, Elina 2011: Valinnanvapauden problematiikasta sosiaalipolitiikassa. Teoksessa Palola, Elina & Karjalainen, Vappu (toim.): *Sosiaalipolitiikka – hukassa vai uuden jäljillä?* Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki, 283–309.
- Puusa, Anu & Juuti, Pauli 2020: Johdanto. Mitä laadullisella tutkimuksella tarkoitetaan? Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.): *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. Tallinna, 9–20.
- Puusa, Anu & Juuti, Pauli 2020: Laadullisen tutkimuksen tieteenfilosofinen tausta. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.): *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. Tallinna, 25–40.
- Puusa, Anu & Juuti, Pauli 2020: Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.): *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. Tallinna, 57–60.
- Puusa, Anu & Juuti, Pauli 2020: Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.): *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. Tallinna, 173–176.
- Puusa, Anu & Hänninen, Vilma & Juuti, Pauli 2020: Narratiivinen lähestymistapa organisaatiotutkimuksessa. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.): *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. Tallinna, 216–227.
- Reenkola, Elina 2018: Halu ja häpeä. *Psykoterapia-lehti* 37 (1), 24–36.

- Ridge, Tess 2009: Living with poverty. A review of the literature on children's and families' experiences of poverty. Department for Work and Pensions. Research Report No 594. Department for Work and Pensions. <https://dera.ioe.ac.uk/11015/>. Viitattu 27.2.2022.
- Roelen, Keetie 2020: Receiving Social Assistance in Low- and Middle-Income Countries. Negating Shame or Producing Stigma? *Journal of Social Policy* 49 (4), 705–723.
- Roivainen, Irene & Heinonen, Jari & Ylinen, Satu 2011: Köyhä byrokratian rattaissa. KAKS – Kunnallisan kehittämissäätiö. Helsinki. https://kaks.fi/wp-content/uploads/2011/08/Roivainen_Heinonen_Ylinen.pdf. Viitattu 27.2.2022.
- Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (toim.) 2010: Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (toim.): Haastattelun analyysi. Vastapaino. Tampere, 8–29.
- Saari, Juho 2015: Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla. Gaudeamus. Helsinki.
- Saari, Juho 2017: Oleskeluyhteiskunta. Teoksessa Saari, Juho (toim.): Sosiaaliturvariippuvuus: Sosiaalipummit oleskeluyhteiskunnassa? Tampere University Press. Tampere, 13–35.
- Saari, Juho & Behm, Miia & Lagus, Krista 2017: Sosiaalipummi! –Moraalipaniikki 2010-luvun Suomessa. Teoksessa Saari, Juho (toim.): Sosiaaliturvariippuvuus: Sosiaalipummit oleskeluyhteiskunnassa? Tampere University Press. Tampere, 207–231.
- Saari, Juho & Eskelinen, Niko & Björklund, Liisa 2020: Raskas perintö: Ylisukupolvinen huono-osaisuus Suomessa. Gaudeamus. Tallinna.
- Saari, Juho & Kainulainen, Sakari 2018: Samassa veneessä: empatiakuilujen poliittinen ulottuvuus Suomessa. *Politiikka* 60 (4), 310–323.
- Shaughnessy, Molly J. 2018: Integrative Literature Review on Shame. *Nursing Science Quarterly* 31 (1), 86–94.
- Salonen, Arto O. & Tapani, Annukka 2020: Palkkatyön merkityksellisyys. Ammatillisen koulutuksen opetus- ja ohjaushenkilöstön kokemuksia työstä. *Työelämän tutkimus* 18 (1), 30–43.
- Stark, Eija 2011: Kulttuurinen tieto ja köyhyyden kulttuuri. *Elore* 18 (2), 108–113.
- Taira, Teemu 2006: Työkulttuurin arvomuutos työttömien kerronnassa. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Helsinki.
- Tangney, June P. 1996: Conceptual and methodological issues in the assessment of shame and guilt. *Behaviour Research and Therapy* 34 (9), 741–754.
- Tangney, June P. & Stuewig, Jeff & Mashek, Debra J. 2007: Moral Emotions and Moral Behavior. *Annual Review of Psychology* 58 (1), 345–372.
- Tangney, June P. & Stuewig, Jeffrey & Martinez, Andres G. 2014: Two Faces of Shame: The Roles of Shame and Guilt in Predicting Recidivism. *Psychological science* 25 (3), 799–805.
- TENK 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittelyminen Suomessa. Tutkimuseettinen

