

# Yli 50-vuotiaiden tulkintarepertuaarit ja subjektipositiot yksinäisyydestä koronapandemian aikana

Henna Poutiainen

Pro gradu -tutkielma

Sosiaalipsykologia

Yhteiskuntatieteiden laitos

Itä-Suomen yliopisto

Lokakuu 2024

Itä-Suomen yliopisto, Yhteiskuntatieteiden ja kauppätieteiden tiedekunta

Yhteiskuntatieteiden laitos

Oppiaine: Sosiaalipsykologia

Poutiainen, Henna: Yli 50-vuotiaiden tulkintarepertuaarit ja subjektipositiot yksinäisyydestä koronapandemian aikana

Pro gradu -tutkielma, 74 sivua

Lokakuu 2024

## **TIIVISTELMÄ**

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tarkastella, millaisia tulkintarepertuaareja yli 50-vuotiaat tuottavat kirjoituksissaan yksinäisyydestä koronapandemian aikana sekä, millaisia subjektipositioita he rakentavat itsestään näiden tulkintarepertuaarien sisällä. Tutkielman tavoitteena on tuoda esiin yksinäisyyden merkitysten moninaisuutta sekä sitä, millainen rooli yhteiskunnallisilla tekijöillä on yksinäisyyden merkityksen rakentumisessa.

Poimin tutkielman aineiston Aila tietoaarkistosta. Aineiston on kerännyt Suomalainen Kirjallisuusseura Mieli ry:n ja HelsinkiMission kanssa vuosina 2020–2021. Aineisto koostuu kirjoituksista, joissa käsitellään yksinäisyyden merkitystä ja, miten se on vaikuttanut kirjoittajien elämään. Aineisto koostui yhteensä 46 kirjoituksesta, joista rajasin yli 50-vuotiaiden kirjoitukset sekä kaksi kirjoitusta rajasin pois, koska niiden sisällöt eivät palvelleet tämän tutkielman tarkoitusta. Kirjoituksia oli lopulta analysoitavana 29 kappaletta. Analyysimenetelmäni on diskurssianalyysin suuntaus kriittinen diskursiivinen psykologia, jonka avulla pystyn tarkastelemaan, kuinka erilaisia merkityssysteemejä voidaan muodostaa kielen kautta.

Tutkielman tuloksiksi muodostuivat neljä tulkintarepertuaaria, jotka nimesin solitudeksi, introverttiudeksi, sosiaalseksi epäonnistumiseksi sekä pimeydeksi. Tulkintarepertuaarien sisällä tunnistin neljä subjektipositioita, jotka olivat itsenäinen ja vapaa, introvertti, epäonnistuja sekä toivonsa menettänyt. Jokaisessa tulkintarepertuaarissa kirjoittajat rakensivat yksinäisyyttä eri tavoin. Tutkielmani nosti esiin myös yhteiskunnallisen merkityksen ja aseman kirjoittajien yksinäisyyden tulkinnessa.

**Asiasanat:** yksinäisyys, koronapandemia, kriittinen diskursiivinen psykologia, sosiaalinen konstruktionismi

Säilytyspaikka: Itä-Suomen yliopiston kirjasto

University of Eastern Finland, Faculty of Social Sciences and Business Studies

Department of Social Sciences

Subject: Social Psychology

Poutiainen, Henna: Interpretation repertoire and subjective positions of people over the age of 50 about loneliness during the corona pandemic

Master's Thesis, 74 pages

October 2024

## **ABSTRACT**

The purpose of this Master's thesis is to examine what kind of interpretational repertoire people over the age of 50 produce in their writings about loneliness during the corona pandemic, as well as what kind of subjective positions they construct of themselves within these interpretational repertoire. The aim of the thesis is to highlight the diversity of the meanings of loneliness and the role social factors play in the construction of the meaning of loneliness.

I picked up the material for the thesis from the Aila data archive. The material was collected by the Finnish Literary Society in cooperation with Mieli ry and HelsinkiMissio in 2020–2021. The material consists of articles dealing with the meaning of loneliness and how it has affected the lives of writers. The material consisted of a total of 46 articles, of which I narrowed down the writings of those over the age of 50, as well as two articles I narrowed down because their contents did not serve the purpose of this thesis. In the end, there were 29 articles to analyze. My method of analysis is the discourse analysis trend of critical discursive psychology, which allows me to look at how different systems of meanings can be formed through language.

The results of the thesis consisted of four interpretational repertoire, which I named solitude, introversion, social failure, and darkness. Within the interpretation repertoire, I identified four subject positions that were independent and free, introverted, unsuccessful, and lost hope. In each interpretation repertoire, the authors built the meanings of loneliness in different ways.. My thesis also highlighted the social significance and position in the interpretation of authors' loneliness.

**Keywords:** loneliness, corona pandemic, critical discursive psychology, social constructionism

Place of storage: University of Eastern Finland Library

# Sisällysluettelo

1	JOHDANTO .....	1
2	YKSINÄISYYS.....	4
2.1	Määritelmiä yksinäisyydestä.....	4
3	KORONAPANDEMIJA JA SOSIAALISET SUHTEET .....	10
3.1	Sosiaalisten suhteiden muuttuminen.....	10
3.2	Koronapandemia ja yksinäisyys .....	12
4	TEOREETTINEN VIITEKEHYS .....	15
4.1	Diskurssi ja yksinäisyys .....	15
4.2	Kriittinen diskursiivinen psykologia .....	19
5	TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	23
6	AINEISTO .....	24
7	TUTKIELMAN EETTISYYS.....	25
8	ANALYYSIPROSESSI .....	27
9	AINEISTON ANALYYSI .....	29
9.1	Solitude – oman rauhan tyyssijan tulkintarepertuaari.....	31
9.2	Introverttiuden tulkintarepertuaari .....	36
9.3	Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaari.....	40
9.4	Pimeyden tulkintarepertuaari .....	45
10	JOHTOPÄÄTÖKSET.....	50

10.1	Pohdinta ja suhde aikaisempaan tutkimukseen.....	50
10.2	Tutkielman arviointia ja jatkotutkimusehdotuksia .....	60
11	LOPUKSI .....	64
	LÄHDELUETTELO.....	66

# 1 JOHDANTO

Yksinäisyys on monitulkintainen ilmiö, jolle ei ole olemassa vain yhtä ja oikeaa määritelmää, mutta silti siitä vallitsee yhteiskunnallisesti kollektiivinen stigma ja ymmärrys. Yksinäisyyttä kuvataan yhteiskunnassa lähtökohtaisesti hyvinvointia alentavana tekijänä, mutta sen subjektiivinen tulkinta vaikeuttaa sen yleisyyden mittaamista (Uotila & Jolanki, 2022). Vaikka yksinäisyyden mittaaminen on haasteellista, on yksinäisyyden yleisyyttä pyritty tarkastelemaan lukuisten tutkimusten avulla. Jopa joka viides aikuinen on tuonut esiin omaa yksinäisyyttään jossain vaiheessa elämäänsä (Junttila, 2018, s. 17), mutta yksinäisyyden subjektiivisuuden luonteen ja sen yhteiskunnallisen stigman vuoksi, tilastot eivät välttämättä kerro koko totuutta. Tilastokeskuksen mukaan vuonna 2022 yksinäisyyttä on tuntenut yli 16 vuotta täyttäneistä henkilöistä 29,7 prosenttia väestöstä. Eniten yksinäisyyttä tilastokeskuksen mukaan kokee yli 85-vuotiaat ja toiseksi eniten 16–24-vuotiaat. (Tilastokeskus, 2022.)

Yksinäinen ihminen kuvataan usein hyvinvointiyhteiskunnan ulkopuolelle tipahtaneena, jolla on mielenterveytensä kanssa haasteita, eikä hän pärjää vahvasti sosiaalisiin suhteisiin perustavassa nyky-yhteiskunnassa. Yksinäisyyttä on kuvailtu myös muuriksi oman itsen ja muun maailman välille, joka korostaa yhteiskuntaan kuulumattomuutta. (Junttila, 2018, s. 11, 17.) Yhteiskunnallinen sosiaalinen ihannoiti on asettanut yksinäisyyden omaan lokeroonsa, joka ei sovi sen muottiin. Sosiaalisen ihannonnin yhtenä lähtökohtana voidaan pitää sitä, että ihmistä kuvataan sosiaalisena olentona, joka on aikojen saatossa tukeutunut sosiaaliseen ryhmään selviytyäkseen haastavissa olosuhteissa. Ihmisten selviytyminen on ollut menestyksekkäämpää, kun heillä on ollut tukiverkosto, johon tukeutua. (Hawkley & Cacioppo, 2010.)

Tämän tutkielman tavoitteena on tuoda esiin yksinäisyyden tulkintarepertuaareja ja sen subjektiopositioita yli 50-vuotiaiden keskuudessa koronapandemian aikana. Tarkastelen yli 50-vuotiaiden yksinäisyyttä, koska yksinäisyyttä on havaittu merkittävästi ikääntyneiden keskuudessa, sekä heidät asetettiin haavoittuvaisimpaan asemaan koronapandemiasta aiheutuvien rajoitusten myötä. Yksinäisyys on ollut ikääntyneiden keskuudessa jo ennen koronapandemiaa merkittävällä tasolla, mutta koronapandemia on lisännyt yksinäisyyttä koko



väestön ohella myös ikääntyneiden keskuudessa. (Kestilä ym., 2022.) Tarkastelun näkökulma on tärkeä, koska yksinäisyyttä on pidetty jo ennen koronapandemiaa ikääntyneiden keskuudessa kansanterveysongelmana. Ikääntyneiden elämäntilanteet mahdollistavat yksinäisyyden kasvun, koska useat heistä asuvat yksin tai heidän sosiaaliset suhteensa ovat niukentuneet elämäntapahtumien ja iän myötä. (Heidinger & Richter, 2020.)

Yksinäisyydestä on löydettävissä lukemattomia tutkimuksia, mutta merkittävänä yhteiskunnallisena yksinäisyyden tutkimuksen lähtökohtana on pidetty sosiologi Robert Weissin yksinäisyyden tutkimusta vuodelta 1973, jossa hän jakoi yksinäisyyden emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyyteen. Tähän jakoon viitataan yhä useassa tieteellisessä tutkimuksessa ja sitä on hyödynnetty yksinäisyyden määrittelemisessä (Ågren, 2017; ref. Weiss 1973.) Sosiaalipsykologisesti myös merkittävän tieteellisen katsauksen yksinäisyyteen on tehnyt Perlman ja Peplau vuonna 1981, joka nostaa esiin yksinäisyyden moninaisuutta ja sen merkitysten syntyä. Yksinäisyyden tutkimusta on toteutettu monipuolisesti, mutta koen merkittävaksi, että yksinäisyyttä tarkasteltaisiin arkikielen ja jokapäiväisen elämän kautta. Käyttämäni Suomen kirjallisuusseuran yhteistyössä Mieli ry:n ja HelsinkiMission kanssa kerätty aineisto yksinäisyydestä on sen vuoksi hedelmällistä, koska aineisto koostuu kirjoituksista yksinäisyydestä, jotka kirjoittajat ovat itse tuottaneet. Niiden kautta pääsen syventymään siihen, miten kirjoittajat merkityksellistävät yksinäisyyttä ja, millaisia subjektipositioita he rakentavat itselleen. Kirjoitukset ovat kirjoitettu koronapandemian aikana, jonka vuoksi tutkielmassani on tärkeää huomioida koronapandemian aika.

Tarkastelen tutkielmassani yksinäisyyden merkityksellistämistä Margaret Wetherellin kehittämän kriittisen diskursiivisen psykologian tutkimusmenetelmällä, joka on yksi diskurssianalyttisen tutkimuksen suuntauksista. Diskurssianalyttisessä tutkimuksessa keskeisenä näkökulmana toimii kielen rooli sosiaalisen todellisuuden rakentajana. Kielenkäyttö on toiminnallista ja sillä on vaikutuksensa yksilön sosiaalisen todellisuuden rakentumiseen. Merkitykset ja ilmiöt muovautuvat kontekstin ja tilanteiden mukaisesti. Diskurssianalyttisen tutkimuksen keskiössä on kielenkäyttö monipuolisesti ja joustavasti. (Potter & Wetherell, 1987, s. 6, 35.) Kriittisessä diskursiivisessa psykologiassa keskitytään merkitysten ja sosiaalisen todellisuuden rakentumiseen kielenkäytön rakenteiden kautta. (Wetherell, 1998, s. 412.)

Tutkielmani kannalta tämä on antoisa menetelmä, koska se sallii kielellisten rakenteiden tarkastelun niin yksilö- kuin yhteiskuntatasolla. Kriittisen diskursiivisen psykologian sisälle kuuluvat tulkintarepertuaarit ja subjektipositiot, joiden avulla pyrin selvittämään, millaisia merkityksiä yli 50-vuotiaat rakentavat yksinäisyydestä koronapandemian aikana eli, kuinka yli 50-vuotiaat merkityksellistävät yksinäisyyttä. Tulkintarepertuaarit ovat määritelty merkityssysteemeiksi, jotka kuvailevat ja rakentavat merkityksiä erilaisille ilmiöille. (Potter & Wetherell, 1987, s. 149). Tulkintarepertuaareja on myös kuvailtu kielelliseksi resurssiksi, joiden avulla ihminen tuottaa käsityksiä ympäristöstään, ja miten hän rakentaa tätä ymmärrystä puheellaan (Wetherell & Potter, 1988, s. 169). Subjektipositio on puolestaan sitä, millaista kuvaa ihminen tuottaa itsestään tulkintarepertuaarin sisällä (Jokinen, Juhila & Suoninen, 2016 s. 46).

Käyn ensin läpi yksinäisyyden moninaisia määritelmiä ja, millaista tutkimusta yksinäisyydestä on tuotettu sosiaalitieteellisissä tutkimuksissa. Käsittelen myös koronapandemian tuomia vaikutuksia sosiaaliin suhteisiin, koska sillä on ollut tilastojen mukaan merkittävä vaikutus yksinäisyyteen. Tämän jälkeen käyn läpi teoreettista viitekehystäni, jossa tuon esiin sosiaalista konstruktionismia, diskurssin käsitettä sekä kriittistä diskursiivista psykologiaa ja, miksi nämä ovat juuri tutkielmani kannalta ne hedelmällisimmät lähestymistavat. Näiden jälkeen kuvailen tutkielmani aineistoa, tutkimuseettisyyttä ja analyysiprosessiani, jossa kuvailen sitä, kuinka olen saanut tutkielmani tulokset muodostettua. Tulososiossa käyn läpi tulokseni, johon olen ottanut mukaan kirjoituksista otteita tukemaan tuloksiani. Lopulta vedän yhteen tutkielmani ja sen tulokset, sekä reflektoin näitä aiempiin tutkimuksiin. Arvioin omaa tutkielmaani, sen vahvuuksia, haasteita ja rajoitteita. Pohdin myös mahdollisia jatkotutkimusehdotuksia, joita olisi mahdollista toteuttaa sekä, pohdin sitä, millaista tutkimusta yksinäisyydestä olisi mielestäni merkittävää tuottaa tulevaisuudessa.

## 2 YKSINÄISYYS

Yksinäisyydelle ei ole yksiselitteistä määritelmää, sillä se on ilmiönä hyvin monitulkintainen. Yksinäisyyden monitulkintaisuus haastaa yksinäisyyden yleisyyden tilastointia ja sen tutkimusta. Yksinäisyyden yleisyyden mittaamista vaikeuttaa se, ettei yksinäisyyttä voida mitata konkreettisella yksinololla, vaan yksinäisyys viittaa enemmän sosiaalisten suhteiden niukkuuteen, joka ei ole välttämättä nähtävissä ulospäin. (Uotila & Jolanki, 2022.) Monitulkintaisuudestaan huolimatta, ihmiset osaavat kuvailla ja tulkita yksinäisyyttä, joten yksinäisyydellä on oma kollektiivinen merkityksensä.

Tarkastelen tässä luvussa yksinäisyydestä tuotettuja käsityksiä ja määritelmiä sekä, millaista tutkimusta yksinäisyydestä on tuotettu aiemmin sosiaalitieteiden tutkimuskentällä.

### 2.1 Määritelmiä yksinäisyydestä

Yksinäisyyttä kuvaillaan tunnetilaksi, joka viittaa toteutumattomiin sosiaalisiin odotuksiin. Yksinäisyyden tulkinta ja määritelmä vaihtelevat yksilöllisesti ja nämä ovat riippuvaisia yksilön omista lähtökohdistaan, sekä tulkinnoistaan. Yksinäisyyttä on kuvailtu usein sosiaalisesti kivuksi, joka muistuttaa meitä sosiaalisten suhteiden ylläpidosta. (Savikko, Jansson & Pitkälä, 2019.) Yksinäisyydellä on useita merkityksiä eri yhteyksissä. Arkikielessä yksinäisyydellä on erilaisia toisiinsa liittyviä merkityksiä, jotka voivat olla päällekkäisiä. Yksinäisyydestä puhuttaessa voidaan käyttää erilaisia sanoja ja merkityksiä, joiden avulla sen merkityksiä tuotetaan. Yksin vietetystä ajasta puhumalla, voidaan viitata yksinäisyyden tunteisiin, mutta toisaalta se ei merkitse yksinäisyyttä automaattisesti. Yksin asumisesta puhuttaessa usein rakennetaan yksinäisyyden merkitystä, kun yksin asuminen oikeastaan viittaa yleensä asumisjärjestelyyn. Yksin asumista on kuvailtu neutraaliksi yksinäisyydeksi tai positiiviseksi yksinäisyydeksi. Nämä ovat kuitenkin suomen kielen kannalta vielä kompleksisia käsitteitä, koska suomen kielessä ei ole määritelty erillisiä käsitteitä virallisesti negatiiviselle ja positiiviselle yksinäisyydelle. (Lumme-Sandt & Saarenheimo, 2010.)

Tieteellisissä tutkimuksissa yksinäisyydestä on puolestaan käytetty sosiaalisen eristäytymisen käsitettä. Sosiaalisella eristäytymisellä viitataan yksinäisyyden mittaamiseen objektiivisesti, jossa, pyritään olemaan mahdollisimman vähän sosiaalisissa tilanteissa ja vuorovaikutuksissa muiden kanssa. Yksinäisyyden käsite itsessään tieteellisissä tutkimuksissa viittaa subjektiiviseen tunnetilaan ja kokemukseen, joka on tunnistettavissa vain sen kyseisen henkilön kautta, joka tunnistaa yksinäisyyttään. (Uotila, Lumme-Sandt & Saarenheimo, 2010.) Hawkley ja Cacioppo ovat eritelleet yksinäisyyttä objektiiviseksi sosiaaliseksi eristäytymiseksi ja subjektiiviseksi sosiaaliseksi eristäytymiseksi. Heidän mukaansa yksinäisyys ei ole synonyymi objektiiviselle sosiaaliselle eristäytymiselle vaan enemmän subjektiiviselle sosiaaliselle eristäytymiselle. Objektiivisella sosiaalisella eristäytymisellä he tarkoittavat henkilöä, joka konkreettisesti eristää itsensä muista ja pyrkii vähäisiin sosiaalisiin kontakteihin. Subjektiivisella sosiaalisella eristäytymisellä he puolestaan tarkoittavat itseänsä yksinäiseksi kuvailevaa henkilöä, joka voi elää hyvin rikasta sosiaalista elämää, mutta hän tuntee ja kuvailee itsensä siitä huolimatta yksinäiseksi. (Hawkley & Cacioppo, 2010.)

Yksinäisyyden tunne ei siis välttämättä johdu seuran puutteesta, vaan se on enemmänkin toteutumattoman seuran ihanne. Tämä viittaa yksinäisyyden sosiaalisuuteen ja siihen, että jos ihmiset eivät olisi sosiaalisia olentoja, tällöin ei tiedostettaisi myöskään yksinäisyyden tunnetta. (Svendsen, 2015, s. 11.) Ihmisen perustarve on kuulua joukkoon ja muodostaa itselleen erilaisia sosiaalisia suhteita (Weiss, 1973, s. 142). Myös Hawkley ja Cacioppo myös kuvailevat ihmisiä sosiaalisina olentoina, jotka luottavat turvalliseen ja vakaaseen yhteisölliseen ympäristöön. Yksinäisyyden ja sosiaalisen eristäytymisen tuntemukset lisäävät ihmisen haavoittuneisuutta samalla, kun ne lisäävät tarkkaavaisuuden tunnetta erilaisille uhille. (Hawkley & Cacioppo, 2010.)

Yksinäisyys nähdään yhteiskunnallisena ongelmana, joka on kytköksissä useisiin mielenterveysongelmiin, kuten masennukseen, mutta silti yksinäisyydelle ei ole omaa virallista diagnosointia. Cacioppo ja Patrick käsittelevät yksinäisyyden psykologista puolta ja pohtivat yksinäisyyden olevan vain osa jotakin isompaa ongelmaa yksilön psyykkisessä tai fyysisessä hyvinvoinnissa (Cacioppo & Patrick, 2008, s. 85). Yksinäisyyden on todettu kaksinkertaistavan riskiä masennuksen puhkeamiseen ajan myötä. On myös näyttöä siitä, että yksinäisyyden on

todettu lisäävän riskiä ahdistuneisuushäiriön ja monien muiden mielenterveysongelmien puhkeamiseen. (Mann ym., 2022.) Powell ja kumppanit osoittivat myös kahdeksan vuoden seurantatutkimuksellaan, että yksinäisyys oli yksi suurimmista riskitekijöistä masennuksen syntyyn. Heidän tutkimuksensa myös vahvisti sitä, että yksinäisyys voi johtaa fyysiseen oireiluun, kuten fyysiseen kipuihin. Powell ja kumppanit ehdottavatkin tutkimuksen lopussa, että tulisiko yksinäisyyttä lähestyä myös kliinisestä näkökulmasta, koska sen on osoitettu olevan riskitekijänä myös moneen muuhun diagnoosiin. (Powell ym., 2022.)

Yksinäisyyteen on yhdistetty myös runsaasti itsetuhoista ajattelua ja käyttäytymistä. Beutel kumppaneineen tutkivat Gutenbergin terveystutkimuksen (GHS) poikkileikkausten lähtötietoja huhtikuusta 2007 huhtikuuhun 2012. GHS on väestöpohjainen, prospektiivinen ja havainnoiva kohorttitutkimus. Tutkimuksen tarkoituksena oli tuoda esiin yksinäisyyden vaikutuksia pidemmän ajan seurauksella. Tulokset osoittivat, että yksinäisyys oli yleisempää naisilla, joilla ei ollut parisuhdetta, lapsia ja olivat yksin asuvia. Yksinäisyyden lisääntyessä sosioekonominen asema heikkeni ja itsetuhoisuus kasvoi. He selittivät yksinäisyyden ja itsetuhoisuuden yhteyden tukevan teoriaa, jonka mukaan estetty kuuluminen ja koettu kuormittavuus ovat itsemurhan päätekijöitä. Tulokset osoittivat yksinäisyyden aiheuttavan ahdistusta ja itsetuhoisuutta, mutta masennuksen ja ahdistuneisuushäiriöiden takia yksilöt voivat pidättäytyä sosiaalisista kontakteista, joka ajaa heidät yhä syrjätympään asemaan yhteiskunnassa. (Beutel ym., 2020.)

Vaikka yksinäisyys on vallitsevasti tunnistettu negatiivisena ilmiönä, on yksinäisyyttä tarkasteltu myös positiivisesta näkökulmasta. Kuten aiemmin mainitsin, suomen kielessä ei ole määritelty virallisia käsitteitä negatiiviselle ja positiiviselle yksinäisyydelle. Kun puhutaan positiivisesta yksinäisyydestä, tällöin niin sanotusti viitataan vapaaehtoiseen yksinäisyyteen, jolle on kansainvälisesti käytetty termiä solitude. Solitude termille ei ole virallista suomen kielen käännöstä, joten siitä kirjoittaessani, käytän tutkielmassani sen englannin kielistä sanaa solitude. Solitudea on kuvailtu yksinäisyyden myönteiseksi vastakohtaksi ja tilaksi, jota enemmänkin etsitään eikä pyritä välttämään (Long ym., 2003). Coplan ja Bowker tuovat kirjassaan ilmi, että solitudea on tarkasteltu ilmiönä jo useiden vuosien ajan ja sen historiallisuudesta on löydetty viitteitä. Esimerkiksi antiikin kreikkalaiset ja roomalaiset filosofit pohtivat ryhmän roolia yhteiskunnassa ja, missä määrin yksilön tulisi olla osa ryhmää sekä

erillään siitä saavuttaakseen viisautta ja onnellisuutta. (Coplan & Bowker, 2014, s. 6.) Solituden saavuttamista ja sen hyödyntämistä ei ole pidetty yksinkertaisena, vaan on esitetty, että se edellyttäisi yksilöltä itsetuntoa, joka kykenee selviytymään ilman välitöntä sosiaalista vahvistusta (Larson, 1990). Solitude voidaan siis määritellä vapaaehtoiseksi yksinäisyydeksi, jonka oman hyvinvoinnin myönteisten vaikutusten vuoksi sitä pyritään saavuttamaan, eikä sen koeta alentavan yksilön hyvinvointia.

Sosiaalitieteissä yksinäisyyden tarkastelu on painottunut sosiaalisiin näkökulmiin ja sen tutkimuksissa pyritään painottamaan yhteiskunnallisia taustatekijöitä. Sosiologi Robert Weissin yksinäisyyden tutkimusta pidetään usein merkittävänä lähtökohtana yksinäisyyden tutkimukselle sosiaalitieteissä. Hän jakoi yksinäisyyden kahtia: emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyyteen. Emotionaalinen yksinäisyys johtuu läheisten suhteiden puutteesta ja sosiaalinen yksinäisyys puolestaan on seurausta sosiaalisten verkostojen puutteesta. (Ågren, 2017; ref. Weiss, 1973.)

