

Tanja Niemelä

TOINEN PERHE

Ruoka-avun asiakkaiden kokemuksia ruoka-avussa asioinnista ja sen tuottamasta sosiaalisesta hyvinvoinnista

Opinnäytetyö

Kevät 2015

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Seinäjoen Ammattikorkeakoulu

Tutkinto-ohjelma: Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi AMK

Tekijä: Tanja Niemelä

Työn nimi: Toinen perhe – Ruoka-avun asiakkaiden kokemuksia ruoka-avussa asioinnista ja sen tuottamasta sosiaalisesta hyvinvoinnista

Ohjaaja: Mirva Siltakorpi

Vuosi: 2015

Sivumäärä: 96

Liitteiden lukumäärä: 1

Tämä opinnäytetyö tarkastelee ruoka-avun asiakkaiden kokemuksia ilmaisruoan hakemisesta Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruokajakelusta, sekä sen tuottamasta sosiaalisesta hyvinvoinnista. Painopiste on asiakkaiden itsensä antamissa merkityssuhteissa. Tutkimus keskittyi selvittämään, miten ruoan jakamisen fyysinen tilanne viikoittaisine kohtaamisineen tuki asiakkaidensa sosiaalista hyvinvointia. Tutkimuskysymykset olivat: millaisena ruoka-avun asiakkuus koetaan, ja millainen sosiaalista hyvinvointia tuottava merkitys ruoka-avun sosiaalisella ulottuvuudella on ollut asiakkaille.

Tutkimusmenetelmänä toimi laadullinen tutkimus, ja aineisto hankittiin teemahaastatteluilla. Tutkimusta varten haastateltiin kymmentä ruoka-avun asiakasta. Heistä suurin osa oli pitkäaikaisia asiakkaita, mutta vertailun vuoksi myös uudempia asiakkaita haastateltiin. Opinnäytteen teoriaosuus käsittelee kahtena pääkäsitteenä ruoka-apua ja sosiaalista hyvinvointia. Näiden isompien teemojen alle lukeutuu aihepiireihin liittyvää käsitteistöä, kuten ruokapankkien historiaa, erilaisia ruoan jaon muotoja sekä sosiaalisen hyvinvoinnin kautta sosiaalisia suhteita, yhteisöllisyyttä, sosiaalista pääomaa sekä tukea. Tulososiossa kuvataan tutkimuksen toteuttamista, kuten aineiston keruuta ja analysointia sekä keskeisimpiä tuloksia, joita haastatteluista nousi esiin.

Tutkimuksen tuloksista nousi esiin ruoka-avun merkitys positiivisena kokemuksesta. Vaikka asiointin leimaavuus oli jollain tasolla havaittavissa, silti kokonaisuutena ruoka-avussa asiointi koettiin erittäin miellyttävänä. Positiiviset kokemukset olivatkin niin merkittäviä, että ne jopa vähensivät ruoka-avun leimaavuutta. Toinen päähuomio tutkimuksen tuloksissa oli sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisuus. Näytti siltä, kaikille asiakkaille ruoka-avussa syntyneellä sosiaalisella vuorovaikutuksella oli jonkin verran sosiaalista hyvinvointia tuottava vaikutus. Toisille asiakkaille kokemus oli suurempi kuin toisille, riippuen asiakkuuden kestosta, persoonallisista ominaisuuksista ja omasta halusta päästä osaksi yhteisöä.

Avainsanat: elintarvikeapu, sosiaalinen hyvinvointi, yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma, sosiaalinen tuki

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree programme in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social services

Author: Tanja Niemelä

Title of thesis: Another Family – Experiences of Food Distribution Clients about Food Aid and the Well-Being It Brings

Supervisor: Mirva Siltakorpi

Year: 2015

Number of pages:96

Number of appendices:1

This thesis examines food aid customers' experiences with food division services and the social welfare related to that. The emphasis is on the importance of relations with customers in their own subject matter. The study focused on explaining how the food distribution actually takes place in the weekly encounters with the support customers of social welfare. The research questions were: How are food distribution customers perceived? What kind of social well-being has a productive role in the food distribution brought for customers?

The research method was qualitative research work, and the data was collected by theme interviews. Ten food distribution customers were interviewed. The majority of them were long-term customers, but there were also newer clients that were interviewed, for the sake of comparison. The theoretical part of the thesis deals with two main concepts: food assistance and social welfare. Under these larger themes there can be found other related concepts, such as food banks in history, a variety of food forms of division and social well-being through social relationships, community, social capital, as well as support. The results section describes the implementation of the research, such as data collection, analysis, and the main results that emerged from the interviews.