- neuvottelukunta. Helsinki. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Viitattu 25.2.2022.
- THL 2019. Perusturvan riittävyyden arviointiraportti 2015–2019. Perusturvan riittävyyden III arviointiryhmä. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-296-3>. Viitattu 27.2.2022.
- Tilastokeskus 2021. Pienituloisten määrä väheni vuonna 2020. Tulonjakotilasto. Väestöryhmittäiset tuloerot 2020. http://www.stat.fi/til/tjt/2020/03/tjt_2020_03_2021-12-16_tie_001_fi.html. Viitattu 28.1.2022.
- Tuomaala, Saara 2000: Poikkeava ja pelätty maalaislapsuus vuosisadan alun Suomessa: Muistelukerronnan ja köyhäinhuollon muistiinpanojen vertailua. *Elore* 7 (2). <https://doi.org/10.30666/elore.78290>. Viitattu 27.2.2022.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2002: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.
- Turunen, Elina (Helsingin yliopisto) & Isola, Anna-Maria: Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailu 2019 [sähköinen tietoaaineisto]. Versio 1.0 (2020-11-25). Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [jakaja]. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:fsd:T-FSD3475>.
- Tynjälä, Päivi 2000: Oppiminen tiedonrakentumisena – konstruktivistisen oppimiskäsitteksen perusteita. Tammer-Paino Oy. Tampere. 1. painos 1999.
- Vauhkonen, Teemu & Kallio, Johanna & Erola, Jani 2017: Sosiaalisen huono-osaisuuden ylisukupolvisuus Suomessa. *Yhteiskuntapolitiikka* 82 (5), 501–512.
- Virkkunen, Gia 2010: ”Köyhyydestä ei puhuttu, sitä vaan elettiin”: Köyhyyden kokemus ja selviytyminen 1930-luvun pulan oloissa Suomen maaseudulla. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Helsinki.
- Virrankari, Lotta & Isola, Anna-Maria 2021: Miten käy mahdollisuuksille köyhyydessä? *Yhteiskuntapolitiikka* 86 (3), 287–296.
- Walker, Robert 2014: *The Shame of Poverty*. Oxford University Press. Oxford.
- Wyn, Johanna & White, Rob 1997: *Rethinking Youth*. Sage Publications. London.

Liite

Kutsu kirjoituskilpailuun ja kirjoitusohjeet (<http://urn.fi/urn:nbn:fi:fsd:T-FSD3475>)

Arkipäivän kokemuksia köyhyydestä -kirjoituskilpailu

Järjestämme kirjoituskilpailun, jonka aiheena on köyhyys arjessa. Keräämme tavallisten ihmisten kokemuksia siitä, minkälaista on olla köyhä nyky-Suomessa. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä suomalaisesta köyhyydestä.

Toivomme, että kirjoitat vapaamuotoisesti omin sanoin siitä, miten köyhyys tuli elämään ja mitä keinoja käytät arjessa pärjätäksesi. Tärkeää on, että kirjoitat omista kokemuksistasi ja että kerrot, mihin ajankohtaan kokemuksesi suunnilleen sijoittuvat.

Palkitsemme kirjoitukset

1. palkinto 3 x 500 €
2. palkinto 3 x 100 €

Palkinnonsaajat valitsee raati, johon kuuluvat Jouko Karjalainen, Meri Larivaara, Juha Mikkonen, Anna-Stina Nykänen, Maria Ohisalo ja Mathias Rosenlund.

Palkintokriteerit

- omasta elämästä todenmukaisesti ja suorasanaisesti kerottu
- kuvaa tämän ajan köyhyyttä
- tuo myös uusia näkökulmia köyhyyteen

Lähetäessäsi kirjoituksesi lisää viestiin nimesi, puhelinnumerosi ja sähköpostiosoitteesi/osoitteesi. Nämä tiedot muodostavat henkilörekisterin. Tutustu tietosuojailmoitukseen, jossa kerrotaan tietojen käyttämisestä

<https://blogs.helsinki.fi/arkipaivankokemuksiakoyhydesta/files/2019/07/Tietosuojailmoitus.pdf>

- lisää viestiin seuraava lause: ”Kirjoitukseni saa arkistoida Tietoarkistoon. Tutkijat saavat arkistoida yhteystietoni seurantakeruuta varten”. Näin kirjoituksesi voidaan arkistoida tutkimuskäyttöä varten. Voit keskeyttää tutkimukseen osallistumisesi milloin tahansa ilmoittamalla siitä järjestäjille.