Emotionaalinen eristäytyneisyys kuvastaa subjektiivista reaktiota läheisen ihmisen poissaolosta. Weiss korostaa, että ihminen kykenee kokemaan emotionaalista eristäytyneisyyttä yksinäisyyden muotona vasta aikuisiällä. Vaikka lapset kokevat negatiivisia tunteita, kun heidän lähivanhempansa on hetkellisesti poissa, se ei Weissin mukaan tarkoita vielä yksinäisyyttä, vaan kuvastaa enemmän eroahdistuneisuutta. Emotionaalisen eristäytyneisyydessä ihmisellä on jo kehittynyt ymmärrys omasta sosiaalisuudestaan, ja hän on kyennyt kehittämään sosiaalisia suhteita. (Weiss, 1973, s. 90–91.)

Sosiaalista eristäytyneisyyttä Weiss on kuvaillut emotionaalisen eristäytyneisyyden jatkeena. Hänen mukaansa sosiaalinen eristäytyneisyys voi olla seurausta emotionaalisen eristäytyneisyyden takia. Hän käyttää esimerkkinä avioliiton päättymistä. Avioliiton päättyminen voi johtaa emotionaaliseen eristämiseen, koska avioparin välille tulee ero, jolloin ennen toisiinsa kiintyneet ihmiset eroavat toisistaan ja kokevat emotionaalista eristäytyneisyyttä. Tämän seurauksena heidän sosiaalinen asemansa on myös muuttunut. Avioeron myötä heidän sosiaaliset piirinsä muuttuvat ja he joutuvat sopeutumaan uuteen sosiaaliseen asemaansa. Sosiaalinen eristäytyneisyys on objektiivisesti enemmän havaittavissa kuin emotionaalinen eristäytyneisyys. (Weiss, 1973, s. 145–146.)

Sosiaalipsykologian tutkimuskentällä Perlman ja Peplau ovat tehneet merkittävän kattavan tieteellisen katsauksen yksinäisyydestä sosiaalipsykologian näkökulmasta empiiristen tutkimusten ja kirjallisuuden pohjalta. Perlman ja Peplau pitävät yksinäisyyden yhtenä tärkeänä perustana aikaa. Yksinäisyys voi olla tilapäistä, jolloin yksinäisyys on riippuvainen yksilön silloisista elämäntapahtumista. Tilapäistä yksinäisyyttä he kutsuvat yksinkertaisesti kokemukseksi. Yksinäisyyden muuttuessa krooniseksi tilaksi, he määrittelevät yksilön tällöin ”yksinäiseksi ihmiseksi”. (Perlman & Peplau, 1981.)

Yksinäisyyden ilmenemistä on jaettu kyseisessä artikkelissa neljään kategoriaan: affektiiviseen, motivoiviin, käyttäytymiseen ja sosiaalisiin ongelmiin. Yksinäisyyden affektiivisuus on tutkituin osa-alue sosiaalipsykologiassa. Affektiivisuudella viitataan yksinäisyyden kielteisiin ja epämiellyttäviin tunnetiloihin. Näitä negatiivisia tunnetiloja ovat esimerkiksi tyytymättömyys, ahdistus ja vihamielisyys. Yksi merkittävä havainto, joka katsauksessa tuotiin esiin, oli yksinäisten ihmisten negatiivinen näkemys. Useat yksinäiset ihmiset kuvaavat itseään pessimistiksi ja he olivat tyytymättömiä siihen, miten he käyttävät aikaansa. Motivoivat tekijät viittaavat yksinäisyyden aiheuttamiin toimintoihin, joka nähdään ristiriitaisena kategoriana. Yksinäisyys voi motivoida, esimerkiksi sosiaaliseen vuorovaikutukseen muiden kanssa, kun samalla se voi motivoida sosialisoimattomuuteen. (Perlman & Peplau, 1981.)

Käyttäytymisen kategoriassa yksinäisyyttä tarkastellaan yhteiskunnallisten taitojen puutteilla. Kun tarkastellaan yksinäisyyden käyttäytymistä kahden edellisen kategorian valossa, yksinäinen henkilö kokee ahdistusta ja epämiellyttäviä tunteita, jotka voivat johtaa itsevarmuuden puutteeseen ja motivaation laskuun. Nämä tekijät yhdessä voivat viedä yksinäisen henkilön epämieluisaan valoon yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Tällaiset piirteet voivat tehdä yksilöstä sosiaalisesti kömpelön, joka aiheuttaa eristäytymistä muista. Neljännessä kategoriassa käydään läpi sosiaalisia ongelmia, joilla voi olla yhteyksiä yksinäisyyteen. Katgoria sisältää esimerkiksi puolison menehtymisestä johtuvan yksinäisyyden tai sairaudesta johtuvaa yksinäisyyttä. Tällainen yksinäisyys ei ole välttämättä yksilöstä riippuvainen, vaan yksinäisyyden aiheuttajana toimii hänen ympäristönsä. (Perlman & Peplau, 1981.)

Perlman ja Peplau viittasivat katsauksessaan myös Moustakasin jaotteluun, jossa, hän erotti yksinäisyydestä ahdistuksen ja eksistentiaalisen yksinäisyyden. Hänen mukaansa ahdistuksen

yksinäisyys on epämiellyttäviä tunnetiloja, jotka johtavat negatiivisuuteen ja ahdistukseen. Eksistentiaalinen yksinäisyys on väistämätön osa yksinäisyyttä, joka sisältää kausia, jotka tarjoavat yksinäiselle ihmiselle mahdollisuuksia itsensä kasvuun. Näin Moustakas tuo esiin yksinäisyyden positiivisen ja negatiivisen ulottuvuuden. (Perlman & Peplau, 1981.) Tätä jaottelua tuodaan esiin myös tuoreemmassa sosiaalipsykologisessa tutkimuksessa ja jaottelu antaa mahdollisuuden yksinäisyyden sosiaalipsykologiseen tarkasteluun, koska se tuo esiin ihmisen tunne-elämän ja tilanteiden syitä sekä niiden erotteluun ja analysointiin positiivissa ja negatiivisissa ilmentymissä. Perlmanin ja Peplaun tieteellistä katsausta yksinäisyydestä hyödynnetään myös edelleen yksinäisyyden tutkimuksissa, koska sen avulla pystytään rakentamaan yksinäisyyden merkityksen syntymistä. (Yuldashev ym., 2021; ref. Perlman & Peplau, 1981.)

Yksinäisyys määritellään siis yleensä ahdistavaksi tunnetilaksi, joka liittyy käsitykseen, että sosiaaliset tarpeet eivät täyty tyydyttävällä tavalla (Cacioppo & Patrick, 2008, s. 85). Yksinäisyyden määrittelemisessä on olennaista sen subjektiivinen tulkinta, koska objektiivinen näkemys yksinäisyyteen viittaa mitattuun sosiaalisten kontaktien puutteeseen tai pieneen sosiaaliseen verkostoon (Knuutila, ym. 2023). Yksinäisyyden subjektiivinen ja moninainen tulkinta vaikeuttaa sen määrittelyä ja tunnistamista. Vaikka yksinäisyys on yhdistetty useisiin mielenterveysongelmiin ja niiden syntymiseen, silti yksinäisyydelle ei ole annettu diagnoosisesti virallista määritelmää (Palgi ym., 2020). Samalla yksinäisyyttä on myös tarkasteltu myönteisestä näkökulmasta, jonka on kuvailtu vahvistavan ja parantavan ihmisen hyvinvointia. Yksinäisyyden monitulkintaisuuteen merkittäviä syitä ovat nimenomaan yksinäisyyden subjektiivisuus ja vaikeus havainnoida sitä objektiivisesti.



### **3 KORONAPANDEMIA JA SOSIAALISET SUHTEET**

Koronapandemian aika alkoi maaliskuussa vuonna 2020, kun Kiinasta lähtöisin koronavirus levisi ympäri maailmaa. Koronavirustauti muistuttaa tavallista flunssatauti, jonka oirekuvaan kuuluvat muun muassa kurkkukipu, kuume, päänsärky ja yskä. Koronavirustaudin levinneisyyttä pyrittiin kontrolloimaan erilaisilla toimenpiteillä, kuten sosiaalisella eristäytyneisyydellä. Koronavirustaudin kuolleisuus oli merkittävä, etenkin riskiryhmään kuuluvilla, jonka vuoksi rankkoihin toimenpiteisiin ryhdyttiin ympäri maailmaa. Vuonna 2020 riskiryhmään luokiteltiin kuuluvan muun muassa yli 60-vuotiaat ja henkilöt, keillä on jokin perussairaus. (Banerjee, 2020.) Suomessa raportoitiin varmistettuja koronavirustaudin aiheuttamia kuolemia yli 6500 ja vuonna 2023 kuolemantapausten määrä oli selkeästi vähentynyt, ja sen määrä oli noin 2500. Vuonna 2023 viranomaiset julkistivat, että koronavirustauti ei ole enää yleisvaarallinen tartuntatauti. Koronavirustaudin leviämistä ja muuntumista kuitenkin edelleen seurataan, mutta pääsääntöisesti sitä hoidetaan ja kohdellaan flunssatautina. (Anttila, 2024.)

Vaikka koronapandemiasta aiheutuneet toimenpiteet ja rajoitukset eivät ole enää voimassa silti nämä ovat jättäneet jälkensä maailmaan. Koronapandemian rajoitusten aiheuttamista seurauksista on jo muutamassa vuodessa tehty lukuisia tutkimuksia. Etenkin sosiaalisen eristäytyneisyyden vaikutuksia ihmisten yksinäisyyteen on tutkittu runsaasti. Tässä luvussa käyn läpi, kuinka koronapandemia on vaikuttanut ihmisten sosiaalisiin suhteisiin ja yksinäisyyteen erilaisten tehtyjen tutkimuksien valossa.

#### **3.1 Sosiaalisten suhteiden muuttuminen**

Sosiaaliset suhteet ovat merkittäviä ihmisten hyvinvoinnin kannalta. Luomme erilaisia sosiaalisia suhteita jatkuvasti ja pyrimme ylläpitämään niistä useita elämämme aikana. Sosiaalisia suhteita voivat olla ihmissuhteet, perhesuhteet tai vain arkipäiväinen kaupassakäynti, jossa sosiaalinen kanssakäyminen voi tapahtua kaupan työntekijän kanssa. Sosiaalisten suhteiden yhtenä perustana on vuorovaikutusnormit. Vuorovaikutusnormit ovat keskeisiä ja ne rakentavat luottamusta, yhteenkuuluvuutta ja identiteettejä ryhmien sisällä. Ne

auttavat meitä toimimaan erinäisissä tilanteissa ja muokkaamaan omaa toimintamallia vuorovaikutustilanteiden edetessä. Vuorovaikutusnormien avulla määrittelimme useita paikkoja itsellemme yhteiskunnassa. Sosiaalinen eristäytyminen koronapandemian aikana rikkoi näitä vuorovaikutusnormeja. Jouduimme sopeutumaan uudenlaisiin sosiaalisiin tilanteisiin sekä vuorovaikutusnormeihin. Vuorovaikutusmuotojen muuttuminen on lisännyt epäluottamusta, sillä puheella tuotetun vuorovaikutuksen tulkitaan olevan luotettavampaa ja ymmärrettävämpää kuin kirjoitettu teksti. Kirjoitetun tekstin välityksellä tapahtuva vuorovaikutus ei ole välttämättä niin selvää ja se voi aiheuttaa väärinkäsityksiä. (Long ym. 2022.)

Koronapandemian leviämisen estämiseksi ihmisiä kehoitettiin välttämään fyysisiä kontakteja, useat maat ottivat käyttöön matkustuskiellon, etätyösuositus tuli voimaan useassa työpaikassa ja kouluja suljettiin, jonka seurauksena opetus pyrittiin toteuttamaan etänä. Sosiaaliset kanssakäymiset olivat pääsääntöisesti teknologian varassa. Tämä on aiheuttanut haasteita, etenkin iäkkäämmälle väestölle, sillä heille sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen esimerkiksi videopuhelun avulla, on koettu puutteelliseksi, eikä se täytä vuorovaikutuksen odotuksia. Yksinäisyyttä on nimenomaan lisännyt fyysisten kontaktien vähentyminen. (Ernst ym. 2022, s. 661.) Korkeampi ikä lisäsi koronavirustaudin pahemman tautimuodon riskiä, joten yli 60-vuotiaiden luokittelu riskiryhmään on ollut perusteltua, vaikka näin se eristi iäkkäämmät ihmiset omiin koteihinsa, samalla vähentäen sosiaalista kanssakäymistä muiden kanssa sekä estäen fyysisen aktiivisuuden edistämistä. Tämä on aiheuttanut ikääntyneiden keskuudessa xmerkittävää syrjäytyneisyyden vaaraa. (Uotila & Jolanki 2022.)

Koronapandemian aikana ihmiset kaipasivat sukulaisten ja ystävien näkemistä kasvokkain sekä perhejuhliin osallistumista. Koronapandemian vuoksi ihmiset eivät myöskään pystyneet vierailemaan vakavasti sairaiden läheistensä luona, joka lisäsi ihmisissä ahdistusta. Eristäytyneisyys ja rajoitukset sekä näiden toimenpiteiden keston epätietoisuus lisäsivät ihmisissä huolestuneisuutta. (Uotila & Jolanki 2022.) Philpot kumppaneineen julkaisivat vuonna 2021 pitkittäistutkimuksensa, jossa he tutkivat ihmisen sosiaalisten suhteiden laadun muuttumista koronapandemian aikana. Kyseinen tutkimus osoitti, että osallistujat keillä jo ennen koronapandemiaa on ollut fyysisiä ja psyykkisiä terveysongelmia, kokivat sosiaalisen eristäytyneisyyden aikana suuremman kynnyksen olla yhteydessä läheisiinsä, kuin esimerkiksi

osallistujat, joilla ei ollut merkittäviä terveysongelmia. Tulokset osoittivat, että sosiaalisella eristäytyneisyydellä on ollut mittavia vaikutuksia sosiaalisiin suhteisiin ja etenkin heikommassa asemassa olevat eli esimerkiksi riskiryhmään kuuluvat, ovat kärsineet näistä merkittävästi. Tutkimuksen lopussa, tutkijat ehdottavat, että mikäli tulevaisuudessa joudutaan samankaltaisiin olosuhteisiin, tulisi tällöin mahdollisesti tehdä sosiaalisia interventioita, joilla pyrittäisiin lieventämään sosiaalisten suhteiden puutteita. (Philpot ym. 2021.)

### **3.2 Koronapandemia ja yksinäisyys**

Tilastokeskuksen mukaan yksinäisyys on lisääntynyt 16 vuotta täyttäneillä henkilöillä vuodesta 2018 vuoteen 2022 8,5 prosentilla. Koronapandemian seuraukset näkyvät edelleen yksinäisyyden tilastoinnissa, sillä yksinäisyyden tilastot eivät ole palanneet koronapandemiaa edeltävälle tasolle. (Tilastokeskus 2023.) Opiskelijoiden keskuudessa yksinäisyys lisääntyi, kun opintojen suoritus toteutettiin etäopiskeluna. Myös työelämässä olevien henkilöiden, jotka kuuluivat ylempään koulutusluokkaan, yksinäisyys lisääntyi merkittävästi koronapandemian myötä. Tämän on epäilty johtuvan siitä, koska useat tietokoneella tehtävät asiantuntijatehtävät mahdollistivat etätyöskentelyyn siirtymisen, joka puolestaan ei edistänyt työyhteisöjen hyvinvointia, koska työtovereiden tuki ja yhteydenpito koettiin puutteelliseksi. Yli 75-vuotiaiden yksinäisyys lisääntyi 42 prosentilla, kun yhteiskunta suljettiin. (Laaninen & Niemelä, 2023.) Ikääntyneiden keskuudessa sosiaalisen eristäytyneisyyden seuraukset ovat aiheuttaneet yksinäisyyden myötä elämänlaadun heikkenemistä. Erityisessä riskissä ovat olleet ikääntyneet henkilöt, jotka ovat sijoitettuna palvelulaitoksiin, asuvat yksin ja he, jotka omaavat matalan sosioekonomisen tason. (Sayin Kasar & Karaman 2021.) Koronapandemian myötä on myös tuotu esiin ikääntyneiden eettistä yksinäisyyttä, joka viittaa sisäiseen eristäytyneisyyteen. Tällä tarkoitetaan sitä, kun yksilö kokee, että yhteiskunta on hylännyt hänet ja mikäli pyrkii tuomaan omaa ääntään kuuluviin päättäjille, tällöin voi mahdollisesti vain pahentaa omaa tilannettaan. (Burlacu ym. 2021.)

Kotwalin ja kumppaneiden tutkimus yksinäisyyden ja eristäytyneisyyden kokemuksista yli 60-vuotiailla koronapandemian aikana osoitti, että ihmiset tunsivat jääneensä koteihinsa oman

onnensa nojaan ja useilla oli kasvanut pelko siitä, että he olisivat tulleet unohdetuksi. Tutkimukseen osallistujat kokivat, etteivät saa tarpeeksi sosiaalista tukea ja suurin osa koki yksinäisyyden vain pahentuvan koronapandemian aikana. Vaikka tutkimuksen tulokset puhuivat suurimmalta osin yksinäisyyden lisääntymisen puolesta, tulokset osoittivat myös ihmisten sopeutuneen ja selviytyneen pahimpien rajoitusten aikana. (Kotwal ym., 2021.)

Kovacs ja kumppanit hyödynsivät omassa tutkimuksessaan kesällä vuonna 2019 kerättyjä tietoja pitkittäissosiaalisista verkostoista ja vertasivat näitä kesäkuussa vuonna 2020 kerättyihin tietoihin. Vertailu osoitti, että tutkimukseen kerättyjen osallistujien sosiaaliset verkostot olivat kutistuneet vuoden aikana merkittävästi. Kutistumisen syynä pidetään tuttavaverkoston mahdollista hidasta aktivoitumista ja mobilisoitumista, jotka johtavat sosiaalisen vuorovaikutuksen puutteeseen. Tulokset kiteyttävät koronapandemiasta johtuvien toimenpiteiden seuraukset. (Kovacs ym., 2021.)

Yhteiskunnan avauduttua jälleen, yksinäisyyden tilastot ovat jatkaneet edelleen nousuaan, mutta ei yhtä jyrkästi kuin rajoitusten aikana. Tähän syynä voi olla, että yhteiskunnalliset kriisit ja niiden sosiaaliset seuraukset tapahtuvat viiveellä sekä niistä toipuminen on hidasta. (Laaninen & Niemelä, 2023.) Kaikille koronapandemia ei ole kuitenkaan lisännyt yksinäisyyttä tai muuttanut sen muotoaan, koska yhteydenpidon ylläpitäminen läheisiin teknisten yhteyksien avulla on ollut vaivatonta, ja joillekin tällainen vuorovaikutus on riittävää sosiaalisten tarpeiden tyydyttämiseksi. Yksinäisyys ei ole riippuvainen vain yhteyksien ja sosiaalisen kanssakäymisen onnistumisesta. Yksinäisyyteen liittyy useita tekijöitä, kuten yksilön persoonalliset piirteet sekä hänen ympäristönsä. Millainen on yksilön kontaktin tarve, millaiset odotukset yksilöllä on sosiaalisista suhteista tai, millainen on hänen fyysinen ja psyykinen hyvinvointi. Esimerkiksi Saksassa vuonna 2021 tehty tutkimus osoitti, että ihmiset, jotka luokittelevat itsensä ekstroverteiksi kokivat yksinäisyytensä lisääntyneen, kun taas itsensä introverteiksi luokitelleet eivät kokeneet yksinäisyyden tunteen lisääntymistä. (Ernst ym. 2022, s. 661.) Ikääntyneiden keskuudessa yhteydenpidon ylläpitäminen teknisten yhteyksien avulla on tuottanut vaikeuksia. Monet ikääntyneistä ovat kokeneet haastavaksi sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen teknisten yhteyksien avulla, joka on johtanut sosiaaliseen etäännyntymiseen ja lisännyt yksinäisyyden kielteisiä vaikutuksia. (Schütz ym. 2024.)

Kotwalin ja kumppaneiden tutkimuksen tulokset osoittivat myös positiivisia vaikutuksia koronapandemian aiheuttamista rajoitteista. Koronapandemian toimenpiteet olivat tuoneet muun muassa lisää aikaa ja mahdollisuuksia yli 60-vuotiaiden joukossa. (Kotwal ym. 2021.) Myös Tomazin ja kumppaneiden tutkimuksessa todettiin, että koronapandemian toimenpiteet olivat jopa lisänneet joidenkin ikääntyneiden henkilöiden kohdalla sosiaalista vuorovaikutusta ja tämän myötä heidän hyvinvointiansa. Esimerkiksi osallistujat kertoivat tutustuneensa naapureihinsa paremmin, kun yhteiset hetket pihalla olivat pidempiä ja he keskustelivat ahkerasti ikkunoiden kautta keskenään. Tutkimukseen osallistujat kertoivat myös koronapandemian kannustaneen heitä ottamaan yhteyttä vanhoihin ystäviin, joihin heidän yhteydenpitonsa oli katkennut vuosien varrella. (Tomaz ym., 2021.)

Kokonaisuudessaan koronapandemian toimenpiteet ovat enimmäkseen lisänneet yksinäisyyttä ja tutkimukset osoittavat suurimmaksi osaksi negatiivisia vaikutuksia, vaikka on myös löydetty viitteitä, että koronapandemian toimenpiteet eivät ole aiheuttaneet haittavaikutuksia kaikkien hyvinvointiin. Koronapandemian vaikutukset yksinäisyyteen kuitenkin vaihtelevat eri maiden välillä ja niiden eroihin vaikuttavat maiden taloudelliset sekä sosiaaliset asemat. Esimerkiksi maissa, joissa on kulttuurisesti tapana, että useat sukupolvet asuvat yhdessä, eivät kokeneet merkittävästi yksinäisyyden lisääntymistä koronapandemian aikana. Sillä koulujen sulkeminen jätti lapset koteihinsa, jolloin isovanhemmat saivat viettää enemmän aikaa lastenlastensa kanssa. (Burlacu ym., 2021.)

Koronapandemian toimenpiteiden ja rajoitusten vaikutukset ovat olleet merkittäviä, ja nämä ovat nähtävissä useissa tilastoissa. Useat tutkimukset ovat osoittaneet yksinäisyyden lisääntyneen kaikissa ikäryhmissä, mutta erityisesti ikääntyneiden keskuudessa. Ikääntyneet henkilöt ovat olleet merkittävästi haavoittuvassa asemassa koronapandemian aikana, jonka myötä yksinäisyyden kielteiset vaikutukset ovat korostuneet. Tomaz ehdottaakin omassa tutkimuksessaan sekä hänen, että muiden tutkimuksia tulisi hyödyntää tulevaisuudessa, mikäli koronapandemian tapainen epidemia ja sulkutila tapahtuvat uudestaan (Tomaz ym., 2021).

## 4 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Tässä luvussa tarkastelen tutkielmani teoreettista viitekehystä. Aluksi tuon esiin sosiaalisen konstruktionismin ja diskurssin käsitteitä, koska tutkimusmenetelmäni, kriittinen diskursiivinen psykologia kuuluu sosiaalisen konstruktionismin tutkimuskentälle. Tämän jälkeen siirryn tarkastelemaan lähemmin kriittistä diskursiivista psykologiaa.

### 4.1 Diskurssi ja yksinäisyys

Sosiaalisessa konstruktionismissa kielen käyttö rakentaa, muuntaa, järjestää ja antaa merkityksen siitä sosiaalisesta todellisuudesta, joka on ympärillämme. Kielen käyttö antaa siis merkityksen kohteille ympäristössä, joista puhutaan ja kirjoitetaan. (Jokinen, Juhila & Suoninen, 1993, s. 18.) Perimmäisen totuuden puuttumista on pidetty sosiaalisen konstruktionismin viitekehysenä. Tämä antaa vaikutelman siitä, että on miltei mahdotonta sanoa, että jotkut ajatukset ja ajattelutavat maailmasta ovat joko oikeita tai vääriä. Eli jos hyväksymme mahdollisuuden moniin erilaisiin todellisuuksiin, jotka ovat historian ja kulttuurien tuottamia, emme pysty väittämään, mikä todellisuus on oikea. (Burr, 2015, s. 93.) Sosiaalinen konstruktionismi näyttäytyi puolestaan sosiaalipsykologi Kenneth J. Gergenille kriittisenä suhtautumisena vakiintuneisiin olettamuksiin ihmisistä ja maailmasta. Hän kuvaili niitä tavoiksi, jotka ovat sovittuja sekä opittuja ja niitä hyödyntäen hahmotamme maailmaa. (Niska ym., 2024, s. 15.) Yksinäisyyden tutkimuksen yhtenä hedelmällisimpänä lähestymistapana on pidetty sosiaalista konstruktionismia, koska sen teoreettisen viitekehysten perusajatuksena on tieto siitä, että todellisuus sekä tieto ympäröivästä maailmasta rakentuu sosiaalisten prosessien kautta (Ågren, 2017).

Diskursiivisessa tutkimusprosessissa diskursseja tunnistetaan aineistosta. Diskurssi voidaan määritellä monin tavoin, mutta sitä on kuvailtu merkitykseksi jostain kohteesta, joka on tulkittavissa sekä puheesta, että kirjoitetusta tekstistä (Parker, 2002, s. 173). Diskursseilla tarkoitetaan vakiintunutta ymmärrystä, tulkintaa tai puhetapaa jostain merkityksistä ja ilmiöistä. Mikrokonstruktionistisessa näkökulmassa diskursseilla tarkoitetaan arjentilanteissa tuotettua puhetta, kirjoitusta tai muuta kommunikaatiota, joiden avulla ihmiset osallistuvat

vuorovaikutukseen. Makrokonstruktionistisesta näkökulmasta puolestaan diskursseilla tarkoitetaan historiallisesti kehittynyttä ja vakiintunutta tulkintaa ja puhetapaa, jotka rakentavat merkityksestä tai ilmiöstä tietynlaisen version. (Niska ym., 2024, s. 27.) Diskurssit syntyvät siis siitä, miten toimija tulkitsee kyseisen kohteen ja, millaisen merkityksen hän tälle kohteelle rakentaa. Diskursseilla ei ole vain yhtä tulkintaa, vaan ne sisältävät useita moninaisia tulkintoja, täten diskurssit voivat sisältää myös ristiriitoja. Diskurssin laatu voi vaihdella kontekstin mukaan, esimerkiksi tietyssä kontekstissa käsitteet ”hyvä” ja ”paha” tuottavat samanlaista tulkintaa, vaikka ne ovat yleisesti määritelty päinvastaisiksi käsitteiksi. Diskurssin määritelmä on tiukasti kiinni historiassa ja kulttuurissa, sillä ne rakentavat toimijan sosiaalista todellisuutta jatkuvasti. (Parker, 2002, s. 173–174.) Wetherellin mukaan diskurssit ymmärretään eri tavoin. Joskus diskurssit voidaan määritellä yksinkertaisesti kielen rakenteena. Toisaalta diskurssit voivat tuoda esiin kielen käytännöllisyyttä ja tuoda merkityksiä erilaisille arkipäiväisille käyttäytymismalleille. Diskurssin määritelmä on laaja, ja se sisältää sosiaalisen merkityksellisuuden kaikissa muodoissaan, kuten kuulo-, näkö-, tuntoaistit sekä muut niin fyysiset kuin psyykkiset merkitykset. Wetherell toteaa, että diskurssin käsitteen määrittely on riippuvainen tutkimuskysymyksestä. (Wetherell, 2012, s. 51–52.) Diskurssit voivat myös kilpailla keskenään tai ne voivat luoda erillisiä ja yhteensopimattomia versioita todellisuudesta (Davies & Harre, 1990).