According to the results of the study, food distribution's importance is perceived as a positive experience. Although for food aid transactions stigma was noticed at some level, yet as a whole food aid transactions were considered very comfortable. Food aid positive experiences were so significant that they even reduced the food stamp assistance. Another main focus of the study results was the social well-being side of food aid on a whole. It seemed that the food aid customers' social interaction had some impact on the social well-being. For some customers, the experience about productive elements of food aid social well-being was greater than for others, depending on the duration of the customer relationship, personal characteristics and their own desire to be part of the community.

Keywords: food distribution, social welfare, community, social capital, social support

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ	4
Kuvioluettelo.....	6
1 JOHDANTO.....	7
2 TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TAVOITTEET	9
2.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset.....	9
2.2 Yhteistyötahon kuvaus.....	10
2.3 Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys	12
2.4 Aihetta käsitteleviä aikaisempia tutkimuksia.....	14
3 RUOKAPANKEISTA LEIPÄJONOIHIN	17
3.1 Diakonia ruokapankkitoiminnan taustalla	17
3.2 Ruoka-apu osana suomalaista yhteiskuntaa.....	19
3.3 Ruokaa jakavat tahot Seinäjoella	22
3.4 Ruoka-avun asiakkaiden asema ja hyvinvointi	23
3.5 Köyhyys ja sen tuoma häpeä	24
4 SOSIAALINEN HYVINVOINTI	27
4.1 Hyvinvoinnin teoriat ja sosiaalinen hyvinvointi.....	28
4.2 Sosiaalinen hyvinvointi pohjautuu sosiaalisiin suhteisiin	30
4.3 Yhteisö ja yhteisöllisyys sosiaalisen hyvinvoinnin rakentajina	32
4.4 Sosiaalinen pääoma yhteisöllisyyden tuotoksena	35
4.5 Sosiaalinen tuki ponnistaa yhteisöstä	39
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	41
5.1 Tutkimusmenetelmän valinta, aineiston keruu ja analysointi	41
5.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	45
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	49
6.1 Haastateltavien taustatiedot.....	50
6.2 Ruoka-avun kokemukset.....	51
6.3 Sosiaalinen hyvinvointi.....	55
6.3.1 Sosiaaliset suhteet ruoka-avussa.....	56

6.3.2	Ruoka-avun yhteisöllisyys	60
6.3.3	Ruoka-apu sosiaalisen pääoman tuottajana	63
6.3.4	Sosiaalinen tuki.....	69
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	71
7.1	Ruoka-avussa asioinnin kokemukset	72
7.2	Ruoka-avun vaikutus asiakkaiden sosiaaliseen hyvinvointiin	74
7.3	Yhteenvetoa keskeisistä johtopäätöksistä	82
8	POHDINTA	84
	LÄHTEET	87
9	LIITTEET	94

Kuvioluettelo

Kuvio 1. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys.....	13
Kuvio 2. Sosiaalisen hyvinvoinnin teemakokonaisuus.....	27
Kuvio 3. Tulososion rakenne.....	49
Kuvio 4. Positiivisen kokemuksen osatekijät ja niiden suojaava vaikutus leimaavuuden tunteeseen.....	73
Kuvio 5. Sosiaalisen hyvinvoinnin teemakokonaisuus syventää ruoka-avun sosiaalista ulottuvuutta	74
Kuvio 6. Ruoka-avun avoin ja suljettu yhteisö	78
Kuvio 7. Primaaritason tuen saamisen kokemus ruoka-avussa	81

1 JOHDANTO

Ruoka-apu eri muodoissaan on juurtunut viime vuosina osaksi suomalaista katu-kuvaa. Näyttäisi siltä, että yhteiskuntaamme on kahden viimeisen vuosikymmenen aikana vakiintunut väestöryhmä, joka ei enää tule toimeen ilman jaettavaa ruoka-apua, vaan kokee sen selviytymiselleen välttämättömäksi. Tämä kertonee suomalaisen hyvinvointivaltion kehnosta tilasta. (Grönlund & Hiilamo 2006, 33.) Tyypillisimmin ruoka-apua kutsutaan yleisessä keskustelussa ruokapankeiksi tai leipä-jonoiksi, mutta myös ruokajakoina, tai -jonoina saatetaan ilmiötä nimellisesti kuva-ta. Nämä kaikki kuitenkin puhuvat samasta ilmiöstä: ruoan jakamisesta pienituloi-selle väestölle. Ajankohtaisuutensa vuoksi ruoka-apu on noussut viime vuosina sekä tutkijoiden että mediankin kiinnostuksen kohteiksi. Tutkimukset ovat pitkään keskittyneet pohtimaan, millaisia asiakkaita ruoka-avussa käy, ja mitkä syyt ovat ajaneet ihmisiä ilmaisruoan pariin. Useissa tutkimuksissa on eräänlaisena sivu-huomiona noussut esiin ruoka-avun määrittelemätön sosiaalinen ulottuvuus. Tä-män huomion on tehnyt myös Siiki (2008, 158), joka toteaa tutkimustaan Myllypu-ron ruoka-apua käsittelevässä artikkelissa, että ruoka-apu sisältää myös asiakkai-den hyvinvointia tuottavia ulottuvuuksia. Hän näkee paikallisilla ruoka-avulla ole-van syrjäytymistä ehkäisevä vaikutus ennen kaikkea niiden sosiaalisen ulottuvuu-den vuoksi. Myös monet muut tutkijat ovat viime vuosina sivunneet ruokapankkien sosiaalista ulottuvuutta.