- Voit osallistua myös pelkkään kilpailuun.

Vastaan mielelläni kysymyksiin ja kiitän lämpimästi osallistumisestasi.

Elina Turunen, väitöskirjatutkija, Helsingin yliopisto
[yhteystiedot poistettu]

Kirjoitusohjeet

- Kirjoituksen pituus voi olla enintään 10 sivua / 30 000 merkkiä. Pienet ja lyhyetkin kirjoitukset ovat arvokkaita.

- Voit kirjoittaa nimimerkillä. Älä käytä samaa nimimerkkiä, jota käytät muualla, vaan keksi nimimerkki vain tätä kirjoituskilpailua varten. Vältä kirjoituksessasi oikeiden nimien käyttöä silloin, kun kerrot yksityisistä henkilöistä. Hälvennä jo kirjoitusvaiheessa asioita, joiden perusteella sinut tai muut henkilöt voisi tunnistaa.
- Lisää kirjoitukseesi tiedot sukupuolestasi, iästäsi, paikkakunnastasi, koulutuksestasi ja ammatistasi tai entisestä ammatistasi. Nämä tiedot ja mahdollinen nimimerkkisi liitetään kirjoitukseesi, kun se arkistoidaan.
- Kilpailuun voivat osallistua täysi-ikäiset henkilöt.
- Tutkimushankkeen päätyttyä kirjoituksesi arkistoidaan Tietoarkistoon (www.fsd.uta.fi) tieteellistä tutkimus- ja opetuskäyttöä sekä yliopistojen ylempiä opinnäytteitä varten. Arkistoituja kirjoituksia käyttäviltä edellytetään aineiston käyttöä koskeva käyttöehtositoumus. Kirjoituksiasi käsitellään tietosuoja-asetuksen mukaisesti akateemisen ja kirjallisen ilmaisun tarkoitukseen.
- Tutkijat säilyttävät henkilö- ja yhteystiedot sisältävän koodiavaimen mahdollisia vapaaehtoista seurantatutkimusta koskevia yhteydenottoja varten. Rekisterinpitäjä on Helsingin yliopisto. Yhteyshenkilöt ovat Elina Turunen [yhteystiedot poistettu] ja Anna-Maria Isola [yhteystiedot poistettu].
- Sinulla on oikeus peruuttaa suostumus, saada pääsy yhteystietoihisi, oikaista niitä ja rajoittaa ja vastustaa niiden käsittelyä.
- Kilpailuaika on 3.7.–15.10.2019. Lähetä kirjoituksesi sähköpostin liitetiedostona osoitteeseen [yhteystiedot poistettu] tai käsin kirjoitettu teksti osoitteeseen Elina Turunen, [yhteystiedot poistettu].

Kirjoituskilpailun järjestävät: Elina Turunen (Helsingin yliopisto), Heikki Hiilamo (Helsingin yliopisto) ja Eeva-Maria Grekula (Turun yliopisto), Anna-Maria Isola, EAPN-Fin – Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastaisen verkoston kansalaistoimintaryhmä sekä Kuka kuuntelee köyhää? -verkosto

Kirjoituskilpailua ovat tukeneet: EAPN-Fin – Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto, MIELI Suomen Mielenterveys ry, Työttömien Keskusjärjestö ry, Mannerheimin lastensuojeluliitto, Suomen Setlementtiliitto ry, Takuusäätiö, Suomen Ammattiliittojen Keskusjärjestö SAK, Kirkon Diakonia ja sielunhoito, Suomen Punainen Risti sekä Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.

Kirjoituskilpailun tulokset julkaistaan 31.3.2020 mennessä kilpailun verkkosivuilla (<https://blogs.helsinki.fi/arkipaivankokemuksiakoyhydesta>). Palkinnon saajiin otetaan yhteyttä henkilökohtaisesti, ja heidän kanssaan sovitaan kirjoitusten julkaisemisesta.

Helsingin yliopiston Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin toimikunta on antanut lausunnon tutkimuksen eettisyydestä 16.4.2019.