Yksinäisyyden diskursseja on tutkittu yhteiskunnallisten tekijöiden, poliittisten sekä erilaisten medialähteiden kautta. Tutkimukset ovat painottuneet merkittävästi siihen, millaisten teemojen ja julkisten keskustelujen kautta yksinäisyyttä merkityksellistetään ja, mitä tietoa se tuottaa yksinäisyydestä yhteiskunnallisesti. (Ågren, 2017; Jentoft, 2023; Wilkinson, 2022).

Ågren on tutkinut yksinäisyyden diskursseja tutkimuksessaan ruotsalaisten ikääntyvän väestön yksinäisyyden tulkinnoista ruotsalaisessa uutislehdistössä. Hän lähti määrittämään yksinäisyyden diskursseja erilaisten kysymysten kautta, kuten millaisia diskursseja teksteissä esiintyvät, joissa käsitellään yksinäisyyttä sekä, millaisissa yhteiskunnallisissa konteksteissa yksinäisyyttä käsitellään. Tulokset osoittivat, että yksinäisyyden merkitysten tuottamista esiintyi eniten vanhusten hoidon, hyvinvointiyhteiskunnan ja politiikan diskursseissa. Useimmat artikkelit, joissa yksinäisyyttä käsiteltiin, sisälsivät lääketieteellisiä, mielenterveyteen liittyviä ja

alkoholismien diskursseja. Yksinäisyyttä rakennettiin myös vahvasti vanhustenhoitoon liittyvissä artikkeleissa, ja etenkin artikkeleissa, joissa tarkasteltiin keskeisiä ongelmia vanhustenhoidossa. (Ågren, 2017.)

Wilkinson tutki tutkimusartikkelissaan yksinäisyyden diskursseja myös median kautta. Hänen tutkimuksensa tarkasteli sitä, miten yksinäisyyden diskursseja rakennettiin seuraamalla mediakeskusteluita, jotka pohjautuivat Englannin hallituksen strategioihin yksinäisyyden lopettamiseen. Hän seurasi, kuinka tulkinnat yksinäisyydestä leviävät, kiertävät, muuttuvat ja sekoittuvat nykyiseen kontekstiin yksinäisyydestä. Häntä kiinnosti, aiheuttavatko yksinäisyyden diskurssit konkreettisia toimia yhteiskunnalle. Tutkimus osoitti, että yksinäisyyden diskursseja rakennetaan muun muassa hylkäämisen ja kaltoinkohtelun kautta, jotka ovat lähtöisin muiden toimista. Yksinäisyyden tulkittiin siis olevan enemmän seurausta muiden henkilöiden tai yhteiskunnallisten toimista kuin seurausta omasta toiminnastaan. (Wilkinson 2022.)

Jentoft osoitti tutkimuksellaan puolestaan yksinäisyyden diskurssien kietoutuvan yhteiskunnalliseen muutokseen, sekä digitaaliseen syrjäytymiseen. Hän perehtyi tutkimuksessaan siihen, miten yksinäisyys risteää teknologian ja ikääntymisen teemojen kanssa. Tutkimuksen data on kerätty mediasta, joka on sisältänyt muun muassa lehdistötiedotteita, keskustelupöytäkirjoja ja poliittisten päättäjien antamia lausuntoja. Näiden avulla on lähdetty rakentamaan yksinäisyyden diskursseja Englannissa. Tutkimuksen data on koottu aikajanaalla 2017–2021, joten vaikka tutkimus nostaa esiin digitalisaation merkityksen ikääntyneiden yksinäisyydessä, silti Jentoft toteaa tutkimuksen rajoittuneisuuden, sillä hänestä olisi merkittävää, että yksinäisyyden diskurssien kehittymistä tutkittaisiin enemmän koronapandemiasta seuranneiden toimenpiteiden vuoksi. (Jentoft 2023.)

Yksinäisyyden diskursseja on siis tutkittu diskursiivisilla tutkimusmenetelmillä runsaasti uutismedian, poliittisten strategioiden sekä yleisen keskustelun kautta (Ågren 2017, Jentoft 2023 & Wilkinson 2022). Nämä ovat tuottaneet yksinäisyydestä merkittävää tietoa, mutta mielestäni olisi merkittävää tarkastella yksinäisyyttä diskursiivisilla tutkimusmenetelmillä nimenomaan ihmisten tuottamien suorien puheiden, arkikielten ja tekstien kautta.



Ågren ja Pavlidis ovat julkaisseet tutkimuksen, jossa he ovat analysoineet, miten ikääntyvät aikuiset käyttävät käytettävissään olevia diskursseja ja käsitteitä kuvatakseen kokemuksiaan sosiaalisten suhteiden syrjäytymisestä ja yksinäisyydestä sekä, miten he käyttävät näitä kuvauksia rakentamaan identiteettiään. Tutkimus toteutettiin puolistrukturoitujen haastattelujen kautta. Tulokset osoittivat, että osallistujat rakensivat yksinäisyyden diskursseja vallitsevasti aktiivisuus käsitteen kautta. He kuvailivat, että aktiivisemmat ihmiset eivät ole yksinäisiä ja tuottivat yksinäisyyden merkityksiä sellaisilla käsitteillä, jotka ymmärrettiin negatiivisiksi ominaisuuksiksi, kuten yksinäisyyden pelko, ikävystyminen ja sairaus. Aktiivinen ihminen oli siis toivottu positiivinen tavoite, joka puolestaan palveli yksinäisyyden negatiivisten diskurssien tuottamista. (Ågren & Pavlidis, 2023.)

Myös Malli kumppaneineen tutkivat tutkimuksessaan yksinäisyyden merkitysten rakentumista puhekielessä ja, kuinka yksinäisyys vaikuttaa yksilön suhtautumiseen omaan yksinäisyytensä heidän kokemusten ja vuorovaikutusten kautta. Tutkimus vahvisti yksinäisyyden negatiivista stigmaa tuomalla esiin tutkimukseen osallistujien vahvistamaa yksinäisyyden ja yksinäisyyteen johtavien syiden kuvailun häpeän verhoilemana. Yksinäisyyden diskursseja häpeän merkityksessään rakennetaan mahdollisen leimautumisen pelolla. (Malli ym., 2023.)

Ågrenin ja Pavlidiksen sekä Mallin tutkimukset tuottavat merkittävää tietoa yksinäisyyden diskurssien ja sen merkitysten rakentumisesta puhe- ja arkikielessä, koska tutkimusten aineistot ovat koostuneet suoraan ihmisten puheista. Vaikka tutkimukset keskittyvät ihmisten suoraan tuottamaan puheeseen, niistä on silti ollut havaittavissa yhteiskunnallisia, sosiaalisia ja kulttuurisia rakenteita, kuten yksinäisyyden rakentuminen negatiivisten ominaisuuksien kautta (Ågren & Pavlidis, 2023) sekä yksinäisyyden rakentuminen häpeän kautta (Malli ym., 2023), jotka viittaavat yhteiskunnalliseen stigmaan yksinäisyydestä.

Mielestäni tämän vuoksi yksinäisyyden diskursiivisen tutkimuksen toteuttamisen suoraan ihmisten tuottamien puheiden, arkikielen ja tekstien kautta, koska silloin on mahdollista huomioida yksinäisyyden yksilölliset, yhteiskunnalliset, kulttuuriset ja sosiaaliset rakenteet. Mielestäni esimerkiksi yksinäisyyden sosiaalisuutta ei tule sivuuttaa, koska jos yksinäisyys ei olisi sosiaalista, olisiko ihmisten silloin mahdollista tunnistaa ja nimetä yksinäisyyttä (Svendsen, 2015, s. 11).

## 4.2 Kriittinen diskursiivinen psykologia

Kriittinen diskursiivinen psykologia on Wetherellin kehittämä diskurssianalyysimenetelmä, joka pohjautuu diskursiivisesta psykologiasta, jossa ihmiset rakentavat puheellaan asenteita, muistoja ja tunnetiloja. Diskursiivinen psykologia edustaa enimmäkseen mikrotason tutkimusta, kun taas kriittinen diskurssianalyysi pohjautuu usein makrotason tutkimukseen, jossa mielenkiinnon kohteena ovat erityisesti makrotasojen diskurssit, kuten vallan analyysi. Kriittinen diskursiivinen psykologia pohjautuu näistä kahdesta tutkimussuuntauksesta ja asettuu niiden väliin. (Wetherell, 1998.) Kriittinen diskursiivinen psykologia huomioi makrotason vaikutukset vuorovaikutuksen ja kielen muotoutumisessa, joka erottaa kriittisen diskursiivisen psykologian diskursiivisesta psykologiasta (Martinussen & Wetherell, 2019). Kriittisessä diskursiivisessä psykologiassa otetaan siis huomioon sekä mikro että makrotason näkökulmat.

Diskurssianalyttisen tutkimuksen on ajateltu rantautuneen sosiaalipsykologian tutkimuskentälle Wetherellin ja Potterin vuoden 1987 tutkimustyön ansiosta. Diskurssianalyttisen tutkimuksen avulla he halusivat kokeellisten asetelmien ja muuttujien sijaan lähestyä sosiaalipsykologisia ilmiöitä analysoimalla ihmisten kielenkäyttöä, jossa puhetta ei pyritä analysoimaan esimerkiksi sukupuolen tai luokka-aseman kautta. (Niska ym., 2024 s. 103.) Kriittisen diskursiivisen psykologian tarkoituksena on tarkastella erityisesti diskurssin ja yksilön välistä dialogista suhdetta ja sen muotoutumista. Yksilöt siis muokkaavat kieltä ja samalla kieli muokkaa myös yksilöitä. Kieltä käyttäessään ihminen hyödyntää hänen kielellisiä resurssejaan, jotka ovat muotoutuneet kulttuurisessa ja historiallisessa viitekehyksessä. (Edley, 2001.)

Kriittinen diskursiivinen psykologia tunnistaa, kuinka ihmiset puheessaan käyttävät historian tarjoamia tulkintoja ja sanastoja. Kulttuurit kuitenkin tarjoavat useita erilaisia tulkintoja ja tapoja puhua kohteista, jonka vuoksi ihminen joutuu tekemään valinnan, millaista tulkintaa ja puhetapaa hän käyttää. Ihmisten valinnat eivät kuitenkaan ole Wetherellin mukaan aina heistä itsestään kiinni, vaan jotkut rakenteet ja puhetavat ovat helpommin saavutettavissa. Jotkut tavat ymmärtää maailmaa voivat siis muuttua kulttuurisesti hallitseviksi tai hegemoniseksi. Eli

ihmiset voivat omaksua jonkin tietyn aseman tai puhettavan itsestään selvänä tulkintana, kun taas toisessa kulttuurissa voi olla päinvastainen tulkinta. Kriittisen diskursiivisen psykologian tarkoituksena on analysoida tätä niin sanottua normalisointiprosessia ja tutkia sitä, kenen ja minkä etuja diskurssit ajavat. Se pyrkii siis löytämään paradoksaalisen yhteyden diskurssin ja tulkittavan aiheen välillä. Sen avulla tutkitaan identiteettien tuottamista erinäisiin tilanteisiin, sekä kuinka historia ja kulttuuri vaikuttavat että muuttavat näitä tilanteita. (Wetherell, Taylor & Yates, 2001, s. 190–191.)

Kriittisessä diskursiivisessa psykologiassa on kolme avainkäsitettä; tulkintarepertuaarit, subjektipositiot ja ideologiset dilemmat. Tutkielmassani en analysoi aineistosta ideologisia dilemmoja, koska ne eivät ole tutkimuskysymyksieni kannalta oleellisia. Tutkielmani pääpaino on yksinäisyyden tulkintarepertuaareissa ja subjektipositioissa. Ideologiset dilemmat eivät siis palvele tämän tutkielman tavoitetta.

Potter ja Wetherell kuvailevat tulkintarepertuaareja toistuviksi käytetyiksi merkityssysteemeiksi, joita käytetään kuvailemaan ja tuomaan merkityksiä erilaisille toiminnoille, tapahtumille sekä muille ilmiöille (Potter & Wetherell 1987, s. 149). Diskurssin ja tulkintarepertuaarin on kuvailtu eroavan toisistaan niin, että diskurssi on enemmän vakiintunut kokonaisuus. Tulkintarepertuaari on puolestaan enemmän riippuvainen sen toimijasta ja tämän resursseista, miten hän tulkitsee omaa ympäristöään. (Wetherell & Potter 1988, s. 171.) Kehittäessään tulkintarepertuaarin määritelmää, Potter ja Wetherell vertasivat tulkintarepertuaareja sosiaalisiin representaatioihin, joiden avulla sosiaalipsykologit pyrkivät systemaattisesti tutkimaan ilmiöitä, niiden asenteiden, uskomusten ja attribuutioiden kautta. Tulkintarepertuaarin käsite on kehitetty analyyttisessä käytännössä, joka ei sisällä spekulatiivista kognitiivista psykologiaa, joka on sosiaalisten representaatioiden taustalla. (Potter & Wetherell 1987, s. 146.)

Tulkintarepertuaarit muodostavat yhteisöjen sisällä jaetun oman sosiaalisen ymmärryksen. Niiden muodostumiseen vaikuttavat yhteisön sisällä vallitsevat normit, asenteet ja toiminta. (Wetherell, Taylor & Yates 2001, s. 198.) Niitä on kuvailtu kulttuurisesti jaetuiksi ja vakiintuneiksi puhettaviksi, jotka rakentavat kohteesta puheella tai tekstillä yleisesti tunnistetun version (Niska ym. 2024, s. 106). Tulkintarepertuaarien tunnistaminen ja havaitseminen on

samankaltaista kuin diskurssien tunnistaminen. Diskurssien tunnistaminen on enemmän makrotason tutkimusta, kun taas tulkintarepertuaarit kattavat niin makro- kuin mikrotason tutkimusta. (Locke & Budds 2020.) Se, tarkastellaanko tutkimuksessa diskursseja vai tulkintarepertuaareja, määrittyy pääsääntöisesti tutkimusasetelmasta. Tulkintarepertuaareja on pidetty joustavampina kuin diskursseja, koska diskurssit käsittävät enemmän institutionaalisia ja laajempia tapoja puhua ja luoda merkityksiä ilmiöistä. Tulkintarepertuaarien avulla voidaan puolestaan käsitellä merkityksiä ja ilmiöitä hyödyntäen monipuolisempaa retoriikkaa. (Edley 2001.) Potter ja Wetherell toivat tulkintarepertuaarit tutkimuskentälle mukaan lähtökohtaisesti diskurssianalyysin avuksi, jotta pystytään paremmin havainnoimaan, millaista todellisuutta rakennetaan, ja millaisia rakenteita vastustetaan. (Locke & Budds, 2020.) Burr kuvailee kirjassaan tulkintarepertuaareja metaforajoukoksi sekä kielellisiksi välineiksi, joilla voidaan saavuttaa tietynlaisen merkityksen jostain ilmiöstä tai asiasta. Tulkintarepertuaarit tuovat myös esiin sitä, miten ihmiset puhuvat ympäröivästä maailmasta ja kertovat myös heidän käsityksistään ja ymmärryksestä ympäröivästä maailmasta. (Burr, 2015, s. 188–191.)

Kriittisen diskursiivisen psykologian analyysivälineenä toimivat myös subjektipositiot. Subjektipositiot johdetaan tulkintarepertuaarista, jonka merkityssysteemin sisällä yksilö esittelee ja määrittelee omaansa ja muiden asemaa (Jokinen, Juhila & Suoninen, 2016, 46). Subjektipositiolla tarkoitetaan sitä, kuinka ihminen määrittelee itseään ja tuottaa kuvaa itsestään. Subjektipositio on siis yksilön itselleen tuottama asema, joka on kontekstisidonnainen ja vaihtelee tilanteen mukaan. (Wetherell, Taylor & Yates 2001, s. 23–24.) Subjektipositiolla tarkoitetaan siis niitä asemia tai identiteettejä, joita ihmiset rakentavat itselleen diskursiivisissa konteksteissa. Ne ovat lähtöisin kulttuurisessa ja yhteiskunnassa vallitsevista diskursseista, jotka rakentuvat sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja arkikielessä. Tämän vuoksi ne eivät ole pysyviä tai muuttumattomia, vaan ne ovat enemmänkin joustavia ja kontekstisidonnaisia. (Niska ym., 2024, s. 167–168.)

Tutkimuksessani analysoin lähtökohtaisesti, millaisia subjektipositioita kirjoittajat rakentavat itsestään yksinäisenä henkilönä. Subjektipositioita luodaan purkamalla omanelämänkerrallisia puolia, joissa on mahdollista selvittää, miten kukin hahmottaa itsensä sekä muut ihmiset.

Samalla nähdään, kuinka he positioivat itsensä ja muut sekä muuttuuko positiot tarinallisesti. (Davies & Harre, 1990.) Se, millaisiin positioihin yksilö asettaa itsensä sekä muut, muovautuu kulttuuristen ja historiallisten kontekstien mukaisesti (Edley, 2001).

Kriittisen diskursiivisen psykologian mielenkiintona on tutkia merkitysten ja positoiden rakentumista ja niiden kytköksiä sosiaalisiin käytäntöihin sekä rakenteisiin. Tutkielmassani analysoin yli 50-vuotiaiden yksinäisyyden tulkintarepertuaareja ja subjektipositioita. Näiden avulla on mahdollista tarkastella, kuinka yli 50-vuotiaat merkityksellistävät yksinäisyyttä ja, millaisia subjektipositioita he rakentavat itselleen. Analysoin yli 50-vuotiaiden kirjoittamia kirjoituksia yksinäisyydestä, joiden kielelliseen rakentumisen tarkasteluun voidaan hyödyntää sosiaalisen konstruktionismin tutkimuskenttää ja kriittisen diskursiivisen psykologian tuomat mikro- ja makrotasot.

## 5 TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tässä luvussa esittelen tutkimuskysymykseni ja, minkä vuoksi ne ovat merkittäviä. Tutkielmassani on kaksi tutkimuskysymystä: Millaisia tulkintarepertuaareja yli 50-vuotiaat tuottavat yksinäisyydestä ja, kuinka kirjoittajat positioivat itseään yksinäisenä henkilönä? Haluan keskittyä tutkielmassani nimenomaan siihen, kuinka kirjoittajat rakentavat yksinäisyyden tulkintarepertuaareja ja subjektipositioita heidän kirjoitetun tekstinsä kautta. Yksinäisyyttä on tutkittu paljon uutismedioiden kautta, kuten Ågren teki tutkimuksen Ruotsin ikääntyvän väestön yksinäisyyden diskursseista mediassa ilmestyneiden uutisten kautta (Ågren, 2017).

Yksinäisyyttä on tärkeää tarkastella yli 50-vuotiaiden keskuudessa, koska yksinäisyyden on todettu lisääntyvän iän myötä. Yksinäisyyttä lisäävät monet elämäntapahtumat ja iän myötä tippuneet sosiaaliset suhteet, jotka ovat seurausta elämänkulusta, kun esimerkiksi menetetään oma puoliso tai muu läheinen. (Kestilä ym., 2021.) Tulkintarepertuaarien ja subjektipositioiden avulla on mahdollista saada selville, kuinka aineistoni yli 50-vuotiaat kirjoittajat merkityksellistävät yksinäisyyttä. Lisäksi kiinnittää huomiota siihen, miten yhteiskunnalliset, kulttuuriset ja historialliset rakenteet ovat havaittavissa kirjoittajien kirjoituksissa.

## 6 AINEISTO

Tutkielmassani käytettävä aineisto koostuu 46 kirjoituksesta, joiden aiheena on *Yksinäinen – yhdessä ja erikseen 2020–2021*. Aineisto on alun perin julkaistu yhteiskuntatieteellisessä tietoaarkisto Ailassa ja sen keräämisen on toteuttanut Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, jossa on ollut mukana myös Mieli ry ja HelsinkiMissio. Aineistossa kirjoittajat kirjoittavat yksinäisyydestä erilaisista näkökulmista ja, miten se on muokkautunut heidän elämänsä aikana. Aineistonkeruu toteutettiin vuosina 2020–2021, jotka olivat koronapandemian kannalta merkittäviä vuosia. Kirjoittajille on annettu kirjoitusohjeet, jotka sisälsivät apukysymyksiä johdattelemaan yksinäisyyden käsittelyä moninaisesti. Kirjoittajia ohjeistettiin kirjoittamaan yksinäisyyden kokemuksista, sen vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin sekä, miten heidän yksinäisyytensä on mahdollisesti muuttunut heidän elämänsä aikana. Kirjoitusohjeissa kysyttiin myös kirjoittajilta, kuinka koronapandemian aika on vaikuttanut heidän elämäänsä ja, onko sillä ollut merkitystä yksinäisyyden kannalta. Taustatietoina kirjoittajilta pyydettiin ilmoittamaan syntymävuotensa, ammattinsa ja sukupuolensa, näiden tietojen antaminen oli vapaaehtoista. Tunnisteellisuuden vuoksi, kirjoitelmista on poistettu nimet, nimimerkit ja sähköpostit. (SKS, 2022.)

Kirjoituksia oli yhteensä 46 ja niiden pituudet vaihtelivat muutamasta lauseesta seitsemän A4-sivuisiin kirjoituksiin. Päätin rajata tutkielmaani varten aineiston iän mukaan, koska halusin tarkastella yli 50-vuotiaiden yksinäisyyden merkityksiä. Pystyin rajaamaan kirjoitukset iän mukaisesti, koska kirjoittajia pyydettiin kertomaan oma syntymävuotensa, jonka oli jättänyt ilmoittamatta vain kaksi henkilöä. Syntymävuoden perusteella pystyin arvioimaan kirjoittajan iän kirjoitushetkellä. Kirjoituksia jäi analysoitavaksi yhteensä 31 kappaletta. Näistä 31 kirjoituksesta rajasin vielä lopulta pois kaksi kirjoitusta, koska kyseisten kirjoitusten sisällöt eivät palvelleet tutkimuskysymystäni, enkä saanut niistä tutkielmaani varten otettavia merkityksiä yksinäisyydestä. Kaiken kaikkiaan tutkielmassani on siis ollut analysoitavana 29 kirjoitusta yksinäisyydestä.

## 7 TUTKIELMAN EETTISYYS

Noudatan tutkielmassani tieteellisiä käytäntöjä ja tieteellistä eettisyyttä. Suomessa kaikkien tutkijoiden tulee noudattaa yleisiä eettisiä periaatteita, jotka ovat tutkimukseen osallistuvien henkilöiden itsemääräämisoikeuden ja ihmisarvon kunnioittaminen, kunnioittaa aineellista ja aineetonta kulttuuriperintöä sekä tutkimuksen toteuttamisen tulee tapahtua niin, ettei se aiheuta haittaa tutkittaville, yhteisöille tai muille tutkimuskohteille. (Kohonen ym., 2019, s. 7.) Eettisyys on tärkeä osa tutkielman prosessia ja se edellyttää tutkijalta tieteellisiä tietoja, taitoja sekä hyviä toimintatapoja. Vaikka jokainen on itse vastuussa oman tutkielman toteuttamisesta, korostetaan silti tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden noudattamista. Tämä takaa niin tiedeyhteisölle, kuin tutkimukseen osallistuneille luotettavuuden. (Kuula, 2011, s. 34–35.)

Tutkielmani aineisto on kerätty jo vuosina 2020–2021 Suomen Kirjallisuusseuran ja Mieli Ry:n toimesta. Aineiston kerääjät ovat jo poistaneet kirjoituksista tietoja, joista kirjoittajat olisi mahdollista tunnistaa. Kirjoituksista on kuitenkin vielä ollut mahdollista arvioida kirjoittajien ikä, mahdollinen ammatti tai koulutus. Näitä tunnisteita en tuo esiin tutkielmassani säilyttääkseni kirjoittajien yksityisyyden. Perusperiaate laadullisissa tutkimuksissa on, että suorat tunnisteet, kuten syntymäajat tulee poistaa (Kuula, 2011, s. 214). Olen pyrkinyt myös siihen, että käyttämistäni otteista ei ole mahdollista tunnistaa kenenkään henkilöllisyyttä.

Olen poiminut aineiston Aila tietoaarkistosta, joka on yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Se välittää tutkimusaineistoja tutkijoille, opettajille ja opiskelijoille. Kun tutkimusaineisto luovutetaan tietoaarkistoon arkistoitavaksi, tällöin yleensä kirjataan mahdolliset käyttörajoitukset. Tutkimusaineistoa käytettäessä, käyttäjän on huolehdittava, ettei hän pyri tunnistamaan tietosuojaa rikkovalta tavalla tutkimusaineistoon liittyviä henkilöitä. (Kuula, 2011, s. 222.)

Tutkielman tarkoitusperä on tärkeää tuoda esiin, minkä vuoksi tutkielma on kirjoitettu ja, millaista uutta tietoa se voi tuoda. Hyvän tutkimusetiikan mukaan on tärkeää tutkielmassa mainita aineiston alkuperä, eli käytännössä tutkielmassa tulee mainita aineiston nimi ja alkuperä sekä viitata näihin tieteen konventioiden mukaisesti (Kuula, 2011, s. 222). Tutkielmani tarkoituksena on tuoda esiin yksinäisyyden merkitysten rakentuminen yhteiskunnallisessa



valossa. Kuulan mukaan sosiaalitieteellisissä tutkimuksissa pyritäänkin tuottamaan tietoa sosiaalisten ongelmien tunnistamisesta, hoidosta ja ennaltaehkäisystä (Kuula, 2011, s. 156).