Ruoka-avun sosiaalisen ulottuvuuden osa-alueet ovat aiemmissa tutkimuksissa jääneet enemmän ja vähemmän pimentoon, eikä päähuomio ole tähän asti kiinnit-tynyt niihin. Tämä onkin harmillista, sillä juuri näissä ruoka-avun sosiaalisen hyvin-voinnin elementeissä saattaisi olla väline ruoka-avun asiakkaiden syrjäytymisen ehkäisemiseen. Ohisalo ja Saari (2014, 110-111) nimittäin painottavat suurimman osan ruoka-avun asiakkaista olevan huono-osaista väestöä, joiden parissa esiintyy enemmän työttömyyttä, sairauksia sekä elämänhallinnallisia ongelmia kuin tavalli-sesti. Tällöin riski syrjäytymiseen ja pahoinvointiin on muuta väestöä suurempi. Jotta voitaisiin tietää, miten ruoka-avun sosiaalinen ulottuvuus ehkäisisi asiak-kaidensa syrjäytymistä, on selvitettävä mistä ihmisen hyvinvointi oikeastaan koos-tuu. Kotiranta, Haaki ja Niemi (2011, 242) painottavat ihmisen hyvinvoinnin olevan kokonaisvaltaista ja olevan parhaimmillaan silloin, kun sen osa-alueet ovat tasa-

painossa keskenään. Näillä osa-alueilla voidaan tarkoittaa esimerkiksi Allardtin (1976, 38) hyvinvoinnin elementtejä *having*, *loving* ja *being*, joilla tarkoitetaan ihmisen elintason turvaamista, ihmisenä olemista sekä yhteisyyssuhteiden ylläpitämistä. Näistä erityisesti *loving*-osa-alueen voidaan ajatella liittyvän suorasti sosiaaliseen hyvinvointiin, koska se muotoutuu ennen kaikkea yhteydessä muihin ihmisiin. Tuomela ja Mäkelä (2011, 87) kertovat ihmisen olevan sosiaalinen olento, joka tarvitsee muita ihmisiä ympärilleen voidakseen hyvin. Sosiaalisuutensa vuoksi ihmiset hakeutuvatkin tyydyttäviin vastavuoroisiin suhteisiin sekä yhteisöihin. Yhteisöillä tarkoitetaan ihmisten yhteyksien kautta muodostuneita rakenteita: kun yksilö liittyy toisiin yksilöihin, yksityisyys muuttuu yhteiseksi ja syntyy yhteisö. (Heinonen 2008, 14.) Yhteisöjäsenyys liittyy puolestaan yksilön tiettyyn ympäristöön, tarjoaa mahdollisuuden sosiaalisten verkostojen rakentamiseen ja omien sosiaalisten taitojen kehittämiseen sekä vastavuoroiseen tukeen. Nämä vahvistavat yhteisön me-henkeä. Tätä yhteisöissä syntyvää aineetonta luottamuspääomaa kutsutaan sosiaaliseksi pääomaksi. (Lääti 2013, 4.)

Tässä opinnäytteessä pyritään selvittämään millaisia kokemuksia ruoka-avussa asiointi on tuonut asiakkailleen. Lisäksi syvennytään paljon puhuttuun ruoka-avun sosiaaliseen ulottuvuuteen. Tarkoituksena on selvittää, tuottaako Seinäjoen Hel-luntaiseurakunnan ruoka-apu asiakkailleen sosiaalista hyvinvointia. Painopiste on ruoan jakamisen fyysisessä tilanteessa ja kohtaamisissa, joita tuolloin koetaan. Sosiaalisen hyvinvoinnin elementtejä ovat tässä tutkimuksessa sosiaaliset suhteet, yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma sekä tuki. Näiden pienempien teemakokonaisuuksien avulla pyritään selvittämään, millainen merkitys ruoka-avulla on asiakkaidensa sosiaaliseen hyvinvointiin ja millaisen painoarvon he itse sille antavat sosiaalisena toimintana. Sisällöllisesti työ alkaa opinnäytteen tausta ja tavoitteet -osiolla, jossa kuvataan muun muassa tutkimuksen tarkoitusta ja yhteistyötahoa. Teoriaosuudessa avataan ruokapankkien tematiikkaa, sekä toisena aihekokonaisuutena sosiaalista hyvinvointia alateemoineen. Työssä kuvataan myös tutkimusprosessia pyrkien mahdollistamaan luotettavan tutkimuskokonaisuuden. Tuloksissa esitellään tutkimuksen keskeisimmät tulokset hyödyntäen jonkin verran asiakkaiden suoria lainauksia. Tällä tavoin nostetaan esille asiakkaiden oma ääni. Lopuksi johtopäätöksissä pyritään kuromaan yhteen teoria ja tutkimuksen keskeisimmät tulokset.