Tutkimusaineistoni kirjoittajat ovat antaneet suostumuksensa siihen, että heidän kirjoituksiaan voidaan käyttää aineistona tieteelliseen tutkimukseen. Kirjoittaminen tähän kyselyyn on ollut täysin vapaaehtoista ja heillä on ollut valinta joko kirjoittaa tai olla kirjoittamatta yksinäisyydestä. Tutkielmastani ei ole mahdollista tunnistaa kirjoittajien henkilöllisyyksiä ja tarkoituksena on, ettei tutkielman julkaiseminen aiheuta kirjoittajille mitään haitallisia seurauksia. Tietosuojan ylläpitämiseksi, olen säilyttänyt tutkimusaineistoa vain omalla kannettavalla tietokoneellani, johon vain minulla on sisäänpääsymahdollisuus. Kun olen saanut tutkielmani päätökseen, tulen hävittämään kaikki hallussani olleet aineistot.

## 8 ANALYYSIPROSESSI

Tässä luvussa esittelen analyysiprosessia eli, millaisia vaiheita kävin läpi aineiston analysoimisessa. Analyysin tarkoituksena oli löytää vastauksia tutkimuskysymyksiini: *Millaisia tulkintarepertuaareja yli 50-vuotiaat tuottavat yksinäisyydestä ja kuinka kirjoittajat positioivat itseään yksinäisenä henkilönä?* Aineistoni koostui siis koronapandemian aikaisista kirjoituksista yksinäisyydestä, joissa keskityin nimenomaan niihin kohtiin, joissa kirjoittajat kuvasivat yksinäisyyttä, tuottivat yksinäisyyden merkitystä, sen vaikutusta heidän elämäänsä ja, millaisena he kuvasivat oman yksinäisyytensä. Tutkielmani aineistoksi päätyi lopulta 29 kappaletta yli 50-vuotiaan kirjoitusta yksinäisyydestä.

Analysoin aineistoani kriittisen diskursiivisen psykologian näkökulmasta ja keskityin kirjoittajien tuottamaan tekstiin, sen rakenteeseen, sanoihin ja niiden merkityksiin. Otin huomioon myös kirjoituksissa kontekstisidonnaisuuden, johon vaikuttivat kulttuuriset ja historialliset tekijät, koska kirjoittajat palasivat kirjoituksissaan usein omaan lapsuuteensa, sekä käsittelivät merkittäviä elämäntapahtumiaan. Sosiaalisen konstruktionismin tutkimuskentällä tutkimusten kiinnostus kieleen kohdistuu yleensä kielen vaikutukseen, mitä se voi saada aikaiseksi yhteiskunnassa sekä, miten toimijat saavuttavat tavoitteitaan kielen avulla (Niska ym., 2024, s. 33). Sosiaalisen konstruktionismin näkökulma ja kriittinen diskursiivinen psykologia analyysimenetelmänä sallii kaikkien näiden tekijöiden vaikutusten huomioon ottamisen. Kiinnitin huomiota myös yksinäisyyden yhteiskunnallisiin vaikutteisiin ja stigmoihin, joita kirjoittajat toivat esiin kirjoituksissaan.

Aloitin yksinkertaisesti värikoodaamalla kirjoituksista yksinäisyyden merkityksien yhtäläisyyksiä. Havainnoin, tuottavatko kirjoittajat samankaltaisia merkityksiä yksinäisyydestä ja valitsin jokaiselle merkitykselle oman värinsä. Tällä tavoin sain useita vaihtoehtoja tulkintarepertuaareihin ja niitä oli alun perin paljon enemmän, kuin se mihin määrään lopulta päädyin. Kuten Wetherell kuvailee kriittisen diskursiivisen psykologian menetelmää, analyysi alkaa huolellisella aineiston läpikäymisellä, jota toistetaan, jotta aineistosta saadaan mahdollisimman paljon irti. Hän painottaa myös sitä, että kriittisessä diskursiivisessa psykologiassa ei ole tarkkoja sääntöjä ja ohjeita, joita tulisi seurata, vaan on tärkeää luottaa omiin vaistoihin ja kehittää tulkintarepertuaareja alustavien teemojen myötä. (Wetherell &

Potter, 1988, s. 177.) Lopulta yhdistelin useita toisiaan muistuttavia tulkintarepertuaareja keskenään ja tämän myötä sain muodostettua neljä tulkintarepertuaaria, jotka kaikki eroavat toisistaan, sekä tuottavat omanlaistaan teemaansa yksinäisyydestä.

Kun olin tunnistanut neljä tulkintarepertuaaria, tämän jälkeen niiden myötä lähdin hahmottelemaan niiden sisällä subjektipositioita. Keskityin siihen, miten minkäkin tulkintarepertuaarin alla kirjoittajat rakensivat yksinäisyyden diskursseja, sekä miten he kuvasivat ja asettivat itseään ja muita yksinäisenä henkilönä. Koin myös tärkeäksi subjektipositioden hahmottelemisessa sen, miten kirjoittajat rakensivat kielellisesti omaa elämäntarinaansa, ja oliko yksinäisyyden tulkinta muuttanut muotoaan ajan saatossa. Niin tulkintarepertuaarien kuin subjektipositioden rakentumisessa oli tärkeää huomioida kontekstisidonnaisuus, eli kirjoittajien omat elämäntapahtumat sekä aikakausi, jolloin kirjoitukset olivat kirjoitettu (Wetherell, Taylor & Yates, 2001, s. 23).

Aineistoni rakensi siis jatkuvasti yksinäisyyden diskursseja. On syytä muistaa, että diskurssin ideologisen merkityksen analysoiminen ei tarkoita totuuden paljastamista, vaan tavoitteena on tuoda esiin diskurssien mahdolliset sosiaaliset vaikutukset ja sen laajempi merkitys yhteiskunnallisiin ilmiöihin (Sajavaara & Piirainen-Marsh, 2000, s. 203). Analyysin tarkoituksena ei ole siis ollut tuottaa täydellistä yhtä totuutta yksinäisyydestä, vaan havaita useita yksinäisyyden merkityksiä, jotka ovat rakentuneet kulttuurisesti, historiallisesti sekä yhteiskunnallisista ilmiöistä, jotka ovat muovanneet kirjoittajia heidän omassa todellisuudessaan. Kiinnitin analyysissä huomioita kirjoitusten rakenteisiin, yhtäläisyyksiin, eroavaisuuksiin, säännönmukaisuuksiin ja vaihtelevuuteen. Analyysiprosessin avulla tunnistin lopulta neljä tulkintarepertuaaria ja niihin yhdistyvät subjektipositiot. Valitsin otteita kirjoituksista, joiden avulla pyrin tuomaan esiin sen, miten kirjoittajat rakensivat näitä tulkintarepertuaareja ja subjektipositioita.

## 9 AINEISTON ANALYYSI

Tässä luvussa käyn läpi tutkielmassani käytetyn aineiston analyysin. Tutkielmassani pyrin löytämään vastaukset tutkimuskysymyksiini: *Millaisia tulkintarepertuaareja yli 50-vuotiaat tuottavat yksinäisyydestä ja kuinka kirjoittajat positioivat itseään yksinäisenä henkilönä?* Alla ensimmäisenä on tulostaulukko, jossa tutkielmani tulokset ovat tiivistettyinä.

Tulkintarepertuaarit	Subjektipositiot	Miten yksinäisyys näyttäytyy kirjoittajille yhteiskunnallisesti ja kulttuurisesti?	Kirjoittajien oma suhtautuminen yksinäisyyteen	Kuinka kirjoittajat tulkitsevat omaa yksinäisyyttään?
<b>Solitude – oman rauhan tulkintarepertuaari</b>	Itsenäisen ja vapaan subjektipositio	Yksinäisyys mielletään yhteiskunnallisesti negatiiviseksi ilmiöksi, mutta sen ei tarvitse olla sitä.	Yksinäisyys voi olla mahdollisuus.  Sen avulla voi saavuttaa tavoitteita ja löytää oman itsensä.	Ylpeys omasta yksinäisyydestä ja siihen halutaan hakeutua.
<b>Introverttiuden tulkintarepertuaari</b>	Introvertin subjektipositio	Yksinäisyys on sosiaalisesta normista poikkeavaa.	Miksi sosiaalisuus ja avoimuus nähdään ihanteena, kun yksinäisyydessä ei välttämättä ole mitään pahaa.	Tiedostetaan oma yksinäisyys ja eristäytyminen, mutta tiedostetaan samalla, ettei sovi yhteiskunnalliseen muottiin, jossa ihannoidaan sosiaalisuutta
<b>Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaari</b>	Epäonnistujan subjektipositio	Yksinäisyyttä leimaa häpeän stigma.  Yhteiskunnassa vallitsee vertailukulttuuri ja yksinäiset nähdään huonompina	Yksinäisyyden kuvataan tuottavan häpeää ja olevan asia, jota ei halua myöntää.	Itsensä näkeminen alempiarvoisena kuin sosiaalisemmat henkilöt.
<b>Pimeyden tulkintarepertuaari</b>	Pimeydessä olevan ja toivonsa menettäneen subjektipositio	Onko yksinäisillä mitään paikkaa yhteiskunnassa?	Yksinäiset henkilöt ovat syrjäytyneitä ja he kaikki eivät ole edes saavutettavissa.  Yksinäisillä ei ole ketään kehen tukeutua elämäkriiseissä ja jo pelkästään yksinäisyys kuluttaa voimavaroja.	Turvattomuuden tunne on läsnä. Yksinäisyys pelottaa, ahdistaa ja voi viedä elämänhalun.

Tunnistin aineistostani neljä tulkintarepertuaaria: *Solitude – oman rauhantyyssijan tulkintarepertuaari*, *introverttiuden tulkintarepertuaari*, *sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaari* ja *pimeyden tulkintarepertuaari*. Tulkintarepertuaarien sisällä aineistosta tunnistin neljä subjektipositiota: *itsenäisen ja vapaan subjektipositio*, *introvertin subjektipositio*, *epäonnistujan subjektipositio* sekä *toivonsa menettäneen subjektipositio*. Jokaiseen tulkintarepertuaariin on siis yhdistetty oma subjektipositionsa, joita aineiston kirjoittajat ovat tuottaneet oman identiteettinsä kautta ja, kuinka he ovat rakentaneet asemaansa yksinäisenä henkilönä.

*Solitude – oman rauhan tyysija* tulkintarepertuaari muodostuu kirjoituksista, joissa yksinäisyyttä ei kuvailla sen tyyppilliseen negatiiviseen sävyyn, vaan siitä rakennetaan päinvastaista ilmiötä. *Solitudea* kuvataan haluttuna tilana, joka pyritään saavuttamaan. Tässä tulkintarepertuaarissa korostetaan yksinäisyyden myönteisiä puolia eikä yksinäisyyttä tulkita hyvinvointia alentavana tekijänä. *Solitude* tulkintarepertuaariin yhdistyy *itsenäisen ja vapaan* subjektipositio, jossa kirjoittajat rakentavat itsestään kuvaa riippumattomina muista ihmisistä, ja heillä on vapaus toimia elämässään oman toimijuutensa ja tahtonsa mukaisesti. Yksinäisyydestä rakennetaan enemmänkin turvallista tilaa, jossa ihminen voi toteuttaa itseään ja he eivät ole riippuvaisia muiden sosiaalisista vahvistuksista.

*Introverttiuden* tulkintarepertuaarissa puolestaan kirjoittajat kuvaavat yksinäisyyttä yleisesti negatiivisena ilmiönä, mutta se ei välttämättä ole sitä kirjoittajien toimijuudessaan. Tässä tulkintarepertuaarissa kirjoituksista on tunnistettavissa yksinäisyyden merkityksellistäminen yhteiskunnallisena negatiivisena stigmana ja yksinäisyys tulkitaan ei hyväksyttävänä ilmiönä. Kirjoittajat rakensivat yksinäisyyden merkityksiä introverttiuden käsitteen kautta, eivätkä välttämättä käyttäneet yksinäisyyttä kuvaillaessaan yksinäisyyden käsitettä. Tähän tulkintarepertuaariin yhdistyy *introvertin* subjektipositio, jossa kirjoittajat kuvaavat itseään suoraan introvertin käsitteellä. He jakavat tulkinnan siitä, että he poikkeavat yhteiskunnan normista, jossa suositaan enemmän ekstroverteja kuin introverteja. He rakentavat yksinäisyydestä yhteiskunnallista merkitystä, jossa ei ole tilaa yksinäisille ja poikkeaville henkilöille.

*Sosiaalisen epäonnistumisen* tulkintarepertuaarissa yksinäisyydestä rakennetaan häpeän merkityksiä ja sitä merkityksellistetään leimautumisen pelolla. Yksinäisyys rakennetaan häpeän kautta ja sen ei haluta paljastuvan muille, koska se ei ole yhteiskunnallisesti hyväksyttävää. Tässä tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä on kuvattu etenkin sosiaalisesti hyvinvointia alentavana tekijänä. Kirjoittajat tuovat esiin, että on olemassa toimenpiteitä yksinäisyyden ehkäisemiseksi, mutta avun pyytämistä kuvaillaan suureksi kynnykseksi, koska silloin oman yksinäisyyden paljastuminen on mahdollista. Tulkintarepertuaariin yhdistyy *epäonnistujan* subjektipositio. Kirjoittajat kuvailevat itseään epäonnistuneina, jotka eivät sovi muiden joukkoon. Sosiaalisemmat ihmiset kuvataan arvokkaammaksi ja yhteiskunnallisesti hyväksytyiksi, joka rakentaa epäonnistujan profiilia. Kirjoittajat rakentavat omaa huonommuuttaan ja heikompaa asemaansa vertailemalla itseään muihin ihmisiin.

*Pimeyden* tulkintarepertuaari rakentaa yksinäisyydestä merkittävästi hyvinvointia alentavaa tilaa. Kirjoittajat eivät kuvaile yksinäisyyttä ainoastaan psyykkisesti hyvinvointia alentavana, vaan tuovat esiin myös sen fyysisen hyvinvoinnin alentavat tekijät. Yksinäisyys on siis kokonaisvaltaisesti hyvinvointia ja terveydentilaa alentava ilmiö, jota kirjoittajat rakentavat kuvaamalla omaa epätoivoansa. Tulkintarepertuaariin yhdistyy *toivonsa menettäneen* subjektipositio, jossa kirjoittajat kuvaavat omaa yksinäisyyttään epätoivoisilla ajatuksillaan ja teoillaan. Yksinäisyyden merkitystä rakennetaan itsetuhoisten ajatusten ja tekojen kautta, joka rakentuu kirjoittajien kuvauksilla heidän tulevaisuudestaan, joka näyttyy kirjoittajille tuskallisena.

## **9.1 Solitude - oman rauhan tyyssijan tulkintarepertuaari**

Solituden tulkintarepertuaarissa yksinäisyydestä rakennetaan tilaa, johon hakeudutaan ja se on oma valinta. Kirjoittajat kuvaavat yksinäisyyttä henkilökohtaisena mielentilana, johon he voivat paeta hektisestä maailmasta ja sosiaalisista kanssakäymisistä. Useimmat kirjoittajat kuvaavat tätä tilaa omana kuplanaan ja maailmanaan, joka kuvastuu heille turvapaikkana. Solitude-tila ei vaadi kirjoittajien mukaan välttämättä fyysistä paikkaa, johon voi paeta, mutta osa kirjoittajista liittyy yksinäisyyden tiettyyn fyysiseen paikkaan. Kirjoittajat rakentavat

yksinäisyyttä oman rauhan tyssijana, mutta myös vertaamalla sitä yhteiskunnalliseen vallitsevaan ymmärrykseen yksinäisyydestä. Yksinäisyyttä merkityksellistetään yleisesti negatiivisena tilana ja stigmana. Kirjoittajat kuitenkin rakentavat yksinäisyydestä tavoiteltavan ja tärkeän tilan. He kuvailevat omien yksinäisyyden tarpeiden toteuttamista tärkeämmäksi kuin muiden käsityksiin mukautumista. He tuovat esiin yksinäisyyden yhteiskunnallisesti vallitsevan negatiivisen stigman, muttei se ole heille merkityksellistä, koska heille merkityksellisempää on heidän kuvaamansa solitude-tila, oman rauhan tyssija. Kirjoittajan 2 ote tiivistää solituden tulkintarepertuaarin mielestäni erinomaisesti:

*"Yksinäisyys mielletään jotenkin negatiiviseksi, vaikkei se aina välttämättä sitä ole. Se voi myös tuntua lohduttavalta ja omalta, tutulta ja turvalliselta. Voi tuntea olevansa itsenäinen ja omilla jaloillaan seisova, vahva. Yksinäisyys antaa eräällä lailla vapautta. Yksinäisyydessä ei välttämättä ole mitään pahaa eikä sitä tarvitse väen väkisin korjata jollei siltä tunnu."*

Kirjoittaja 2 tuo esiin yksinäisyyden negatiivisen merkityksen, korostaen kuitenkin, ettei sen tarvitse olla negatiivista, eikä sitä tarvitse *"väen väkisin korjata jollei siltä tunnu"*. Kirjoittaja 2 ottaakin etäisyyttä käsitykseen yksinäisyydestä pahana asiana ja sen sijaan rakentaa yksinäisyydestä turvallisen ja vapauttavan tilan kuvaamalla yksinäisyyden tuntuun *"lohduttavalta ja omalta, tutulta ja turvalliselta"*. Näin kirjoittaja 2 rakentaa yksinäisyydestä myönteisen tilan, joka antaa *"vapautta"*. Kirjoittaja kuvaakin yksinäisen ihmisen olevan *"itsenäinen ja omilla jaloillaan seisova, vahva"* ja tällä tavoin hän rakentaa itsenäisen ja vapaan subjektipositiota. Tämä näkökulma erottuu solitude tulkintarepertuaaria tuottavista kirjoituksista. Kirjoituksista on havaittavissa yhteiskunnallisesti tuotettu stigma yksinäisyydelle, joka yhdistetään usein mielenterveysongelmiin ja terveydentilan heikentymiseen. Tässä tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä merkityksellistetään kuitenkin itseään vahvistavana ja omaa hyvinvointia edistävänä.

Yksinäisyyteen liittyvää solitudea rakennetaan myös luovana ja vapauden tilana. Kun saavutetaan solitude-tila, oma luovuus on parhaimmillaan ja omalle mielikuvitukselle ei ole rajoitteita. Yksinäisyys on jotain, millä voi saavuttaa jotain sellaista, mikä ei olisi muiden seurassa mahdollista. Kirjoittaja 5 rakentaa vahvasti solitude tulkintarepertuaaria viittaamalla työpanokseensa:

*”Yksinäisyys ja rauha onkin mitä keskeisin työnteon edellytys, varsinkin jos tekeminen vaatii keskittymistä ja miettimistä. Jokin mekaaninen työ on erilaista, se jossa ei tarvitse ajatella eikä etsiä ratkaisuja ongelmiin. Toisaalta tylsältä tuntuva työ, joka on suunnilleen automaattista, tarjoaa yksin tehtynä hyvät mahdollisuudet mietiskellä ja pohdiskella mitä tahansa, antaa ajatusten lentää vapaasti ja mielikuvituksen kehittää uusia näkökulmia ja ideoita.”*

Kirjoittaja 5 viittaa myös yksinoloon ja yksintyöskentelyyn, joka on konkreettista yksinoloa, eikä välttämättä merkitse yksinäisyyttä. Mielestäni tämä on kuitenkin varteenotettava tulkinta yksinäisyydestä ja, kuinka kanssaolijat voivat rajoittaa tätä omaa luovuuttaan. Voin olettaa, että kirjoittaja 5 merkityksellistää yksinäisyyttä tässä otteessa, koska hän painottaa yksintyöskentelyn parantavan mahdollisuuksia käyttämällä sanoja *”mietiskellä ja pohdiskella”*, joka viittaa omaan kykyyn toimia luovemmin, kun saa olla itseksensä ajatuksiensa kanssa. Samalla hän rakentaa oman rauhan työssijaa työskentelynsä kautta kuvaamalla *”antaa ajatusten lentää vapaasti ja mielikuvituksen kehittää uusia näkökulmia ja ideoita”*. Tämä tuottaa samalla itsenäisen ja vapaan subjektipositiota, viittaamalla omaan mielikuvitukseen, jonka avulla itsensä kehittäminen mahdollistuu.

Kuvaus yksinäisyydestä luovuuden kannustimena nousee esiin myös kirjoittajan 4 kirjoituksesta. Hänelle yksinäisyys on oman luovuuden lähde:

*”Nukuin äidin kanssa samassa huoneessa, iltaisin äiti pyysi sammuttamaan valot. Tein sen, mutta olin varannut itselleni sänkyyn taskulampun. Peiton alla taskulapun valossa luin lukemattomat kirjat. Näin alkoi läpi elämäni jatkunut lukuharrastus. Se on luovaa, positiivista yksinäisyyttä.”*

Kirjoittajan 4 otteessa hän kuvailee yksinäisyyteen hakeutumista, jonka avulla hänen luovuutensa lähti liikkeelle. Hänen otteestaan tulee myös ilmi, ettei yksinäisyys ole riippuvainen muiden fyysisestä läsnäolosta, vaan omasta mielentilastaan. Hän rakentaa myös oman rauhan työssijaa kuvaamalla tätä fyysistä paikkaa kirjoittamalla *”Peiton alla taskulapun valossa”*, jonka jälkeen hän kuvastaa tätä toimintaa kirjoittamalla *”positiivista yksinäisyyttä”*. Tällä hän rakentaa suoraan merkityksiä positiivisesta ja vapaaehtoisesta yksinäisyydestä.



Itsenäisen ja vapaan subjektipositiolla, kirjoittajat kuvailevat itsensä itsenäisiksi henkilöiksi, jotka ovat kykeneväisiä toimimaan itsenäisesti ja muiden sosiaalinen tuki ei ole heille tärkeää. Yksinäisyys ei rakennu heidän toimijuudelleen haitallisena tai rajoittavana. Kirjoittaja 2 merkityksellisti yksinäisyyden rohkeuden lähteenä:

*”Yksinäisyys on tuonut rohkeutta siinä mielessä, että jos haluan jotain tehdä tai mennä jonnekin, se on mentävä yksin jos kukaan ei halua tai ehdi tulla mukaan. En koe vaikeaksi käydä elokuvissa, teatterissa tai konserteissa itsekseni. Voin itse valita mitä katson ja kuuntelen. Käyn yksin liikkumassa ja ravintolassa syömässä.”*

Hän käyttää suoraan sanaa *”rohkeutta”* kuvatessaan, mitä yksinäisyys on hänelle merkinnyt. Hän rakentaa itsestään kuvaa autonomisena henkilönä kirjoittamalla, *”jos haluan jotain tehdä tai mennä jonnekin”*, tämä tuottaa kuvaa itsenäisestä ja vahvasta toimijuudesta ilman muiden tukea. Tämän jälkeen hän kuvailee vapaa-ajan toimintaansa korostaen, ettei *”koe vaikeaksi”*, viettää aikaa yksin. Tämä edelleen vahvistaa itsenäisen ja vapaan subjektiposition rakentumista. Kirjoittajat jakavat tässä tulkintarepertuaarissa ajatuksen vapaasta henkilöstä, jolla ei ole muista henkilöistä ja heidän mahdollisesta tuestansa johtuvia rajoitteita.

Tällä subjektipositiolla on vahva viittaus konkreettiseen yksinoloon, mutta kirjoittajat palaavat kirjoituksissaan yksinäisyyden käsitteeseen ja sen merkityksellistämiseen, kun he tulkitsevat ja kuvailevat yksinoloaan. Kirjoittaja 23 tuo esiin tämän näkökulman seuraavassa otteessa:

*”Minä haluan henkilökohtaisesti kääntää asiat valon puolelle ja nähdä yksinäisyydessäkin positiiviset puolet.*

*Olen saanut kokea lukuisia onnen hetkiä ja iloita olemassaolostani juuri näin yksikseen. Minulla on ollut aikaa antaa mielenkiintoisille elämän asioille (lukeminen, kirjoittaminen, osallistuminen). Kun ei ole perhettä olen saanut rahani törsätä siihen mitä olen arvostanut. Esimerkiksi perustanut kaksi rahastoa. Maksanut ajallaan jotain 30 kirjan kirjapainolaskun. Hemmotellut itseäni 22. kulttuurimatalla ympäri maailman. Tilata ja mielenkiinnolla lukea HS 63 vuotta. Riehunut ja rakastanut kulttuuria eri muodoissaan yli 50 vuotta aktiivisena mukana toimijana.”*

Kirjoittaja 23 rakentaa itsenäisen ja vapaan subjektipositiota kuvaamalla ääri-ilmaisuin, kuinka hän on *"saanut rahani törsätä"* ja *"Riehunut ja rakastanut kulttuurista"*. Nämä ilmaisut kuvaavat hänen elämäänsä yksinäisyyden kanssa vapautuneeksi, ja häntä ei ole olleet muut ihmiset rajoittamassa. Tämä on tuottanut hänelle *"lukuisia onnen hetkiä"*. Kirjoittaja 23 vahvistaa kuvauksellaan hänen tulkintaansa onnellisuudestaan listaamalla lukuisia asioita, joita yksinäisyys on mahdollistanut hänelle, kuten kulttuurimatkat *"ympäri maailman"*, ja korostamalla näiden onnellisuutta tuottavien asioiden suurta määrää ja pitkäkestoisuutta kuvaamalla esimerkiksi kulttuuriharrastuksensa kestäneen *"yli 50 vuotta"*.

Itsenäisen ja vapaan subjektipositiossa on siis vahvasti läsnä muista ihmisistä riippumattomuus. Muut ihmiset kuvaillaan rajoittavina ja miltei riesana, jotka tulevat häiritsemään omaa rauhan tyyssijaa. Kirjoittaja 15 rakentaa yksinäisyyden myönteistä merkitystä sekä itsenäisen ja vapaan subjektipositiota kuvaamalla muiden ihmisten seuraa:

*"Olen sosiaalinen ihminen, hyvinkin sosiaalinen, mutta vain tiettyyn rajaan asti. Jos en pystyisi olemaan säännöllisesti yksin - osia lomistani yksinäisyydessä, pääsisi kirjoittaen pois omaan planeettani - en tiedä miten sekaisin olisi. Asuminen jonkun ihmisen, esim. seurustelukumppanini, kanssa voisi olla myös sila virhetikki - ellei sitten olisi puitteita, jotka takaisivat vetäytymisen omaan oloon. esim.. oma kerros talossa tai edes oma huone omalla ovella."*

Otteessa kirjoittaja 15 kuvaa itseään sosiaalisena, mutta *"vain tiettyyn rajaan asti"*. Hän merkityksellistää vapaaehtoista yksinäisyyttä sosiaalisuutensa rajallisuudella. Hän rakentaa myös oman rauhan tyyssijaa kuvaamalla omaa yksinäisyyttään sanalla *"planeettani"*, Hän jatkaa tämän jälkeen kuvaamalla *"en tiedä miten sekaisin olisi"*, jolla hän tuottaa merkitystä sille, mitä muiden liiallinen seura voi aiheuttaa. Yksinäisyyteen hakeutumisen merkityksellisyys korostuu hänen kirjoittaessaan *"takaisivat vetäytymisen omaan oloon"*, joka kuvastaa sitä, että yksinäisyyteen hakeutumisen mahdollisuus tulisi olla taattu eivätkä muut ihmiset olisivat häiriötekijöinä.

Solitude tulkintarepertuaaria tuottavissa kirjoituksissa yksinäinen henkilö kuvaillaan vahvana ihmisenä, joka on itsenäinen ja vapaa, eikä ole muista riippuvainen. Kirjoituksissa he kuvailevat

itseään sosiaalisiksi henkilöiksi, kuten edeltävässä otteessa, jonka perusteella he eivät näyttäyty muille yksinäisenä henkilönä.

*"Vähitellen olen oppinut huomaamaan, että yksinäisyys on ystäväni. Viihdyn omissa oloissani, en kaipaa sosiaalista elämää."* (Kirjoittaja 18.)

Kirjoittaja 18 kiteyttää mielestäni hyvin tämän tulkintarepertuaarin kuvaamalla yksinäisyyden olevan *"ystäväni"*. Tämä rakentaa yksinäisyydelle myönteistä merkitystä ja sitä, ettei yksinäisyys ole paha asia tai vihollinen itselleen. Hän myös merkityksellistää yksinäisyyden tärkeyttä kuvaamalla *"en kaipaa sosiaalista elämää"*, mikä kuvastaa oman henkilökohtaisen tilan merkitystä sosiaalisen elämän tarpeettomuudella.

Solitude tulkintarepertuaarin havaitseminen aineistosta on mielestäni huomion arvoista, koska useasta kirjoituksesta on tulkittavissa yksinäisyyden merkityksellistäminen myönteisenä ilmiönä. Yksinäisyyden negatiivinen stigma vallitsee edelleen maailmanlaajuisesti ja siihen halutaan jatkuvasti etsiä ratkaisuja. Kirjoituksissa kuvaillaan, ettei yksinäisyys ole haitallista itselleen, vaan se kuvastuu enemmän elämäntapana, jonka on itselleen omaksunut. Yksinäisyyttä merkityksellistetään kirjoituksissa niin henkilönä, paikkana kuin mielentilana, joka tuo lohtua ja turvaa.

## **9.2 Introverttiuden tulkintarepertuaari**

Introverttiuden tulkintarepertuaarissa kirjoittajat merkityksellistävät yksinäisyyttä persoonallisuuden piirteenä, jonka he omaavat ja kuvaavat poikkeavansa näin yhteiskunnallisesta normista. Tämä tulkintarepertuaari on varteenotettava kirjoituksista, koska introverttius rinnastetaan usein yksinäisyyteen. Toisin kuin solitude tulkintarepertuaarissa, yksinäisyyttä ei tässä tulkintarepertuaarissa kuvata tilana, johon pyritään hakeutumaan, vaan se on koko ajan läsnä, ja se on osa omaa identiteettiään. Kirjoittajat kuvaavat yksinäisyyden ja introverttiuden olevan osa heidän persoonallisuuttaan, jonka he ovat hyväksyneet. Yksinäisyyden käsite ei esiinny kirjoituksissa niin usein, koska sen tilalla on usein käytetty introverttiuden ja introvertin käsitteitä. Kirjoittajat rakentavat itsestään introvertin

subjektipositiota, ja monet kirjoittajat rakentavat identiteettiään ja asemaansa introvertin käsitteen avulla. Sosiaalisista ja ekstroverteista ihmisistä kirjoittajat jakavat yhteistä tulkintaa menestyneinä ja suosittuina, joka korostaa yhteiskunnallista ihannetta sosiaalisemmista ja ekstroverteimmistä ihmisistä.

*”Sosiaalisesti menestyvän ihmisen on helppo neuvoa, että mene vain reippaasti mukaan ja ole oma itsesi, niin saat kyllä uusia ystäviä jne. jne. Tällaiset neuvot eivät yksinäistä auta yhtään. Jokainen tietää kyllä, että pitäisi liittyä ryhmiin, mennä mukaan, ei saa jäädä kotiin istumaan, pitää olla oma itsensä ja avoimesti puhua asioistaan. Joillekin ihmisille kaikki nämä asiat ovat kuitenkin erittäin vaikeita, jopa mahdottomia. Kun tausta on täynnä pelkkiä haasteita ja oma luonne introvertti ja sosiaalisesti varovainen, on yksinäisyys taattu seuraus.*

*Sosiaaliin normeihin kuuluu aina jonkinlainen avoimuus, ihmiset haluavat tietää ketä ollaan, on kerrottava itsestään ja taustoistaan, mitä enemmän sen parempi. Jos ei kerro, on omituinen. Joku voi ehkä säälillä yrittää jatkaa keskustelua, mutta luovuttaa kohta, jos ei saa esiin mitään, mikä auttaisi asemoimaan ihmisen sosiaaliseen kenttään.”* (Kirjoittaja 12.)

Kirjoittaja 12 kirjoittaa kirjoituksessaan *”sosiaalisesti menestyvän ihmisen”*, jossa rakentuu yhteiskunnallinen malli siitä, että yhteiskunnassa suositaan sosiaalisia ihmisiä. Hän rakentaa introvertin subjektipositiota suoraan kuvaamalla itseään *”oma luonne introvertti”* lauseella. Hän kuvaa näin luonnettaan, jonka jälkeen hän jatkaa kirjoittamalla *”on yksinäisyys taattu seuraus”*. Tämä liittyy introverttiuden ja yksinäisyyden merkitykset suoraan toisiinsa, jossa yksinäisyys on väistämätöntä introvertin piirteen omaavalla. Kirjoittajan 12 otteesta tulee esiin myös sosiaalisten normien kriteerejä, joista yksi on hänen mukaansa *”jonkinlainen avoimuus”*, ja kun sosiaalisen normin kriteerejä ei täytä *”on omituinen”*. Kirjoittaja 12 rakentaa siis vahvasti introverttiuden tulkintarepertuaaria rinnastamalla introverttiutta ja yksinäisyyttä keskenään. Ne ovat vääjäämättä toistensa seurauksia ja hän merkityksellistää introverttiudella yksinäisyyttä. Kirjoittajan 16 otteessa on myös havaittavissa introverttiuden ja yksinäisyyden rinnastamista toisiinsa:

*”Olen viime kuukausina käynyt vanhan naisen elämäni läpi ja etsinyt selityksiä yksinäisyyden tunteelleni. Koronapandemian aiheuttama eristyneisyys on järjestänyt näillekin ajatuksille tilaa.*

*Tunnistan itsessäni, kuten myös äidissä ja isässä ja koko perheessämme introverttiuden piirteet. Ovatko ne seurausta elämäkokemuksista vai sysäys näihin, sitä pohdin.”*

Kirjoittaja 16 kirjoittaa ensin, että hän on *”etsinyt selityksiä yksinäisyyden tunteelleni”*, jonka jälkeen hän kirjoittaa tunnistavansa niin itsessään kuin läheisissään *”introverttiuden piirteet”* eli introverttius ei ole hänelle tuntematon käsite, hän antaa sen kautta yksinäisyydelleen merkityksen, joka korostaa myös yksinäisyyden kytkeytymistä introverttiuteen. Introvertin subjektipositio rakentuu oman itsensä kuvailun kautta, jossa kuvaillaan itsensä introvertiksi, mutta sillä kuitenkin rakennetaan samalla yksinäisen henkilön profiilia. Kirjoittaja 14 rakentaa introvertin subjektipositiota kuvaamalla sitä, miten tärkeää oma rauha on:

*”Minähän kuitenkin olen pohjimmiltani aika introvertti enkä kaipaa jatkuvaa hälinää vaikka muutama uusi ystävä tai jokin uusi harrastus olisikin mukavaa. Paljon on nyt puhuttu, miten etäopiskelu rasittaa koululaisia ja opiskelijoita – tai ainakin osaa heistä. Minulle se olisi sopinut vallan mainiosti varsinkin niinä ujoimpina vuosina. Olisi ollut mahtavaa opiskella ihan rauhassa eikä olisi tarvinnut sietää ulkopuolisuutta ja luokan häiriköiden mesoamista. Mutta ekstrovertille ihmiselle kai pakollinen hiljaisuus ja ero porukasta tuntuu ahdistavalta. En siis koe, että yksinäisyys olisi vaikuttanut terveyteeni tai hyvinvointiini.”*

Kirjoittaja 14 kuvailee itseään *”olen pohjimmiltani aika introvertti”* viitaten siihen, ettei *”kaipaa jatkuvaa hälinää”*, jonka kautta hänen introverttiutensa rakentuu. Hän kuvailee, kuinka hänelle olisi koronapandemian aiheuttama etäopiskelu *”sopinut vallan mainiosti varsinkin niinä ujoimpina vuosina”*. Tämä lause tuo yhteen myös ujouden merkityksen yksinäisyyteen. Ujouden merkityksellä hän tuottaa etäopiskelulle sen myönteisiä puolia, joka tuo mielestäni mielenkiintoisesti esiin sitä, että tulkitseeko hän yksinäisen ihmisen ujoksi. Kirjoittaja 12 kiteyttää yksinäisyyden lopulta *”En siis koe, että yksinäisyys olisi vaikuttanut terveyteeni tai hyvinvointiini”*, joka tuo esiin tämän tulkintarepertuaarin yksinäisyyden merkityksellistämistä niin, ettei yksinäisyyttä kuvata omaa hyvinvointia alentavana tekijänä.

Useissa kirjoituksissa kuvaillaan ja vertaillaan introverttien ja ekstroverttien eroja koronapandemian aikana sekä kirjoittajat, jotka rakentavat itsestään introvertin subjektipositiota, tulkitsevat olevansa ulkopuolisia, jotka eivät sovi niin sanottuun yhteiskunnan

muottiin. Vaikka kirjoituksissa tulkitaan yksinäisyyden ja introverttiuden olevan poikkeavia piirteitä yhteiskunnan normista, silti oma hyvinvointi kuvataan merkityksellisempänä, eikä tätä tulkintarepertuaaria rakentaessa kirjoittajat kuvaile introverttiuden olevan jotain sellaista, joka tulisi muuttaa itsessään. Enemmänkin kirjoituksista on tunnistettavissa sosiaalisempien ja ekstroverttien ihmisten piirteiden kuvaamista kyseenalaistamalla heitä:

*”En tiedä, johtuuko suoraan ainoan lapsen asemastani, etten ole koskaan ymmärtänyt toisten kanssa olemisen ihanuutta enkä varsinkaan ajanvietettä. Minusta on aivan käsittämätöntä, että ihmiset menevät istumaan ravintolaan. Mikseivät he pysy kotona ja uppoa kirjaan?”* (Kirjoittaja 5.)

Kirjoittajan 5 ote kuvastaa hyvin introverttiuden tulkintarepertuaarin rakentumista sekä introverttien ja ekstroverttien vertailua, koska hän kuvaa, ettei *”ole koskaan ymmärtänyt toisten kanssa olemisen ihanuutta”*. Kirjoittaja 5 siis kyseenalaistaa tällä tavalla vallitsevan yhteiskunnallisen normin sosiaalisuudesta ja, millainen sosiaalinen kanssakäyminen tulkitaan ideaalisena. Kirjoittaja 5 esittää otteessaan loppuun kysymyksen *”mikseivät he pysy kotona ja uppoa kirjaan?”*. Kysymyksen pohjalta on tulkittavissa, että kirjoittaja 5 merkityksellistää omaa toimintamalliaan itselleen mieleiseksi, samalla kyseenalaistaen yhteiskunnallisen ihanteen sosiaalisuuden normista.

Kun kirjoittajat rakentavat introvertin subjektipositiota, he eivät välttämättä kuvaile itseään yksinäisen käsitteellä, vaan käyttävät introvertin käsitettä. On mielenkiintoista, että kirjoittajat ovat kirjoittaneet nimenomaan yksinäisyydestä, mutta rinnastavat yksinäisyyden kuitenkin vahvasti introverttiuteen. Kirjoittaja 25 kuvasi introverttiuttaan näin:

*”En silloin tiennyt olevani introvertti, sitäköön sanaa ei silloin ollut olemassakaan. Mutta olisiko sekään auttanut kehitystäni, auttanut ymmärtämään paremmin, olemaan tuomitsematta itseäni ja kärsimään siitä alemmuudesta ja yksinäisyydestä ihmisten parissa, häpeämään erilaisuuttani ja pakenemaan metsien syliin. Paikkaan, jossa ei naurettu, tuomittu, syrjitty, vaan otettiin avosylin vastaan ja lohdutettiin, hoivattiin, paranneltiin sielun haavat.”*

Kirjoittaja 25 kiteyttää hyvin introverttiuden tulkintarepertuaarin sekä introvertin subjektiposition. Hän rakentaa itsestään introvertin subjektipositiota kirjoittamalla, olisiko

hänen elämäänsä auttanut tieto introverttiuden käsitteen olemassaolosta ja tieto siitä, että hän on itse introvertti. Hän tuo esiin myös sen, mitä olen yllä jo havainnut, että introvertit nimenomaan poikkeavat yhteiskunnassa vallitsevasta normista, kirjoittamalla *"häpeämään erilaisuuttani"*. Tämä merkityksellistää suoraan yhteiskunnallista poikkeamaa erilaisuuden käsitteen kautta, joka rakentaa yksinäisyydelle erilaisuuden ja poikkeavuuden merkityksiä. Käyttämällä sanoja *"tuomittu"* ja *"syrjitty"*, hän kuvastaa yksinäisten ihmisten asemaa yhteiskunnassa, jotka eivät olet suosiossa. Tämä vahvistaa näkemystä siitä, että yhteiskunnassa suositaan ekstroverteja ja introvertit poikkeavat tästä muotista, jonka vuoksi introvertit rinnastetaan yksinäisiin ihmisiin. Vaikka kirjoittajat jakavat yhteiskunnallisesti tuotetun poikkeavuuden tässä tulkintarepertuaarissa, he eivät silti kaiken kaikkiaan tulkitse yksinäisyyden merkityksellistävän omalla kohdallaan hyvinvointia alentavana ilmiönä.

### **9.3 Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaari**

Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaaria rakennettiin pääosin kuvaamalla yksinäisyyttä häpeällä, toiseudella sekä omalla kelpaamattomuudellaan. Häpeää, toiseutta ja omaa kelpaamattomuuttaan rakennettiin yhteiskunnan aiheuttamilla paineilla ja sosiaalisilla ihanteilla, joita kirjoittajat eivät ole saavuttaneet. Tässä tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä merkityksellistetään epäonnistumisen teeman kautta, joka on seurausta omasta sekä muiden toiminnasta. Yksinäisyys kuvataan häpeällisenä ja syrjäyttävänä tilana, joka on lamaannuttavaa ja on rajoittava tekijä omalle toimijuudelleen. Kirjoittajat rakentavat tässä tulkintarepertuaarissa itsestään epäonnistujan subjektipositiota, joka ei ole onnistunut toteuttamaan yhteiskunnan asettamaa mallia, jossa sosiaalisempia ihmisiä suositaan.

Tulkintarepertuaaria rakennetaan korostamalla omaa ulkopuolisuuttaan ja arvottomuuttaan. Yksinäisyyttä kuvaillaan riittämättömyytenä, joka korostuu etenkin muiden ihmisten seurassa. Samanaikaisesti tämä nostaa kynnyistä ryhtymään toimenpiteisiin, joiden avulla yksinäisyyttä voitaisiin parantaa. Tämä puolestaan merkityksellistää epäonnistumista yksinäisyyden rakentumisena. Kirjoittaja 2 rakentaa sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaaria näin:

*”Yksinäisyyden tunteeseen kietoutuu tavallaan riittämättömyyden tunne, varsinkin jos toiset ovat kovin sosiaalisia.*

*Vaikka yhteiskunnassa korostetaan yksilön oikeuksia, ei yksinäisyyttä kuitenkaan arkielämässä koeta hyväksyttävänä. Yksinäisiä surkutellaan ja pidetään jotenkin huonompina, heikompina ja syrjäytyneinä. Saatetaan surkutella että ai oletko joulun yksin, no tule meille niin ei tarvitse olla. Ihan kuin se säälistä esitetty kutsu houkuttelisi.”*

Kirjoittaja 2 rinnastaa yksinäisyyden riittämättömyyteen kuvaamalla *”jos toiset ovat kovin sosiaalisia”*, samalla tuoden esiin yksinäisyyden merkityksellistämistä toisten ihmisen toimintamallien kautta. Hän myös korostaa, ettei yksinäisyyttä pidetä arkielämässä hyväksyttävänä. Nämä kertovat yhteiskunnallisista merkityksistä ja diskursseista, jotka vallitsevat yksinäisyydestä. Sosiaalisemmat ihmiset ovat hyväksytympiä yhteiskunnassa kuin yksinäiset ihmiset. Kirjoittaja 2 rakentaa tulkintarepertuaaria kirjoittamalla *”Yksinäisiä surkutellaan ja pidetään jotenkin huonompina, heikompina ja syrjäytyneinä.”*, joka viittaa yksinäisten heikompaan asemaan yhteiskunnassa. Hän jatkaa vielä kuvailemalla muiden ihmisten toimintaa sanalla *”surkutella”* joka merkityksellistää muiden ihmisten reaktioita yksinäisyyteen säälin ja alemman aseman kautta. Kirjoittaja 13 kuvailee yksinäisen heikompaan asemaa näin:

*”Vaikka nykyään puhutaan paljon yksinäisyydestä ja näin tuodaan asia tietoisuuteen, silti se on häpeällistä ja syrjäyttävää. Kukaan ei halua olla se yksinäinen ”reppana”. Siksi tuntuukin tärkeältä kertoa itsestä tarinaa seurallisena, suosittuina ja kiireisenä henkilönä.”*

Kirjoittaja 13 kuvailee yksinäisyyttä suoraan sanoilla *”häpeällistä”* ja *”syrjäyttävää”*, jotka kuvaavat yksinäisyydestä vallitsevaa leimaavaa stigmaa. Yhteiskunnan ihannoiti sosiaalisia ihmisiä kohtaan, tulee myös esiin kirjoittajan 13 otteessa. Hän kuvailee, kuinka tärkeää on tuottaa itsestään seurallista, suosittua ja kiireistä mielikuvaa, jolloin hän tulisi hyväksytyksi muiden silmissä, eikä olisi se yksinäinen *”reppana”*. Hän merkityksellistää yksinäisyyttä myös häpeään otteessaan *”kertoa itsestä tarinaa seurallisena, suosittuina ja kiireisenä henkilönä”*, jossa oman yksinäisyyden paljastuminen peitetään näyttäytymällä muille ihmisille yhteiskunnallisesti



hyväksyttävämpänä. On siis tärkeämpää tuottaa itsestään muille sosiaalista kuvaa, jottei oma yksinäisyys paljastu muille.

Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarissa yksi merkittävä havainto on yksinäisyyden merkityksellistäminen muiden ihannoinnin ja tarkkailun kautta, jossa korostuu ulkopuolisuus ja toiseus. Ulkopuolisuutta ja toiseutta rakennetaan sosiaalisen puutteellisuuden kautta. Kirjoittajat kuvailevat sosiaalisten suhteiden puutteellisuutta sekä niiden kaipuuta, mutta he rakentavat vahvaa ulkopuolisuutta, joka rajoittaa heidän pyrkimyksiään edes yrittää sopeutua muiden joukkoon.

*”Suurin yksinäisyyden ja toiseuden tunne toistui mielessäni, jos satuimme ulkoilureitillä läheisen tyttölyseon luo niin, että oppilaat olivat välitunnilla. Miten kateellinen olinkaan, kun he kävelivät kadulla nauraen ja iloisesti rupertellen. Minä olisin mielelläni väistänyt kohtaamiset ja tai muuttunut näkymättömäksi. Toki tyttöjen mielestä sitä olinkin. Kukaan heistä tuskin kiinnitti vaunuja työntävään maalaistyttöön mitään huomiota. Olihan heillä omat kiinnostavammat puheenaiheet keskenään.”* (Kirjoittaja 7.)

Kirjoittajan 7 otteessa korostuu oma kelpaamattomuus ja arvottomuus. Hän rinnastaa kirjoituksessaan yksinäisyyttä toiseuteen kuvatessaan tilannetta, jossa tyttölyseon oppilaat ovat viettämässä aikaa välitunnilla yhdessä *”nauraen ja iloisesti rupertellen”* samalla, kun kirjoittaja kulkee lyseon ohi eikä *”kukaan heistä”* kiinnitä häneen *”mitään huomiota”*. Hän kuvaa tällaisten kohtaamisten tehneen hänet kateelliseksi ja toivoneensa, että olisi *”muuttunut näkymättömäksi”* välttääkseen nämä kohtaamiset. Tällä tavalla kirjoittaja rakentaa voimakkaan kontrastin itsensä ja toistensa kanssa aikaa viettäneen iloisen tyttöjoukon välille. Lopuksi hän vielä korostaa omaa arvottomuuttaan suhteessa tyttöjoukkoon kuvaamalla, ettei tyttöjoukolla ollut syytä kiinnittää häneen huomiota, koska heillä oli jo *”omat kiinnostavammat puheenaiheet keskenään”*. Näin kirjoittaja rakentaa itselleen epäonnistujan subjektipositiota kuvaamalla itsensä henkilönä, joka ei ole tarpeeksi arvokas muiden seuraan ja, joka ei ansaitse muiden huomiota. Kirjoittaja 12 rakentaa sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaaria samoilla teemoilla, kuin kirjoittaja 7:

*"Tuntuu samalta kuin koulussa, kun yritti kaikin keinoin päästä ihailemiensa kavereiden seuraan, mutta jäi aina ilman huomiota, ja ilman kutsuja bileisiin. Tällaiset kokemukset ovat musertavia ja niitä on vaikea käsitellä itsekseen. Jokainen osaa lopputuloksena päätellä, että poikkeaa normeista eikä kuulu mihinkään, on omituinen ja epäkiinnostava ihminen, väritön hajuton mauton näkymätön ja olematon."*

Kirjoittaja 12 tuo kirjoittajan 7 tavoin esiin sosiaalisten suhteiden puuttumista sekä toiseutta. Hän kuvastaa sosiaalisten suhteiden puuttumista ja toiseutta lauseella *"kun yritti kaikin keinoin päästä ihailemiensa kavereiden seuraan"*. Tässä kuvastuu yhteiskunnallista rakennetta, jossa olisi merkityksellistä saavuttaa itselleen sosiaalisia suhteita tullakseen hyväksytyksi muiden seurassa. Jos nämä yritykset luoda sosiaalisia suhteita epäonnistuvat, silloin *"poikkeaa normeista eikä kuulu mihinkään"*. Kirjoittaja 12 rakentaa epäonnistujan subjektipositiota sanoilla *"omituinen ja epäkiinnostava ihminen, väritön hajuton mauton näkymätön ja olematon."* Näillä käsitteillä hän suoraan kuvailee yksinäistä ihmistä alempana ja poikkeavana muista. Hän kuvaa yksinäistä ihmistä objektiivisesti, joka voi olla keino yleistää yksinäisen ihmisen piirteitä ja vahvistaa itselleen, että yksinäisiä ihmisiä on muitakin hänen lisäkseen. Hänen kuvauksensa yksinäisestä ihmisestä rinnastuu suoraan arvottomuuteen, kelpaamattomuuteen ja näkymättömyyteen.

Tulkintarepertuaarissa merkityksellistetään yksinäisyyttä oman yhteiskunnallisen paikan puutteellisuuden kautta. Kirjoittajat jakavat yhteisen kuvauksen siitä, että ihmisillä on paikkansa yhteiskunnassa, mutta he eivät tarkenna, mihin yksinäiset sijoittuisivat, koska sosiaalisemmat ihmiset saivat enemmän arvostusta ja tilaa yhteiskunnassa. Kirjoittajat kuvailevat itseään ja muita yksinäisiä ihmisiä epäonnistujiksi, joille ei ollut paikkaa eikä tilaa yhteiskunnassa. Epäonnistujan subjektipositiio rakentuu kirjoittajien itsensä vertailulla muihin ihmisiin. Kirjoittaja 20 kuvailee itseään näin:

*"Minulla on parikin ystävä-tuttavapiiriä, joissa en ole tuntemuksistani puhunut. En ota riskiä saada kuulla, että voi kauheeta miten sinä voit olla yksinäinen tai masentunut kun sinä olet niiiiin iloinen ja energinen."*

*En ole osallistunut yksinäisten kerhoihin vai mitä ne ovat. suoraan sanottuna tässä yhteydessä voin sanoa, että minusta ne leimaavat jonkinlaiseksi häviäjäksi. En tahdo sitä.”*

Kirjoittaja 20 kuvailee yksinäisyyden negatiivista stigmaa sekä sen häpeää kirjoittamalla *”En ota riskiä”*. Oman yksinäisyyden paljastuminen on riski, koska hänet nähtäisiin tämän jälkeen toisenlaisena. Hän kirjoittaa, mikäli hänen yksinäisyytensä paljastuisi, hänet leimattaisiin *”jonkinlaiseksi häviäjäksi”*, joka asettaa yksinäisen ihmisen epäonnistujaksi, tämä viittaa myös yhteiskunnalliseen ihannoointiin sosiaalisemmista ihmisistä, joita kirjoittajat arvottavat ylemmäksi. Näin hän merkityksellistää yksinäisyyttä leimaavana, joka estää myös hänen toimijuuttaan.

Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaari merkityksellistää yksinäisyyttä vahvasti yhteiskunnan asettamiin ihanteisiin sekä malleihin. Yksinäiset ihmiset kuvataan ihmisiksi, jotka eivät löydä paikkaansa yhteiskunnassa ja omaa yksinäisyyttään peitellään, jottei paljastuisi muille. Mielestäni kirjoittaja 9 kiteyttää sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarin hyvin:

*”Yksinäisyys on hävettävä tunne. Se koetaan yleensä omaksi syyksi, niin myös itse koen sen. En sen vuoksi ole juurikaan keskustellut kovin monien kanssa asiasta tai lohduttanut muita samassa tilanteessa olevia.”*

Hän merkityksellistää yksinäisyyden häpeän käsitteellä, joka tuo yksinäisyydelle myös sen sosiaalisen merkityksen. Hän kuvailee yksinäisyyden yleensä olevan oma syy ja on samaa mieltä tämän tulkinnan kanssa ja *”sen vuoksi ole juurikaan keskustellut kovin monien kanssa asiasta”*. Näin hän merkityksellistää yksinäisyyttä leimaavana, joka kuvastuu esteenä yksinäisyydestä keskustelemiselle. Samalla hän tuo esiin muiden yksinäisten ihmisen olemassaolon *”lohduttanut muita samassa tilanteessa olevia”*, joka vahvistaa kuvauksella *”lohduttanut muita”* yksinäisyyden merkityksellistämistä haitallisena ja negatiivisena ilmiönä.

Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarin taustalla korostuu vahvasti ajatus yhteiskunnallisesta mallista, jossa sosiaalisemmat ihmiset kuvataan arvokkaampina ja ideaaleina. Yksinäisyyttä merkityksellistetään leimautumisen pelolla, omalla arvottomuudellaan ja toiseudella, jossa on ensisijaista, ettei oma yksinäisyys paljastuisi muille.

## 9.4 Pimeyden tulkintarepertuaari

Pimeyden tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä merkityksellistetään musertavana ja lamaannuttavana voimana. Tulkintarepertuaarissa toistuvat kuvaukset yksinäisyyden rinnastamisesta ahdistukseen ja jopa kuoleman pelkoon. Tämä tulkintarepertuaari merkityksellistää yksinäisyyttä kaikista tulkintarepertuaareista synkimmällä tavalla. Yksinäisyydestä on tullut niin suuri osa elämää, että yksinäisyys on jatkuvasti läsnä, josta ei ole poispääsyä. Yksinäisyys kuvataan tässä tulkintarepertuaarissa tuskallisena ja ei toivottuna tilana. Kirjoittajat rakentavat tässä tulkintarepertuaarissa toivonsa menettäneen subjektipositiota. Kirjoittajat merkityksellistävät yksinäisyyttä kuvailemalla mahdollista tulevaisuuttaan tai sen puutetta. Tulkintarepertuaarin synkkyys on havaittavissa kirjoituksissa, kuten kirjoittaja 17 otteesta tulee ilmi:

*"Tämä saattaa olla unikuva vain, mutta minulle yksinäisyys on tällainen: On yö, hiljaista, olen yksin hoipertelemassa sairaalakaavussa pitkää hämärää, kolkkoa käytävää vessaan! Kukaan ei huomaa, jos kaadun, kukaan ei kuule huutoani, kukaan ei huomaa kipujani, tänne yksin kuolen!"*

Kirjoittajan 17 otteessa vallitsee synkkä kuvaus yksinäisyydestä. Hän rakentaa mielikuvien avulla yksinäisyyttä, jossa *"On yö, hiljaista, olen yksin hoipertelemassa sairaalakaavussa pitkää hämärää, kolkkoa käytävää vessaan!"*. Hän käyttää yön käsitettä, joka viittaa vahvasti pimeyteen, jonka jälkeen hän kirjoittaa *"hiljaista"* ja *"hoipertelemassa sairaalakaavussa"*. Tämä kuvaus on kuin suoraan kauhuelokuvasta, jossa elokuvan henkilö vaeltelee sairaalan käytävillä yksin eksyksissä, eikä hänellä ole ketään tai mitään, johon tukeutua. Tulkintarepertuaarissa korostuu tällaiset kuvaukset pelosta ja ahdistuksesta, jotka merkityksellistävät yksinäisyyden tukiverkoston puutteeseen, joka asettaa kirjoittajat unohdetun asemaan.

Kirjoittajien kuvaukset oman kohtalon pelosta ja, mihin he päätyisivät, merkityksellisti yksinäisyyttä rangaistuksena. Kirjoittaja 1 kuvaa oman kohtalonsa pelkoaan näin:

*"Niin kun asuinpaikkanani pieni huone, joka ei vähääkään muistuta kotia, ja kun huoneeni on huonokuntoisten hoito-osastolla, jossa seurustelu muiden asukkaiden kanssa ei ole mahdollista*

*yksinäisyys on niin kiduttavaa, että minulla on tuntemus, että olen rangaistuslaitoksessa, rangaistavana siitä, kun olen elänyt liian vanhaksi.”*

Kirjoittaja 1 kuvaa kirjoituksessaan yksinäisyyttä sanalla *”kiduttavaa”*, jossa yksinäisyys kuvastuu tuskallisena ilmiönä. Hän merkityksellistää yksinäisyyttä *”rangaistavana siitä, kun olen elänyt liian vanhaksi.”* Hän liittää yksinäisyyden vanhuuteen ja huonokuntoisuuteen, joka on hänelle rangaistus siitä, että hän on vielä elossa. Hän kuvailee myös paikkaa *”rangaistuslaitoksessa”*, joka viittaa vanhustenhoitopaikkaan kuten palvelukotiin. Tällainen kauhukuva on vastakohta kodille, joka viittaa olevan turvallinen paikka. Yksinäisyys on siis rangaistus, joka kytkeytyy turvattomuuteen. Tässä tulkintarepertuaarissa on havaittavissa kirjoittajien tulkinnat yksinäisyydestä ja vanhustenhoidosta, jotka linkittyvät toisiinsa, joka tulkitaan myös rangaistuksena siitä, että on elänyt tarpeeksi pitkään. Tässä tulkintarepertuaarissa toistuu usein kuvaus vanhustenhoidosta negatiivisessa sävyssä. Esimerkiksi palvelukotia kuvattiin paikkana, jonne voi joutua tulevaisuudessa ja se on viimeinen asuinpaikka. Yksinäisyyttä merkityksellistetään siis kuvaamalla vanhustenhoitoa, joka tulkitaan rangaistuksena pitkstä eletystä elämästä.

Pimeyden tulkintarepertuaarissa toistuu myös sama yhteiskunnallinen ajatus kuin edeltävässä tulkintarepertuaarissa eli kuvaus oman paikan puutteellisuudesta yhteiskunnassa. Pimeyden tulkintarepertuaari kuitenkin poikkeaa sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarista, siten, että tässä tulkintarepertuaarissa yksinäisille ei kuvattu olevan paikkaa ja heidät kuvattiin täysin unohdettuina ihmisinä, joiden eteen yhteiskunta ei tee mitään. Edellisessä tulkintarepertuaarissa kirjoittajat kuvailevat yhteiskunnan pyrkivän edistämään erilaista toimintaa yksinäisten hyväksi, mutta kirjoittajat kuvailevat nämä toimet heitä alentaviksi, jonka vuoksi kynnys osallistua näihin toimiin oli suuri. Kirjoittaja 6 kuvailee kuulumattomuuttaan näin:

*”Yksinäinen ihminen voi alkaa ajatella, että hänestä ei ole mihinkään. Hänet on hylätty. Kukaan ei tahdo olla hänen kanssaan tekemisissä. Hänen tuntosarvensa herkistyvät tarkkailemaan vähäisintäkin merkkiä, mikä tukisi hänen oletustaan siitä, että hänestä ei pidetä. Hänestä tahdotaan olla kaukana. Hänet jätetään ulkopuolelle. Hän voi samastua syrjäytyneisiin ihmisiin. Onko hänellä paikkaa missään? Tarvitaanko häntä enää missään? Jaksako hän enää kiinnostua*

*yhteiskunnallisista asioista, kun hän ei tunne olevansa osallinen maailman menossa. Hänen ei tarvitse kohdata lisää pettymyksiä vetäytyessään syrjään.”*

Kirjoittaja 6 kuvailee yksinäistä ihmistä, että *”Hänet on hylätty”* ja rinnastaa yksinäisen ihmisen *”syrjäytyneisiin ihmisiin”*. Hän vahvistaa yksinäisen ihmisen kelpaamattomuutta kirjoittamalla, *”Hänen tuntosarvensa herkistyvät tarkkailemaan vähäisintäkin merkkiä, mikä tukisi hänen oletustaan siitä, että hänestä ei pidetä”*. Tämä kuvastaa yksinäisen ihmisen tulkintaa omasta asemastaan niin, ettei hän kuulu muiden joukkoon, eikä hän tulisi hyväksytyksi. Hän kirjoittaa myös, että *”hän ei tunne olevansa osallinen maailman menossa”*, joka kuvaa yksinäisen ihmisen puutteellista asemaa yhteiskunnassa. Yksinäisyys merkityksellistetään osallisuuden puutteellisuuden kautta, joka voi johtaa irtautumiseen yhteiskunnasta. Osallisuuden merkityksellisyys yhteiskunnassa korostuu tässä tulkintarepertuaarissa, mutta osallisuuden toteuttamisen kirjoittajat kuvaavat miltei mahdottomuutena. Kirjoittaja 6 käyttää kirjoittaessaan hän-muotoa, hän ei varsinaisesti kuvaile yksinäisyyttä minämuodossa, mutta kuvailee omaa tulkintaansa yksinäisyydestä. Hän kuvailee yksinäistä ihmistä myös objektiivisesti, kuten sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarissa kirjoittaja 12 kuvailee. Kirjoitusten ohjeistuksena oli kuvailla omaa yksinäisyyttään sekä yksinäisyyden merkityksiä, joten voisiko kirjoittajat 6 sekä 12 mahdollisesti käyttää hän-muotoa etäännyttämisen keinona.

Kirjoittajat rakentavat toivonsa menettäneen subjektipositiota kuvaamalla itsetuhoisia ajatuksia ja tekoja. Yksinäisyyttä merkityksellistetään ei-toivottuna tilana, josta ei ole muuta poispääsyä kuin oma menehtyminen. Vaikka tässä tulkintarepertuaarissa myös kuolemanpelko on läsnä, silti itsetuhoisten ajatusten ja tekojen kuvaukset toistuvat usein kirjoituksissa. Kirjoittaja 17 kuvaa ajatuksiaan näin:

*”Noina pahimpina vuosina (n 10 v?) ahdistuin, sain lieviä paniikkikohtauksia, tunsin jäätävää yksinäisyyttä, oli itsemurha-ajatuksiakin.”*

Hän merkityksellistää yksinäisyyttä kuvailemalla fyysisiä ja henkisiä oireitaan kirjoittamalla, *”ahdistuin, sain lieviä paniikkikohtauksia”*. Tämän jälkeen hän kuvailee ajatuksiaan, joissa *”oli itsemurha-ajatuksiakin”*. Hän on liittänyt yksinäisyyden ja itsemurha-ajatukset samaan

otteeseen, joka merkityksellistää yksinäisyyttä itsetuhoisten ajatusten kautta. Kirjoittaja 4 toi myös esiin itsetuhoisia ajatuksia:

*"Sairauslomallani olin yksin mökilläni. Kävelin mökkitielläni ja tunsin, miten oman elämäni lopettaminen tuntui taas nousevan houkutuksessa mieleni pohjalla. Olin jo nuorena selviteltyt kerran vakavasti välejäni elämän ja kuoleman kanssa, nytkin selvisin siitä elämän puolelle."*

Hän kuvastaa elämänsä lopettamista houkutuksena, jonka jälkeen hän kirjoittaa joutuneensa "jo nuorena" selvittämään "kerran vakavasti välejäni elämän ja kuoleman kanssa" rakentaen näin jatkuvuutta vanhempien ja uudempien tilanteidensa välille. Näin hän tuottaa käsityksen siitä, että itsetuhoiset ajatukset ovat ennenkin olleet hänellä läsnä. Lopuksi hän kirjoittaa selvinneensä tälläkin kertaa "elämän puolelle", kuvaten näin itsetuhoiset ajatukset jonakin, josta hän on päässyt. Samalla hänen otteensa kuitenkin rakentaa itsetuhoisista ajatuksista toistuvia ja elämään palaavia: niistä on mahdollista päästä irti, mutta ne voivat myös tulla takaisin.

*"Hengittäminen oli kivuliasta, en muista juurikaan mitään muutaman vuoden jaksosta. Eristäydyin. Olin peloissani. Fyysinen yksinäisyys oli julma tunne – kukaan ei koske minua, ei silitä selkääni, ei koske hiuksiani, ei pese selkääni, ei kävele käsi kädessä, ei kiedo käsi ympärille. Oli kuin olisin menettänyt äidinkieleni, enkä osannut kuin vaivoin kommunikoida ympärillä kulkevien ihmisten kanssa. Itkku oli herkässä ja kului energiaa siihen, etten ala itkeä vaikkapa kaupassa."*

*Tulevaisuudessa uskon yksinäisyyden tunteeni lisääntyvän ja konkreetistuvan. Näen jo nyt ettei minua tarvita, etten ole kenellekään välttämätön ja tarpeellinen. Se on tuskallista."* (Kirjoittaja 20.)

Kirjoittaja 20 merkityksellistää yksinäisyyttä kuvaamalla kehollista merkitystään itselleen. Hän kuvailee "Fyysinen yksinäisyys", joka oli "julma tunne", joka kuvastaa kehollisen kontaktin kaipuuta. Hän jatkaa, että "kukaan ei koske minua", jolla hän tuo yhteen yksinäisyyttä ja yksinoloa, jotka ovat johtaneet siihen, että hän on "menettänyt äidinkieleni". Hän kuvailee, ettei osaa enää kommunikoida muiden ihmisten kanssa. Hän merkityksellistää yksinäisyyden näin sosiaalisten suhteiden puutteella ja kuulumisen haasteellisuudella. Lopuksi hän kirjoittaa, "Näen jo nyt ettei minua tarvita, etten ole kenellekään välttämätön ja tarpeellinen. Se on tuskallista." joka kuvastaa sitä, ettei hän ole tarpeellinen muille eikä kukaan ole riippuvainen hänestä. Hän

käyttää hyvin äärimmäistä kuvailua, kuten *”tuskallista”*, joka merkityksellistää yksinäisyyden kivuliaaksi ilmiöksi. Hän rakentaa toivonsa menettänyttä subjektipositiota kuvailemalla tulevaisuuttaan, jossa hänen yksinäisyytensä lisääntyy, eikä hän ole tarpeellinen muille ja sen on tuskallista.

Pimeyden tulkintarepertuaari rakentaa kaikista tulkintarepertuaareista eniten negatiivisia, kivuliaita ja musertavia yksinäisyyden merkityksiä. Yksinäisyys merkityksellistetään kuvaamalla vanhustenhoitoa rangaistuksena ja omaa asemaansa niin, että tulee unohdetuksi. Toivonsa menettäneen subjektipositio korostuu etenkin kirjoittajien oman itsensä, itsetuhoisten ajatusten ja tekojen sekä tulevaisuuden kuvailujen kautta. Yksinäisyyden tiedetään olevan yksi merkittävä syy ihmisten syrjäytymiselle ja yhteiskunnan ulkopuolelle jäämiselle ja pimeyden tulkintarepertuaarissa rakennetaan yksinäisyyden merkityksiä vahvasti tämän ymmärryksen mukaisesti.



## 10 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa käyn läpi tutkielmani johtopäätöksiä. Ensimmäisenä vedän tulokseni yhteen samalla peilaten tutkielmani tuloksia suhteessa aikaisempiin tutkimuksiin. Tämän jälkeen arvioin tutkielmani mahdollisia rajoitteita, heikkouksia ja vahvuuksia. Lopuksi pohdin ja ehdotan tutkielmaani liittyen jatkotutkimusehdotuksia.

### 10.1 Pohdinta ja suhde aikaisempaan tutkimukseen

Tässä osiossa vedän yhteen tutkielmani tulokset ja reflektoin niitä aiempiin tehtyihin tutkimuksiin. Pohdin myös tutkielmani kunkin tulkintarepertuaarin ja subjektiposition yhteiskunnallista näkökulmaa ja rakennetta. Koen merkittäväksi pohtia yhteiskunnallista kontekstia, koska tutkielmani tulokset osoittivat vahvasti yhteiskunnallisen merkityksellistämisen yksinäisyyteen. Käyn läpi myös tulkintarepertuaarien ja subjektipositioden eroavaisuuksia, ja miten ne ovat toisistaan poikkeavasti merkityksellistäneet yksinäisyyttä. Kriittisen diskursiivisen psykologian näkökulman tarkoituksena on tuoda esiin löydöksiä kielestä, tekstistä ja rakenteista, miten yhteiskunnallisista ilmiöistä puhutaan ja, miten niitä tulkitaan (Wetherell, 1998, s. 402), jota olen pyrkinyt toteuttamaan tutkielmassani.

Tutkielmani tarkoituksena on ollut löytää vastaukset tutkimuskysymyksiini: *Millaisia tulkintarepertuaareja yli 50-vuotiaat tuottavat yksinäisyydestä ja kuinka kirjoittajat positioivat itseään yksinäisenä henkilönä?* Tunnistin aineistostani neljä tulkintarepertuaaria, jotka ovat *Solitude – oman rauhan tyyssija tulkintarepertuaari, introverttiuden tulkintarepertuaari, sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaari ja pimeyden tulkintarepertuaari*. Näihin tulkintarepertuaareihin yhdistyivät neljä subjektipositiota, jotka ovat *itsenäisen ja vapaan subjektipositio, introvertin subjektipositio, epäonnistujan subjektipositio ja toivonsa menettäneen subjektipositio*.

*Solitude – oman rauhan tyyssijan tulkintarepertuaarissa* korostui vapaaehtoinen yksinäisyys ja sen myönteisten piirteiden kuvaukset. Tässä tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä ei

merkityksellistetty negatiivisena tilana, eikä sitä kuvailtu negatiivisesti leimaavana, joka yhteiskunnallisesti pääosin vallitsee. Kirjoittajat eivät merkityksellistäneet yksinäisyyttä itselleen haitallisena, vaan pikemminkin vahvistavana ja turvallisena tilana. Samalla kirjoittajat kuvailivat sitä, että yksinäisyyteen hakeutuminen vaatisi heiltä tiettyjä ominaisuuksia ja kykyä itsenäiseen toimijuuteen. Coplan ja Bowker käsittelevät kirjassaan solituden historiallisuutta, jossa he tuovat esiin solitude-tilan arvostusta. Jo antiikin kreikkalaisille ja roomalaisille filosofeille yhteiskunnallisesti keskeinen kysymys oli ryhmän rooli sekä, missä määrin yksilön tulisi olla osa ryhmää ja erillään siitä, jotta kykenisi saavuttamaan viisauden erinomaisuuden ja onnellisuuden. (Coplan & Bowker, 2014, s. 6.) Myös Long on tutkimuksessaan käynyt läpi solituden historiallisuutta tuomalla esiin munkkien ja nunnien vuosisatojen harjoittamaa solitudea, jonka avulla he pyrkivät löytämään sisäisen rauhan (Long ym. 2003). Tämä tukee aineistoni kirjoittajien kuvailuja yksinäisyydestä, joka on heille itselleen henkilökohtainen tila, johon he pyrkivät hakeutumaan oman hyvinvointinsa vahvistamiseksi. Kirjoittajat myös korostivat vapaaehtoista yksinäisyyttä itsenäisen ajattelun lähteenä, jonka avulla heidän luovuutensa on parhaimmillaan. Longin tutkimuksessa määriteltiin myös solitudeen luovuuden lähteenä viittaamalla artisteihin, taitelijoihin ja runoilijoihin, jotka hakeutuvat inspiraation saamiseksi omaan yksinäisyyteensä saavuttaakseen hedelmällisimmän luovuuden (Long ym., 2003).

Tulkintarepertuaariin liittyi itsenäisen ja vapaan subjektipositio, jota kirjoittajat rakensivat itsestään. Kirjoittajat kuvailivat itseään muista ihmisistä riippumattomiksi ja he kuvailivat toimintakykyään paremmaksi ilman muiden sosiaalista tukea ja myös sitä, etteivät he tarvitse muiden hyväksyntää omalle toiminnalleen. Kirjoittajat kuvailivat myös sitä, että he ylläpitävät vain valikoituja sosiaalisia suhteita elämässään, koska sosiaalisten suhteiden määrä ei ole heille merkityksellistä. Coplanin ja Bowker kirjasta on löydettävissä samankaltaisia kuvailuja, kuin kirjoittajien rakentamasta itsenäisen ja vapaan subjektipositioista. Coplanin ja Bowker pohtivat sitä, että ihmisten ikääntyessä he tulevat yhä enemmän tietoisiksi elämän rajallisuudesta. Tämä tietoisuus voi johtaa siihen, että heistä tulee valikoivampia ihmissuhteissaan suosien niitä, jotka ovat heille merkityksellisimpiä, eivätkä kuormita heidän hyvinvointiaan. Tämä myös osoittaa sitä, että sosiaalisten suhteiden määrän lasku tai niiden vähäisyys ei välttämättä ole negatiivinen, vaan sen sijaan indikaattori valikoivasta sijoittamisesta palkitsevampiin

ihmissuhteisiin. (Coplan & Bowker, 2014, s. 244.) Kirjoittajat kuvailivat muita ihmisiä rajoittavina tekijöinä heidän omalle toimijuudelleen. He myös kuvailivat sosiaalisten suhteiden kuormittavuutta, jotka ovat ajaneet heidät hakeutumaan yksinäisyyteen. Itsenäisen ja vapaan subjektipositio rakentui pääasiassa kirjoittajien oman autonomisuuden kautta, jossa he kuvailivat pyrkivänsä välttämään kuormittavia sosiaalisia tilanteita.

Myös Corsano ja kumppanit ovat tutkimuksessaan pohtineet vapaaehtoiseen yksinäisyyteen hakeutumista. Heidän mukaansa vapaaehtoinen yksinäisyys viittaisi negatiivisiin kokemuksiin sosiaalisista suhteista, masennuksen todennäköisyydestä ja epäsosiaalisuudesta. He toteavat myös, että positiivinen suhtautuminen yksinäisyyteen voi olla keino paeta sosiaalisista vuorovaikutuksista. (Corsano ym., 2019.) Kirjoittajat kuvailivat muita ihmisiä enemmän rajoitteina, jotka voisivat estää kirjoittajia olemasta omia itseään tai rajoittaa heidän toimintaansa. Kirjoittajien kuvaukset sosiaalisemmista ihmisistä oli melko kärkeästä, jonka voisi tulkita viittaavaan jonkinlaiseen reaktioon omasta yksinäisyydestään tai toiminnastaan. Osa kirjoittajista kuitenkin kuvaili omaa sosiaalista elämäänsä ja tulkitsivat sen niin sanotusti normaaliksi, mutta silti, useissa kirjoituksissa korostui sosiaalisempien ihmisten toiminnan kyseenalaistaminen.

Solituden havainnointi kirjoituksista oli varteenotettava, koska yksinäisyys merkityksellistettiin pääasiassa myönteisenä ilmiönä, eikä sitä kuvailtu itselleen haitallisena tai hyvinvointia alentavan tekijänä. Tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä ei rakennettu vastakohtaksi rikkaalle sosiaaliselle elämälle, vaan yksinäisyyttä kuvattiin omana henkilökohtaisena tilana, johon yksilö voi halutessaan ja tarvittaessa hakeutua, silloin kun tarvitsee taukoa sosiaalisesta kanssakäymisestä. Yksinäisyyteen hakeudutaan nimenomaan oman hyvinvoinnin vahvistamiseksi, ja sen kuvataan jopa edistävän omaa toimintakykyä. Tässä tulkintarepertuaarissa kirjoittajat jakoivat kuvauksen siitä, etteivät he halunneet muuttaa omaa toimintaansa, vaan halun säilyttää kykynsä saavuttaa oma henkilökohtainen solitude-tila.

Introverttiuden tulkintarepertuaarissa merkittävin havainto oli mielestäni se, että yksinäisyyteen ja yksinäiseen henkilöön viitattiin introverttiuden ja introvertin käsitteillä. Kirjoittajat kuvailivat poikkeavansa yhteiskunnan muotista, jossa suositaan enemmän sosiaalisempia ja ekstrovertimpiä ihmisiä. Kirjoittajat merkityksellistivät yksinäisyyden

introverttiuteen, eivätkä välttämättä suoraan edes kirjoittaneet yksinäisyydestä sen omalla käsitteellään. Tämä oli mielestäni tutkielmassani mielenkiintoinen havainto, koska introverttius ja yksinäisyys rinnastettiin niin voimakkaasti yhteen. Kirjoittajat rakensivat tässä tulkintarepertuaarissa introvertin subjektipositiota kuvailemalla itseään introvertiksi, eivätkä käyttäneet kirjoituksissaan välttämättä yksinäisen käsitettä itsestään. Yksinäisyys on yleisesti yhdistetty epäsosiaalisuuteen (Hawkey & Cacioppo, 2010, joka voi olla yksi peruste sille, minkä vuoksi introverttius yhdistetty yksinäisyyteen. Introvertteja kuvaillaan puolestaan yleisesti hiljaisiksi, epäsosiaalisiksi ja itsevarmuudeltaan puutteellisiksi (Herbert ym., 2023; ref. Bendersky & Shah, 2013; ref. Watson & Clark, 1997), jotka sopivat myös yksinäisen henkilön kuvaukseksi. Kirjoittajat eivät kuitenkaan kirjoituksissaan merkityksellistäneet yksinäisyyttä solitude tulkintarepertuaarin tapaan haitallisena omalle hyvinvoinnilleen. Yksinäisyyttä kuvailtiin myönteisenä vaikutuksena oman hyvinvoinnin kannalta, mutta samalla sen tulkittiin olevan yhteiskunnallisesti vähemmän hyväksyttävää kuin ekstroverttiys. Tutkimuksia introverttiuden vaikutuksista persoonallisuuteen, onnellisuuteen ja hyvinvointiin löytyy lukuisia, mutta introverttiuden ja yksinäisyyden yhteyteen liittyviä tutkimuksia oli haasteellista löytää.

Introverttiuden tulkintarepertuaarissa toistuivat kuvaukset ekstrovertimpien ja sosiaalisempien ihmisten toiminnasta, jota rakennettiin hämmentyneisyyden ja kyseenalaistamisen kautta. Cabello ja Fernandez-Berrocal tutkivat sitä, millä ehdoin introvertit saavuttavat onnellisuuden. Tulokset osoittivat, että sosiaalisten suhteiden määrä ei ole kytköksissä onnellisuuteen, vaan niiden laatu. Mikäli introvertit ovat luoneet korkealaatuisia ihmissuhteita, tällöin he pystyvät saavuttamaan onnellisuuden. (Cabello & Fernandez-Berrocal, 2015.) Myös tässä tulkintarepertuaarissa kirjoittajat korostivat kuvailua sosiaalisten suhteiden laadusta, joka on merkitsevämpää heille. Cardin ja Skakoon-Sparlingin tutkimuksessa tutkittiin ekstroverttien ja introverttien eroja sosiaalisissa suhteissa ja he myös perehtyivät siihen, miten nämä voivat vaikuttaa onnellisuuteen. Heidän tuloksensa osoitti samaa kuin edellä mainitun Cabellon ja Fernandez-Berrocalin tutkimus, että introverttien onnellisuuteen korreloi enemmän sosiaalisten suhteiden laatu. (Card & Skarkoon-Sparling, 2023.)

Kirjoittajat merkityksellistivät yksinäisyyttään myös niin, etteivät koronapandemian toimet ole heihin juuri vaikuttaneet, koska he eivät olleet riippuvaisia sosiaalisesta tuesta ja koronapandemian aikana heidän sosiaaliset tarpeensa eivät olleet puutteellisia. Tätä näkökulmaa tukee myös Gublerin ja kumppaneiden tutkimus, jossa he vertailivat ekstroverttien ja introverttien hyvinvoinnin eroja koronapandemian aikana. Tulokset osoittivat, että ekstrovertit olivat vähemmän yksinäisiä, koska he pyrkivät saamaan sosiaalista tukea, joka vahvistaa heidän hyvinvointiaan. Silti kaiken kaikkiaan ekstroverttien hyvinvointi oli heikompi koronapandemian aikana kuin introverttien, koska ekstrovertit ovat riippuvaisempia sosiaalisista kontakteistaan kuin introvertit. Tätä pyrittiin selittämään sillä, että introvertit keskittyivät enemmän sisäiseen maailmaansa, kun ekstrovertit kärsivät tunteidensa tukahduttamisesta, johon introvertit tukeutuvat enemmän. Introvertit saattavat turvautua muutenkin tällaiseen enemmän, koska he eivät hae niin paljon sosiaalista tukea. (Gubler ym., 2021.) Samankaltaisesti kirjoittajat kuvailivat koronapandemian aikaa, ettei esimerkiksi heitä olisi etäopiskelu haitannut ja koronapandemia on tarjonnut päteviä syitä olla menemättä kokoontumisiin, jotka voisivat mahdollisesti kuormittaa omaa hyvinvointiaan. Tällä tavoin he merkityksellistivät yksinäisyyttä myönteisenä ilmiönä omalle hyvinvoinnilleen.

Introverttiuden tulkintarepertuaarissa korostui kirjoittajien kuva omasta introverttiudestaan persoonallisuuden piirteenä, jota ei ole tarvetta muuttaa, jotta olisi hyväksytympi yhteiskunnallisesti. Poikkeavuus yhteiskunnan muotista, jossa ekstroverttejä suositaan, ei ollut merkityksellisintä vaan se, ettei kirjoittajien tarvitsisi mahduttaa itseään tähän muottiin. On silti mielestäni mielenkiintoista, että kirjoittajat ovat nimenomaan osallistuneet aineiston keruuseen, jossa on pyydetty kirjoittamaan yksinäisyydestä, johon he vastasivat pääosin introverttiuden käsitteen kuvauksilla. Introverttius ja yksinäisyys ovat loppujen lopuksi täysin omia käsitteitään erilaisilla määritelmillään, vaikka introvertin ja yksinäisen henkilön kuvauksissa on löydettävissä samoja piirteitä. Kirjoittajat eivät kuitenkaan pääasiassa kuvailleet itseään negatiivisessa valossa yksinäisyydestään ja introverttiudestaan huolimatta, vaan kuvailivat enemmän sitä, kuinka yhteiskunta näkee yksinäiset ja introvertit ihmiset. Pohdin sitä, että vaikuttaako tässä tulkintarepertuaarissa yksinäisyyden merkityksellistämiseen kirjoittajien ikäjakauma, koska kirjoittajat kuvailivat sitä, ettei heidän nuoruudessaan tällaisista käsitteistä

ollut tietoaakaan. Olisiko heidän yksinäisyyden tulkintansa erilainen, jos heidän nuoruudessaan introverttiuden käsitteestä olisi tiedetty enemmän.

Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarissa korostui myös introverttiuden tulkintarepertuaarin tapaan kuvailu yhteiskunnan ihannoinnista sosiaalisempia ihmisiä kohtaan. Tämä tulkintarepertuaari kuitenkin poikkesi introverttiuden tulkintarepertuaarista niin, että yksinäisyys merkityksellistettiin hyvinvointia alentavana tekijänä ja kirjoittajat kuvailivat yksinäisyyden vähenemisen parantavan heidän hyvinvointiaan. Tulkintarepertuaariin yhdistyi epäonnistujan subjektipositio, jossa kirjoittajat kuvailivat saavuttamattomia sosiaalisia tavoitteitaan. Kirjoituksista oli havaittavissa sosiaalisempien ihmisten ihannointi, ja kirjoittajat merkityksellistivät yksinäisyyden oman arvottomuuden, ulkopuolisuuden ja toiseuden kautta, joka korosti heidän asemaansa epäonnistujana.

Tässä tulkintarepertuaarissa kirjoittajat merkityksellistivät yksinäisyyden myös häpeänä ja arvottomuutena, joka vahvisti yhteiskunnan leimaavaa stigmaa. Mallin ja kumppaneiden tutkimus osoitti myös yksinäisyyden häpeällistä ja leimaavaa stigmaa (Malli ym., 2023), joka oli selvästi havaittavissa tässä tulkintarepertuaarissa. Kirjoittajat kuvailivat oman yksinäisyyden paljastumisen riskiä leimautumisen pelossa. Tulkintarepertuaarissa yksinäisyys merkityksellistettiin vallitsevaan yhteiskunnalliseen stigmaan, jonka ei haluttu kohdistuvan itseensä. Barreton ja kumppaneiden tutkimus yksinäisyyden stigmasta osoitti, että osallistujat määrittivät yksinäisyyden enemmän sisäiseksi, joka ei näy ulospäin. Tämä johtui siitä, että yksinäisyyttä ei haluttu paljastaa muille, koska sen aiheuttamaa häpeää ei haluttu tuoda esiin. Osallistujat siis päättivät pääosin salata oman yksinäisyytensä. (Barreto ym., 2022.) Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarissa kirjoittajat merkityksellistivät yksinäisyyden paljastumisen pelkoon muiden ihmisten mahdollisilla reaktioilla, jonka vuoksi heidät voitaisiin nähdä alempi arvoisina. Nevesin ja Petersenin katsauksessa yksinäisyyden stigmasta, he päätyivät tulokseen, jossa yksinäisyyden paljastumisen pelko johtui siitä, että yksinäiset ihmiset eivät halua näyttäytyä huonomaineisena, joka viittaa yhteiskunnan stigmaan yksinäisyydestä. Yhteiskunnan asettamat normit, vuorovaikutuskäyttäytymiset ja arvot vahvistavat tätä stigmaa, jonka yksinäiset ihmiset tiedostavat. (Neves & Petersen, 2024.) Tutkielmani aineiston kirjoittajat jakoivat samankaltaisen kuvauksen yhteiskunnan rakenteista. He eivät siis halunneet paljastaa

yksinäisyyttään leimautumisen ja muiden ihmisten mahdollisten reaktioiden vuoksi, koska nämä voisivat asettaa heidät alempaan arvoon niiden kanssa, jotka jakavat samanlaisen tulkinnan yhteiskunnan sosiaalisesta ihanteesta kuin he itse.

Junttila kuvailee, että yksinäisyyden aiheuttama häpeä johtaa siihen, ettei ole tarpeeksi hyvä, kelvollinen, sekä yhtä arvokas kuin muut. Hän myös tuo esiin häpeän sosiaalisuuden, siten, että jos häpeää osataan kuvailla, sen täytyy olla sosiaalista. (Junttila, 2018, s. 91.) Tutkielmassani kirjoittajat kuvasivat itseään alempana kuin muut ja käyttivät itsestään esimerkiksi sanaa *"reppana"*. He rakensivat myös epäonnistujan subjektipositiota kuvaamalla, etteivät ole saavuttaneet elämässään asettamia tavoitteitaan, jotka olisivat myös yhteiskunnallisesti hyväksytyjä ja ihannoituja. Junttilan mukaan omien tavoitteiden saavuttamattomuus ei välttämättä ole omaa syytä, vaan kyseessä on esimerkiksi paine siitä, ettei ole onnistunut saamaan itselleen perhettä, puolisoa tai ystävää. Hän nostaa myös esiin sen, jos häpeä itsestään pitkittyy, tällöin se alkaa syödä omanarvontuntoa ja näkemystä itsestään ihmisenä. (Junttila, 2018, s. 91–92, 97.) Kirjoittajat kuvailivat itsensä toistuvasti kirjoituksissaan alempi arvoiseksi kuin muut, joka kuvastui heidän omanarvontuntonsa laskuna. Mielestäni Junttilan kuvailu yksinäisestä henkilöstä koskettaa myös hyvin tämän tulkintarepertuaarin kirjoittajien rakentamaa subjektipositiota epäonnistujana. Hän kuvaa, että yksinäinen henkilö ei ole sokea omalle toiminnalleen ja ymmärtää omien tunteidensa toimivan itseään vastaan. (Junttila, 2018, s. 97.) Kirjoittajat kuvailevat tunnistavansa oman toimintansa ja yksinäisyytensä sekä sen, miten ne vaikuttavat heihin itseensä, mutta kuvailivat kynnystä muuttaa toimintaansa haasteellisena.

Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaarissa toistuivat kuvaukset toiseudesta, jota merkityksellistettiin yksinäisyyteen. Toiseutta kuvailtiin oman arvottomuuden ja näkymättömyyden kautta. Hembergin ja kumppaneiden tutkimus tutki lukioikäisten rakentamia yksinäisyyden merkityksiä. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että tahaton yksinäisyys teki lukiolaisista näkymättömiä. Lukiolaiset sortuivat usein itsesääliin ja heistä tuli itsekriittisiä. (Hemberg ym., 2021.) Aineistoni kirjoittajat toivat myös esiin itsekriittisyyden kuvailua, sillä kirjoittajat usein kuvailivat muiden seuraan hakeutumisen haastavaksi, koska eivät nähneet itseään yhtä arvokkaina kuin muut. He kuvailivat omaa toimintaansa sivustaseuraajana, jota he rakensivat toiseuden kautta. Kirjoittajat kuvailivat, etteivät he

välttämättä edes halunneet tulla muille nähdyksi oman yksinäisyyden mahdollisen paljastumisen vuoksi. Toiseuden kautta yksinäisyyttä merkityksellistivät myös osallistujat Ågrenin tutkimuksessa, jossa tutkittiin, minkä diskurssien kautta osallistujat rakensivat yksinäisyyttä (Ågren & Pavlidis, 2023). Aineistoni kirjoittajat kuvailivat tavoitteitaan sosiaalisten suhteiden luomisesta, jotka eivät toteutuneet, jonka seurauksena kirjoittajien arvottomuus korostui. Tätä näkemystä tukee myös Junttila, jonka mukaan tämä voi viitata sosiaaliseen yksinäisyyteen, jossa omat sosiaaliset verkostot eivät vastaa omia odotuksiaan ja tarpeitaan (Junttila, 2018, s. 16).

Tämä tulkintarepertuaari sisälsi paljon kirjoittajien kuvailuja yhteiskunnan normeista, omanarvontunnon arvostelusta ja toiseudesta. Yksinäisyys kuvailtiin siis niin hyvinvointia kuin sosioekonomista asemaa alentavana tilana. Tässä tulkintarepertuaarissa korostui yhteiskunnalliset paineet sosiaalisilla odotuksillaan, jotka merkityksellistettiin yksinäisyyteen. Tulkintarepertuaarissa rakennettiin sosiaalisista ihmisistä "parempaa" kuvaa, joka asettaa yksinäiset ihmiset sosiaalisemmista ihmisistä heikompaan asemaan. Sosiaalisen epäonnistumisen tulkintarepertuaari nosti mielestäni esiin vahvasti yksinäisyyden merkityksellistämisen sosiaalisena ilmiönä, jonka vuoksi sen sosiaalista näkökulmaa ei tulisi tutkimuksissa sivuuttaa. Tämän tulkintarepertuaarin valossa, voin todeta, että yksinäisyyden stigma häpeän ja leimaavan merkityksissään on kollektiivinen ilmiö, joka rakentuu yhteiskunnallisten sosiaalisten ihanteiden kautta.

Pimeyden tulkintarepertuaari rakensi yksinäisyydestä synkempiä merkityksiä. Tässä tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä kuvailtiin niin suurena kipuna, joka on ottanut kirjoittajat valtaansa, etteivät he löytäneet siitä poispääsyä. Yksinäisyyttä kuvaillaan tilana, joka on läsnä jatkuvasti ja kirjoittajat kuvailivat tulevaisuuttaan hyvin synkkänä tai olemattomana. Yhteiskunnallisesti yksinäiset henkilöt kuvailtiin näkymättöminä ja unohdettuina, joille ei ollut enää paikkaa yhteiskunnassa ja, jotka vain sysätään iäkkäinä palvelukotiin rangaistuksena pitkään eletystä elämästä. Kirjoittajat rakensivat pimeyden tulkintarepertuaaria kuvailemalla yksinäisyyttä ahdistavana, musertavana sekä rakentamalla sen merkityksiä kuolemanpelkojen kuvauksilla. Tähän tulkintarepertuaarin yhdistyi toivonsa menettäneen subjektipositio. Kirjoittajat rakensivat subjektipositiota synkän mahdollisen kohtalonsa kautta, jossa



yhteiskunta on unohtanut yksinäiset ihmiset ja jättänyt heidät oman onnensa nojaan. Toivonsa menettäneen subjektipositio rakentui myös kirjoittajien kuvauksista omien voimavarojen loppumisesta, joihin ei ollut apua saatavilla.

Gunerin ja kumppaneiden tutkimuksessa tutkittiin ikääntyneiden yksinäisyyden vaikutusta kuoleman ahdistukseen koronapandemian aikana. Tutkimuksessa todettiin, että yksinäisyyden korjaantuminen voi vähentää kuoleman ahdistusta, mutta tämä vaatisi toimia yhteiskunnallisella tasolla. He tuovat tutkimuksessa myös esiin koronapandemian muistutuksen siitä, kuinka haavoittuvassa asemassa ikääntyneet henkilöt ovat. Tutkimuksessa ehdotetaan, että ikääntyneiden henkilöiden yksilöllistä taitotasoa, kuten teknologiaosaamista tulisi parantaa, jotta yhteydenpito olisi sujuvampaa heidän läheistensä kanssa. Yksinäisyyttä havaittiin lisäävän sosiodemografiset piirteet, kuten henkilöiden ikä, siviilisääty, koulutustaso ja krooniset sairaudet. (Guner ym., 2023.) Myös Jentoft toi esiin teknologian yhteyden yksinäisyyden kanssa, jossa yksinäisyyden diskursseja rakennettiin teknologian kehittymisen myötä, jotka ovat luoneet iäkkäämmälle väestölle haasteita (Jentoft, 2023). Tutkielmassani aineiston kirjoittajat merkityksellistivät yksinäisyyttä teknologiahaasteisiin satunnaisesti. Tällä tavoin yksinäisyys rakentui sosiaalisten tarpeiden tyydyttymättömyydellä ja niiden puuttumisella. Sosiaalisten suhteiden ylläpitämisen ja tarpeiden tyydyttämisen onnistuminen kuvailtiin tapahtuvan parhaiten kasvotusten tapahtuvan vuorovaikutuksen kautta.

Kuolema ja itsetuhoisuus olivat toistuvia teemoja, joita merkityksellistettiin pimeyden tulkintarepertuaarissa. Näitä rakennettiin etenkin itsetuhoisten ajatusten ja tekojen kuvailujen kautta. Useat tutkimukset ovat todenneet yhteyden yksinäisyyden, itsemurhien sekä itsetuhoisten ajatusten kanssa. McClelland ja kumppanit tekivät katsauksen yksinäisyyden vaikutuksista myöhempään elämään. He keräsivät aineistonsa viidestä suuresta lääketieteellisestä ja psykologisesta (CINHAL, MedLine, PsychArticles, PsychInfo ja Web of Knowledge) tietokannasta. Heidän analyysinsa paljasti, että yksinäisyys oli voimakkaampi itsetuhoisen käyttäytymisen kuin itsetuhoisten ajatusten ennustaja. Katsauksen yhteenveto osoitti yksinäisyyden ennustavan tulevaa itsetuhoista käyttäytymistä. (McClelland, ym. 2020.) Tutkielmani osoittaa myös, että yksinäisyys kietoutuu itsetuhoisten ajatusten ja käyttäytymisen ympärille. Itsetuhoisten ajatusten ja käyttäytymismallien kuvailu toistui useasti kirjoituksissa.

Näitä kuvailtiin, joko suoraan omilla termeillään tai niihin viitattiin metaforien ja symbolien kautta. Tämä oli myös yksi tapa, kuinka kirjoittajat rakensivat toivonsa menettäneen subjektipositiota.

Mielestäni mielenkiintoinen havainto aineistossani oli se, että kirjoittajat merkityksellisivät yksinäisyyttä kuvailemalla kuolemanpelkoa sekä sillä, etteivät he pystyneet kuvailemaan omaa tulevaisuuttaan. Yksinäisyys merkityksellistettiin rangaistuksena pitkästä elämästä, sekä vanhustenhoitoon liittyvillä kuvauksilla. Mielestäni kirjoittajien ikä on voinut vaikuttaa siihen, että kirjoittajat ovat merkityksellistäneet yksinäisyyttä vanhustenhoitoon. Tähän kuvailuun on voinut vaikuttaa myös vallitseva mielikuva esimerkiksi vanhustenhoidon laadusta. Myös Ågren havaitsi tutkimuksessaan, että yksinäisyyden diskursseja rakennettiin etenkin vanhustenhoitoon liittyvissä artikkeleissa. Artikkelit olivat nimenomaan keskittyneet vanhustenhoidon puutteisiin ja negatiivisiin kuviin. (Ågren, 2017.)

Wilkinsonin tutkimuksessa, joka osoitti yksinäisyyden diskurssien rakentumisen hylkäämisen ja kaltoinkohtelun kautta (Wilkinson, 2022), on samassa linjassa tutkielmani aineiston kirjoittajien kanssa. Kirjoittajat kuvailivat pelkojaan hylätyksi ja unohdetuksi tulemisesta, johon omalla toimijuudella ei ole mahdollista välttämättä vaikuttaa. Kirjoittajat kuvailivat vanhustenhoitoa laitoksena, jonne heidät sysätään, kun heillä ei ole enää omaa yhteiskunnallista paikkaa. Vanhustenhoitoa kuvailtiin myös yhtenä unohdettuna paikkana, jonne joudutaan, eikä sieltä enää pois päästä. Yksinäisyyttä merkityksellistettiin siis rangaistuksena pitkästä eletystä elämästä, jossa oma osallisuus ja tarpeellisuus ovat muuttuneet olemattomiksi. Pimeyden tulkintarepertuaari on mielestäni näistä tulkintarepertuaareista symbolisin ja se vastasi paljon sitä, miten heikko yhteiskunnallinen asema ja heikko osallisuus merkityksellisivät yksinäisyyttä.

Vaikka kaikissa tulkintarepertuaareissa yksinäisyyttä ei rakennettu negatiivisten merkitysten kautta, silti jokaisesta tulkintarepertuaarista oli havaittavissa yksinäisyyden tulkinta kollektiivisena eli yksinäisyys merkityksellistettiin yhteiskunnallisesti negatiivisena ilmiönä. Kirjoittajat ovat korostaneet kirjoituksissaan yhteiskunnallisia odotuksia yksilöiltä, jotka painottuvat sosiaalisiin ihanteisiin. Sosiaalisemmat ihmiset kuvaillaan näkyvämpinä, arvostetumpina ja hyväksyttävänä ja, jotta tulisi hyväksytyksi yhteiskunnallisesti, tulisi itsestään esittää mahdollisimman seurallista ja avointa mielikuvaa.

Tulkintarepertuaarit poikkesivat toisistaan sillä, että kuinka kirjoittajat merkityksellistivät ja kuvailivat omaa yksinäisyyttään. Osalle kirjoittajista yksinäisyys merkityksellistyi omaa hyvinvointia vahvistavana tilana, kun taas osalle kirjoittajista yksinäisyys merkityksellistyi enemmän haitallisena omalle hyvinvoinnilleen. Solitude tulkintarepertuaarissa yksinäisyyttä merkityksellistettiin nimenomaan hyvinvointia vahvistavana tilana, kun taas sosiaalisen epäonnistumisen ja pimeyden tulkintarepertuaarissa yksinäisyys merkityksellistyi hyvinvointia merkittävästi alentavana tilana. Introverttiuden tulkintarepertuaari asettui näiden väliin, jossa kuvailtiin yksinäisyyden yhteiskunnallinen leimaava stigma ja sen kuvailtiin voivan olevan haitallista ihmisten hyvinvoinnille. Kuitenkin he eivät kuvaileet yksinäisyyden olleen haitallista heidän omalle hyvinvoinnilleen.

Tutkielmani on osoittanut yksinäisyyden merkityksellistämisen yhteiskunnalliseen rakenteelliseen stigmaan, joka heijastaa siihen, miten kirjoittajat ovat kuvaileet yhteiskunnallista toimijuutta sekä, millainen toimijuus yhteiskunnassa on hyväksyttävää. Yksinäisyyden merkityksellistämiseen vaikuttivat merkittävästi yhteiskunnalliset ja yksilötasoiset tekijät, joiden kautta aineistoni kirjoittajat rakensivat kirjoituksiensa kautta merkityksiä yksinäisyydelle.

## **10.2 Tutkielman arviointia ja jatkotutkimusehdotuksia**

Tässä luvussa arvioin tutkielmaani ja pohdin sen vahvuuksia, heikkouksia sekä rajoitteita. Lisäksi tuon esiin jatkotutkimusehdotuksia, joille mielestäni voisi olla tarvetta tulevaisuudessa. Mielestäni tutkielmani tuottaa merkittävää tietoa yksinäisyyden merkityksellistämisestä arkikielessä ja etenkin introverttiuden ja yksinäisyyden käsitteiden rinnastaminen toisiinsa on mielestäni huomioitavan arvioinen havainto. Koen, että tutkielmani on onnistunut vastaamaan tutkimuskysymyksiini eli olen tunnistanut tulkintarepertuaarit, joita yli 50-vuotiaat ovat rakentaneet yksinäisyydestä sekä, millaisia subjektipositioita he ovat rakentaneet itsestään yksinäisenä henkilönä näiden tulkintarepertuaarien sisällä. Olen ottanut myös huomioon tutkielmassani yhteiskunnallisen stigman ja yksinäisyyden sosiaalisen näkökulman. Kaiken

kaikkiaan tutkielmani tarjoaa neljä täysin omanlaistaan merkitystään yksinäisyydelle, jotka ovat rakentuneet tutkielmani aineiston kirjoittajien kirjoituksista.

Kun pohdin aineistoni vahvuuksia ja heikkouksia tutkielmassani, yksi vahvuus on kirjoitusten runsaus ja monipuolisuus. Kirjoitukset vastasivat kirjoittajien arkikieltä- sekä käsitystä, joista on havaittavissa yhteiskunnallisia ja kulttuurisia rakenteita. Kun niin sanotusti elävää kieltä lähdetään analysoimaan, sen on vastattava yhteiskunnassa tapahtuviin muutoksiin (Sajavaara & Piirainen-Marsh, 2000, s. 67). Kirjoituksista nimenomaan oli havaittavissa runsaasti yksinäisyyden merkityksellistämistä yhteiskunnallisen stigman kautta. Yksinäisyyttä merkityksellistetään kirjoituksissa yhteiskunnallisten rakenteiden ja sosiaalisten ihanteiden kautta.

Koska aineistonkeruu tapahtui koronapandemian aikana, en voi sen vuoksi sivuuttaa koronapandemian tuomaa merkitystä tutkielmassani. Kaikissa kirjoituksissa ei varsinaisesti kuvailtu, onko koronapandemia muuttanut heidän tulkintaansa yksinäisyydestä tai koronapandemiasta ei kirjoitettu laisinkaan. Kuitenkin suurimmaksi osaksi koronapandemiasta johtuvien toimenpiteiden merkityksiä oli kirjoituksissa havaittavissa yksinäisyyden merkityksellistämisessä. Esimerkiksi osa kirjoittajista kuvaili koronapandemiasta aiheutuneiden toimenpiteiden heikentäneen omaa hyvinvointiaan, kun taas osa kuvaili, ettei koronapandemia ollut vaikuttanut heidän elämäänsä millään lailla.

Aineiston jokainen kirjoitus oli omanlaisensa, joten pystyin päättelemään, että kirjoittajat toivat juuri omaa ääntään kuuluviin kirjoituksissaan. Vaikka kirjoittajille oli osoitettu selkeät kirjoitusohjeet, silti kirjoitukset eivät noudata samanlaista kaavaa, vaan jokainen kirjoitus on ainutlaatuinen. Osa kirjoittajista oli kirjoittanut kirjoituksensa selkeästi noudattaen kirjoitusohjeita ja vastannut järjestyksessä annettuihin apukysymyksiin, kun taas osa oli kirjoittanut esimerkiksi kirjoitelmansa narratiivisesti. Kirjoitusaineiston vahvuus on siinä, että kirjoittajalla on vahva toimijuus suhteessa kirjoitukseensa. Kirjoittajat pystyvät muokkaamaan kirjoituksiaan vapaasti ja luovuttamaan ne eteenpäin vasta, kun he ovat tyytyväisiä kirjoitukseensa.

Kun pohdin aineiston puutteita, pohdin enemmänkin haasteita. Yksi sudenkuoppa, johon pelkäsin putoavani, oli se, että tunnistanko, milloin kirjoittaja kuvailee yksinoloa vai yksinäisyyttä. Nämä käsitteet muistuttavat toisiaan, mutta pohjimmiltaan niiden merkitykset ovat erilaisia. Weiss oli huolissaan määritelmästä, jonka mukaan yksinäisyys on yksinolosta johtuvaa ja yksinäisyyden voisi korjata loputtomalla yksinolottomuudella. Hän korosti, ettei tämä pidä paikkaansa, vaan yksinäisyys on seurausta läheisen tai merkittävän ihmissuhteen puutteesta. (Weiss, 1973, s. 17.) Koin tärkeäksi, että pystyin tunnistamaan, merkityksellistäkö kirjoittaja yksinäisyyttä kirjoituksessaan vai kuvaileeko hän fyysistä yksinoloa. Yksinäisyyden monitulkintaisuus haastoi tätä, koska yksinäisyys ja yksinolo käsitteinä ovat hyvin rinnakkain. Koin myös haasteena joidenkin kirjoittajien kirjoitusasut. Kirjoitukset saattoivat sisältää laulujensanoja, runoja ja lainauksia merkkiteoksista. Nämä tuottivat itselleni haasteita ymmärtämään sitä, kuinka kirjoittaja pyrki merkityksellistämään yksinäisyyttä kyseisillä otteilla.

Yksi haaste tutkielmassani on myös yksinäisyyden vahva tunnesidonnaisuus ja analyysissa oli miltei mahdotonta sivuuttaa tunne- ja kokemussanastoa. Diskurssianalyysissa keskitytään nimenomaan kielen konstruktivisuuteen, joka rakentuu kielen jakaessa todellisuutta erilaisiin merkityssystemeihin. Olennaista on siis se, että todellisuutta rakennetaan kielenkäytön avulla, jossa tunne- ja kokemussanasto eivät ole merkittävässä roolissa. (Jokinen, Juhila & Suoninen, 2016, 25–28.) Tutkielmani tulokset olisivat voineet olla vielä antoisampia, olisin tarkastellut aineistoa vielä affektiivis-diskursiivisesta näkökulmasta. Affektiivis-diskursiivinen näkökulma tarkastelee diskursseja affektien näkökulmasta, jossa sen käytännöt sallivat kehollisten toimintojen eli reaktioiden ja merkitysten muodostamisen sen kontekstissaan. (Wetherell, 2012, s. 21–22.) Päätin kuitenkin, että pidättäydyn tulkintarepertuaareissa ja subjektipositioissa, koska koin nämä vielä itselleni hallittavaksi kokonaisuudeksi.

Tutkielmani yhtenä rajoitteena pidän myös sitä, etten ole ollut itse keräämässä aineistoani, vaan olen poiminut sen Aila tietoaarkistosta. Jos olisin itse kerännyt aineistoni, olisin voinut vaikuttaa siihen esimerkiksi, millaiset kirjoitusohjeet olisin luonut sekä, millaisten apukysymysten avulla olisin pyrkinyt ohjeistamaan kirjoittajia toteuttamaan kirjoitukset. Toisaalta ilman tätä valmiiksi kerättyä aineistoa, en tiedä olisinko esittänyt juuri näitä tutkimuskysymyksiä ja olisiko tutkielmani saanut tällöin aivan erilaisen merkityksen.

Kiinnitin huomiota yksinäisyyden tutkimuksia läpikäydessäni yksinäisyyden sukupuolittuneisuuteen. Huomasin, että yksinäisyyden sukupuolittuneisuudesta ei olla tutkimuksissa täysin yhtä mieltä. Esimerkiksi Beutelin tutkimuksessa havaittiin yksinäisyyttä enemmän naisilla (Beutel ym., 2017), kun taas Junttila tuo esiin kirjassaan, että yksinäisyys on naisilla jonkin verran vähäisempää kuin miehillä (Junttila, 2018, s. 30). Omassa aineistossani suurin osa kirjoittajista ilmoitti oman sukupuolensa, jonka perusteella arvioin, että kirjoittajista enemmistö olivat naisia. Tähän en kuitenkaan takerru tämän enempää, koska en ole tutkielmassani lähtenyt tarkastelemaan yksinäisyyden sukupuolittuneisuutta, mutta tämä oli silmään pistävä havainto, kun luin yksinäisyyden tutkimuksia tutkielmaani varten. Yksinäisyyden sukupuolittuneisuudesta voisi mahdollisesti tehdä enemmän tutkimusta sekä, merkityksellistävätkö miehet ja naiset eri tavoin yksinäisyyttä.

Tutkielmani yksi merkittävä tulos on mielestäni introverttiuden havaitseminen kirjoituksista. Mielestäni olisi merkittävää tutkia enemmän introverttiuden ja yksinäisyyden yhteyttä. Useissa tutkimuksissa on sivuttu yksinäisyyttä ekstroverttien ja introverttien välillä, mutta nämä keskittyivät usein pääosin ekstroverttien ja introverttien hyvinvointien vertailuun. Lukuisia tutkimuksia on tehty ekstroverttien ja introverttien onnellisuudesta ja sen saavuttamisesta sekä, miten koronapandemia on vaikuttanut ekstrovertteihin ja introvertteihin. Varsinaisesti tutkimuksia introverttiuden rinnastamista yksinäisyyteen ei ollut juurikaan löydettävissä. Ehdotankin, että introverttiuden ja yksinäisyyden tutkimusta olisi aiheellista tehdä lisää.

## 11 LOPUKSI

Viimeiseksi kokoaan vielä yhteen ajatuksiani tutkielmastani ja sen merkityksestä. Tutkielmani kattaa neljä omaa tulkintarepertuaaria yksinäisyydestä, jotka ovat tukeneet yksinäisyyden monitulkintaista määritelmää. Tutkielmani on tuonut esiin ihmistenrakentamia merkityksiä yksinäisyydestä arkikielen kautta, joka on mielestäni merkittävää tietoa.

Tutkielmani tuottaa tietoa yksinäisyyden negatiivisesta stigmasta, joka on yhteiskunnallisesti vahvasti läsnä. Yksinäisyyttä on tutkittu ja tutkitaan yhä aktiivisesti eri tieteenaloilla, silti yksinäisyyden sosiaalinen stigma on säilynyt melko aliteoreettisena. Monet tutkimukset ovat sivuuttaneet yksinäisyyden leimautumisen sosiaalisen roolin ja sen kietoutumisen sosiodemografisiin tekijöihin. Diskurssianalyysien avulla on hedelmällistä päästä syvemmin sisään yksinäisyyden konstruktion ja tarkastella sen stigman rakenteellisia elementtejä. (Neves & Petersen, 2024.) Tämän vuoksi tutkielmani on kriittisen diskursiivisen psykologian avulla tarjonnut uutta hedelmällistä tietoa yksinäisyyden merkityksellistämistä arkikielessä. Kriittinen diskursiivinen psykologia ja sosiaalinen konstruktionismi ovat mahdollistaneet sekä mikro- että makrotason tarkastelun yksinäisyydestä, ja nämä ovat olleet erinomaisia lähestymistapoja. Yksinäisyys merkityksellistetään yhteiskunnallisena ja sosiaalisena ilmiönä, joten mielestäni tutkielmani ei olisi välttämättä muulla menetelmällä tuottanut näin mielenkiintoisia tuloksia.

Tutkielmani perusteella voidaan todeta, että yksinäisyys voi merkityksellistyä eri tavoin ja sen merkitysten rakentuminen on riippuvainen kontekstista. Yksinäisyys merkityksellistyi niin positiivisen vapaaehtoisen yksinäisyyden kuin negatiivisen tahattomuuden yksinäisyyden kautta. Tämä on erittäin mielenkiintoinen jakauma, vaikka Wetherell onkin todennut, että tulkintarepertuaarit samasta ilmiöstä, voivat poiketa täysin toisistaan. Ne ovat riippuvaisia yksilön kulttuurisista, yhteiskunnallisista sekä yksilöllisistä taustoista. (Potter & Wetherell, 1987, s. 149.) Yksinäisyys merkityksellistyy silti pääosin leimaavana ja negatiivisena, sekä sen stigma nähdään yhteiskunnallisesti yksilölle haitallisena. Silti tutkielmani merkityksellisti yksinäisyyttä myös myönteisestä näkökulmasta, joka kertoo nimenomaan siitä, että tulkintarepertuaarien määrittely on täysin riippuvainen yksilön kielellisistä resursseista ja ne ovat kontekstisidonnaisia.

Tutkielmani onnistui siis merkityksellistämään yksinäisyyttä moninaisesti ja auttamaan ymmärtämään myös sitä, ettei se ole välttämättä hyvinvointia alentava ilmiö. Koin mielekkääksi tutkia yksinäisyyttä kriittisen diskursiivisen psykologian ja sosiaalisen konstruktionismin näkökulmasta, koska nämä tosiaan mahdollistivat sen, ettei yksinäisyydestä ole vain yhtä oikeaa totuutta, joka tekee yksinäisyydestä aiheena erittäin mielenkiintoisen.



## LÄHDELUETTELO

Anttila, V.-J. (2024). Koronavirus (SARS-CoV-2, COVID-19). Duodecim Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01257>

Banerjee, D. (2020). The impact of Covid-19 pandemic on elderly mental health. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 35(12), 1466–1467. <https://doi.org/10.1002/gps.5320>

Barreto, M., Van Breen, J., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2022). Exploring the nature and variation of the stigma associated with loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(9), 2658–2679. <https://doi.org/10.1177/02654075221087190>

Berger, P. L., & Luckmann, T. (1967). *The Social Construction of Reality. A Treatise in the Sociology of Knowledge*. Anchor Books. New York.

Beutel, M. E., Klein, E. M., Brähler, E., Reiner, I., Jünger, C., Michal, M., Wiltink, J., Wild, P. S., Münzel, T., Lackner, K. J., & Tibubos, A. N. (2017). Loneliness in the general population: Prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC Psychiatry*, 17(1), 97. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1262-x>

Burlacu, A., Mavrichi, I., Crisan-Dabija, R., Jugrin, D., Buju, S., Artene, B., & Covic, A. (2021). “Celebrating old age”: An obsolete expression during the COVID-19 pandemic? Medical, social, psychological, and religious consequences of home isolation and loneliness among the elderly. *Archives of Medical Science*, 17(2), 285–295. <https://doi.org/10.5114/aoms.2020.95955>

Burr, V. (2015). *Social Constructionism. Third Edition*. Routledge. Lontoo.

Cabello, R., & Fernandez-Berrocal, P. (2015). Under which conditions can introverts achieve happiness? Mediation and moderation effects of the quality of social relationships and emotion regulation ability on happiness. *PeerJ*, 3, e1300. <https://doi.org/10.7717/peerj.1300>

Cacioppo, J., & Patrick, W. (2008). *Loneliness. Human Nature and the Need for Social Connection*. RR Donnelley Bloomsberg.

Card, K. G., & Skakoon-Sparling, S. (2023). Are social support, loneliness, and social connection differentially associated with happiness across levels of introversion-extraversion? *Health Psychology Open*, 10(1), 20551029231184034. <https://doi.org/10.1177/20551029231184034>

Coplan, R. J., & Bowker, J. C. (Eds.). (2014). *The handbook of solitude : Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*. John Wiley & Sons, Incorporated.

Corsano, P., Grazia, V., & Molinari, L. (2019). Solitude and Loneliness Profiles in Early Adolescents: A Person-Centred Approach. *Journal of Child and Family Studies*, 28(12), 3374–3384. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01518-1>

Cañada, J. A., Niska, M., Olakivi, A. & Venäläinen, S. (2021). Materiality, affect, and space: dialogues with discursive social psychology. *Zeitschrift für Diskursforschung* 9 (2), 201–223.

Davies, B., & Harré, R. (1990). Positioning: The Discursive Production of Selves. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 20(1), 43–63. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.1990.tb00174.x>

Edley, N. (2001). *Analysing masculinity: interpretative repertoires, ideological dilemmas and subject positions*. Teoksessa M. Wetherell, S. Taylos & S.J. Yates (toim.), *Discourse as data: a guide for analysis* (s. 189–228). Lontoo: Sage

Ernst, M., Niederer, D., Werner, A. M., Czaja, S. J., Mikton, C., Ong, A. D., Rosen, T., Brähler, E., & Beutel, M. E. (2022). Loneliness before and during the COVID-19 pandemic: A systematic review with meta-analysis. *American Psychologist*, 77(5), 660–677.

Guner, T. A., Erdogan, Z., & Demir, I. (2023). The Effect of Loneliness on Death Anxiety in the Elderly During the COVID-19 Pandemic. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 87(1), 262–282. <https://doi.org/10.1177/00302228211010587>

Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>

Heidinger, T., & Richter, L. (2020). The Effect of COVID-19 on Loneliness in the Elderly. An Empirical Comparison of Pre-and Peri-Pandemic Loneliness in Community-Dwelling Elderly. *Frontiers in Psychology*, 11, 585308. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.585308>

Herbert, J., Ferri, L., Hernandez, B., Zamarripa, I., Hofer, K., Fazeli, M. S., Shnitsar, I., & Abdallah, K. (2023). Personality diversity in the workplace: A systematic literature review on introversion. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 38(2), 165–187. <https://doi.org/10.1080/15555240.2023.2192504>

Jentoft, E. E. (2023). Technology and older adults in British loneliness policy and political discourse. *Frontiers in Digital Health*, 5, 1168413. <https://doi.org/10.3389/fdgth.2023.1168413>

Jokinen, A., Juhila, A., & Suoninen, E. (1993). *Diskurssianalyysin aakkoset*. Tampere, Vastapaino.

Jokinen, A.; Juhila, K., & Suoninen, E. (2016a). Diskursiivinen maailma: Teoreettiset lähtökohdat ja analyyttiset käsitteet. Teoksessa Jokinen, Arja; Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (Toim.) *Diskurssianalyysi. Teoriat, peruskäsitteistö ja käyttö*. Vastapaino. Tampere. Junttila, N. (2018). *Kaiken keskellä yksin: Aikuisten yksinäisyydestä*. Helsinki. Tammi.

Kestilä, L., Kapiainen, S., Mesiäislehto, M. & Rissanen, P. (toim.). 2022. Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen Asiantuntija-arvio, kevät 2022. *Terveyden ja hyvinvoinnin laitos*. Saatavilla [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL\\_Rap4\\_2022\\_Covidseuranta\\_kevat\\_2022\\_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144268/THL_Rap4_2022_Covidseuranta_kevat_2022_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y), 25.1.2023

Knuutila, M. T., Rautiainen, L., Lehti, T. E., Karppinen, H., Kautiainen, H., Strandberg, T. E., Öhman, H., Savikko, N. M., Jansson, A. H., & Pitkälä, K. H. (2023). Impact of the COVID-19

Pandemic on Older People's Loneliness: Findings from a Longitudinal Study between 2019 and 2021 among Older Home-Dwellers in Finland. *The Journal of Nutrition, Health and Aging*, 27(8), 619–625. <https://doi.org/10.1007/s12603-023-1949-2>

Kohonen, I. Kuula-Luumi, A. & Spoof, S-K. 2019 Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa, Tutkimustieteellisen neuvottelukunnan julkaisu. Yleiset eettiset periaatteet, 7. Viitattu 23.10.2024. [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2019.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf)

Kotwal, A. A., Holt-Lunstad, J., Newmark, R. L., Cenzer, I., Smith, A. K., Covinsky, K. E., Escueta, D. P., Lee, J. M., & Perissinotto, C. M. (2021). Social Isolation and Loneliness Among San Francisco Bay Area Older Adults During the COVID -19 SHELTER-IN-PLACE Orders. *Journal of the American Geriatrics Society*, 69(1), 20–29. <https://doi.org/10.1111/jgs.16865>

Kovacs, B., Caplan, N., Grob, S., & King, M. (2021). Social Networks and Loneliness During the COVID-19 Pandemic. *Socius: Sociological Research for a Dynamic World*, 7, 237802312098525. <https://doi.org/10.1177/2378023120985254>

Kuula, A. (2011). *Tutkimusetiikka: Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Tampere. Vastapaino.

Laaninen, M., & Niemelä, M. (2023). Koettu yksinäisyys Suomessa 2016–2022. *Yhteiskuntapolitiikka*, 88(3), 237–247.

Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10(2), 155–183. [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(90\)90008-R](https://doi.org/10.1016/0273-2297(90)90008-R)

Locke, A., & Budds, K. (2020). Applying critical discursive psychology to health psychology research: A practical guide. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 8(1), 234–247. <https://doi.org/10.1080/21642850.2020.1792307>

Long, C. R., Seburn, M., Averill, J. R., & More, T. A. (2003). Solitude Experiences: Varieties, Settings, and Individual Differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(5), 578–583. <https://doi.org/10.1177/0146167203029005003>

Long, E., Patterson, S., Maxwell, K., Blake, C., Bosó Pérez, R., Lewis, R., McCann, M., Riddell, J., Skivington, K., Wilson-Lowe, R., & Mitchell, K. R. (2022). COVID-19 pandemic and its impact on social relationships and health. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 76(2), 128–132. <https://doi.org/10.1136/jech-2021-216690>

Malli, M. A., Ryan, S., Maddison, J., & Kharicha, K. (2023). Experiences and meaning of loneliness beyond age and group identity. *Sociology of Health & Illness*, 45(1), 70–89. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.13539>

Mann, F., Wang, J., Pearce, E., Ma, R., Schlieff, M., Lloyd-Evans, B., Ikhtabi, S., & Johnson, S. (2022). Loneliness and the onset of new mental health problems in the general population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 57(11), 2161–2178. <https://doi.org/10.1007/s00127-022-02261-7>

Martinussen, M., & Wetherell, M. (2019). Affect, practice and contingency: Critical discursive psychology and Eve Kosofsky Sedgwick. *Subjectivity*, 12(2), 101–116. <https://doi.org/10.1057/s41286-019-00071-y>

McClelland, H., Evans, J. J., Nowland, R., Ferguson, E., & O'Connor, R. C. (2020). Loneliness as a predictor of suicidal ideation and behaviour: A systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Journal of Affective Disorders*, 274, 880–896. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.004>

Neves, B. B., & Petersen, A. (2024). The social stigma of loneliness: A sociological approach to understanding the experiences of older people. *The Sociological Review*, 00380261231212100. <https://doi.org/10.1177/00380261231212100>

Niska, Miira, Satu Venäläinen, Antero Olakivi, ja Jose A. Cañada, toim. 2024. Sosiaalinen konstruktionismi – Miten tarkastella tulkintojen ja todellisuuden sosiaalista rakentumista. Vastapaino. doi:10.58181/VP9789523970458.

Palgi, Y., Shriram, A., Ring, L., Bodner, E., Avidor, S., Bergman, Y., Cohen-Fridel, S., Keisari, S., & Hoffman, Y. (2020). The loneliness pandemic: Loneliness and other concomitants of depression, anxiety and their comorbidity during the COVID-19 outbreak. *Journal of Affective Disorders*, 275, 109–111. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.036>

Parker, I. (2002). *Critical Discursive Psychology*. Palgrave Macmillan. New York.

Perlman, D., & Peplau, L. (1981). Toward a social psychology of loneliness. Teoksessa S. Duck & R. Gilmour (toim.), *Personal Relationships 3: Personal Relationships in Disorder* (s. 31–56). London: Academic Press.

Philpot, L. M., Ramar, P., Roellinger, D. L., Barry, B. A., Sharma, P., & Ebbert, J. O. (2021). Changes in social relationships during an initial “stay-at-home” phase of the COVID-19 pandemic: A longitudinal survey study in the U.S. *Social Science & Medicine*, 274, 113779. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113779>

Potter, J. & Wetherell, M. (1987). *Discourse and Social Psychology*. SAGE Publications Ltd. Lontoo.

Powell, V. D., Kumar, N., Galecki, A. T., Kabeto, M., Clauw, D. J., Williams, D. A., Hassett, A., & Silveira, M. J. (2022). Bad company: Loneliness longitudinally predicts the symptom cluster of pain, fatigue, and depression in older adults. *Journal of the American Geriatrics Society*, 70(8), 2225–2234. <https://doi.org/10.1111/jgs.17796>

Rahikka, A., Annaniemi, V., & Suutari, S. (2020). Ikääntyvien naisten kokema yksinäisyys. *Gerontologia*, 34(2), Article 2. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.77397>

Rinne, J., Kajander, A., & Haanpää, R. (Toim.). (2020). Affektit ja tunteet kulttuurien tutkimuksessa. Suomen kansatieteilijöiden yhdistys Ethnos ry. <https://doi.org/10.31885/9789526850962>

Sajavaara, K., & Piirainen-Marsh, A. (2000). *Kieli, diskurssi & yhteisö*. Jyväskylä. Jyväskylän yliopistopaino.

Sayin Kasar, K., & Karaman, E. (2021). Life in lockdown: Social isolation, loneliness and quality of life in the elderly during the COVID-19 pandemic: A scoping review. *Geriatric Nursing*, 42(5), 1222–1229. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2021.03.010>

Schütz, D. M., Rossi, T., De Albuquerque, N. S., Costa, D. B., Machado, J. S., Fritsch, L., Gosmann, N., Mastrascusa, R. C., Sessegolo, N., Bottega, V. R., Wearick-Silva, L. E., Moret-Tatay, C., Della Gatta, F., & Irigaray, T. Q. (2024). The Relationship between Lifestyle, Mental Health, and Loneliness in the Elderly during the COVID-19 Pandemic. *Healthcare*, 12(9), 876. <https://doi.org/10.3390/healthcare12090876>

Suomalaisen Kirjallisuuden Seura (SKS): Yksinäinen - yhdessä ja erikseen 2020–2021 [sähköinen tietoaaineisto]. Versio 1.0 (2022-07-11). Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [jakaja]. <https://urn.fi/urn:nbn:fi:fsd:T-FSD3609>

Svendsen, L. (2015). *Yksinäisyyden filosofia*. Jyväskylä. Keski-Suomen Sivu Oy.

Tilastokeskus. (2023). Sukulaisia ja ystäviä tavattiin vuonna 2022 aiempaa vähemmän—Yksinäisyys lisääntyi. Tilastokeskus. <https://www.stat.fi/uutinen/sukulaisia-ja-ystavia-tavattiin-vuonna-2022-aiempaa-vahemman-yksinaisyys-lisaantyi>

Tilastokeskus. (2023). Yksinäisyyttä koki 29,7 % 16 vuotta täyttäneistä henkilöistä vuonna 2022. <https://www.stat.fi/julkaisu/cl8sh640so9n30bw7s21tu6s8>

Tomaz, S. A., Coffee, P., Ryde, G. C., Swales, B., Neely, K. C., Connelly, J., Kirkland, A., McCabe, L., Watchman, K., Andreis, F., Martin, J. G., Pina, I., & Whittaker, A. C. (2021). Loneliness, Wellbeing, and Social Activity in Scottish Older Adults Resulting from Social Distancing during the COVID-

19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4517.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph18094517>

Uotila, H., & Jolanki, O. (2022). Kotona asuvien 60 vuotta täyttäneiden ihmisten yksinäisyys koronapandemian aikana. *Gerontologia*, 36(3), 271–290.  
<https://doi.org/10.23989/gerontologia.111969>

Uotila, H., Lumme-Sandt, K., & Saarenheimo, M. (2011). Lonely older people as a problem in society – construction in Finnish media. *International Journal of Ageing and Later Life*, 5(2), 103–130. <https://doi.org/10.3384/ijal.1652-8670.1052103>

Weiss, R. (1973). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. The MIT Press. Cambridge.

Wetherell, M. (1998). Positioning and Interpretative Repertoires: Conversation Analysis and Post-Structuralism in Dialogue. *Discourse & Society*, 9(3), 387–412.  
<https://doi.org/10.1177/0957926598009003005>

Wetherell, M. (2012). *Affect and Emotion. A New Social Science Understanding*. SAGE Publications Ltd. Lontoo.

Wetherell, Margaret & Potter, Jonathan (1988). *Discourse analysis and the identification of interpretative repertoires*. SAGE Publications.

Wetherell, M., Taylor, S. & Yates S., J. (2001). *Discourse as Data. A Guide For Analysis*. SAGE Publications Ltd. Lontoo.

Wetherell, M., Taylor, S. & Yates S., J. (2001). *Discourse Theory and Practice. A Reader*. SAGE Publications Ltd. Lontoo.

Wetherell, M. (1998). Positioning and Interpretative Repertoires: Conversation Analysis and Post-Structuralism in Dialogue. *Discourse & Society*, 9(3), 387–412.  
<https://doi.org/10.1177/0957926598009003005>



Wilkinson, E. (2022). Loneliness is a feminist issue. *Feminist Theory*, 23(1), 23–38.  
<https://doi.org/10.1177/14647001211062739>

Yuldashev, F., & Al, E. (2021). The Study Of Socio-Psychological Problem Of Loneliness. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(12), Article 12.

Ågren, A. (2017). What are we talking about? Constructions of loneliness among older people in the Swedish news-press. *Journal of Aging Studies*, 41, 18–27.  
<https://doi.org/10.1016/j.jaging.2017.03.002>

Ågren, A., & Pavlidis, G. (2023). Sense-Making of Loneliness and Exclusion From Social Relations Among Older Adults in Sweden. *The Gerontologist*, 63(7), 1140–1148.  
<https://doi.org/10.1093/geront/gnad005>