2 TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TAVOITTEET

Mielenkiinto tämän opinnäytetyön aiheeseen nousi, kun opinnäytteen tekijä suoritti opiskelujen aikana harjoittelun Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avussa. Siellä asiakkaiden keskuudessa korostui vahva yhteishenki ja yhteisöllisyys, joka näkyi kaikessa toiminnassa. Vaikutti siltä, että ruokaa hakiessa asiakkaat kokivat voimaantumista, kun he saivat kohdata muita samassa tilanteessa eläviä ihmisiä. Näiden huomioiden pohjalta nousi ajatus tämän opinnäytetyön sisältöihin ja teemaan. Tässä kappaleessa esitellään tarkemmin opinnäytetyön taustaa, tutkimuksen tavoitetta sekä tutkimuskysymyksiä. Myös yhteistyötahoa kuvataan, sekä tehdään läpileikkaus tämän aihepiirin kannalta oleellisiin aiempiin tutkimuksiin. Lisäksi tässä kappaleessa avataan tutkimuksen teoreettista viitekehystä, sen teemoja, sisältöjä sekä keskeisten teemojen suhdetta toisiinsa.

2.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Ruoka-apujen sosiaalinen ulottuvuus on jonkin verran tutkittu, mutta kohtuullisen uusi ilmiö, jonka syvällisempään tutkimiseen ei ole vielä keskitytty. Silti varsinkin tämän opinnäytetyön yhteistyötahon ruoan jakamisen tilannetta tarkastellessa on mahdollista huomata, kuinka suuri rooli sosiaalisella ulottuvuudella ruoka-avun asiakkaille onkaan. Tässä opinnäytteessä pyritään pureutumaan ruoka-apuun sosiaalisena ilmiönä ja selvittämään, millainen vaikutus ruoan hakemisella on asiakkaidensa sosiaaliseen hyvinvointiin. Sosiaalisen hyvinvoinnin pääpaino keskittyy tässä tutkimuksessa nimenomaan ruoan jakamisen fyysisessä tilanteessa syntyviin elementteihin, kuten sosiaalisiin suhteisiin ja yhteisöllisyyteen. Käsitteen pienempinä alateemoina toimivatkin sosiaaliset suhteet, ruoka-avun yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma sekä tuki. Huomio kiinnitetään siis erityisesti ruoka-avun fyysiseen tilanteeseen, ei niinkään asiakkaiden valmiuksiin tai voimavaroihin muualla arjessaan. Joskin näitäkin sivutaan, jotta voidaan ymmärtää asiakkaiden antamia merkityssuhteita. Lisäksi tässä tutkimuksessa pyritään selvittämään, millaiset kokemukset asiakkailla on ruoan hakemisesta. Koetaanko se miellyttävänä vai epämiellyttävänä, onko siinä leimaavia elementtejä ja mistä osatekijöistä kokemukset ovat syntyneet.

Opinnäytteen tutkimuskysymyksiä ovat

1. Millaisena ruoka-avun asiakkuus koetaan?
 - a. Kokemukset
 - b. Leimaavuus
2. Millainen sosiaalista hyvinvointia tukeva merkitys ruoka-avun sosiaalisella ulottuvuudella on asiakkaalle?
 - a. Sosiaaliset suhteet
 - b. Yhteisöllisyys
 - c. Sosiaalinen pääoma
 - d. Tuki

2.2 Yhteistyötahon kuvaus

Opinnäyte on tehty yhteistyössä Seinäjoen Helluntaiseurakunnan diakoniatyön kanssa, jonka alaisuudessa toimii Seinäjoen ainoa säännöllinen, useita kertoja viikossa järjestettävä ruoka-apu. Opinnäytteen teemaan ja aiheeseen liittyen nähdään juuri tämän seurakunnan toteuttama ruoka-apu sopivana sen säännöllisen ja toistuvan luonteen vuoksi. Tutkimuksessa pyritään selvittämään, tukeeko ruoka-apu ja siihen osallistuminen asiakkaiden sosiaalista hyvinvointia yhteisöllisen luonteensa vuoksi. Monet yhteisöjen tutkijat toteavat, että tuottaakseen sosiaalista hyvinvointia ja sosiaalista pääomaa, yhteisön ja siinä vaikuttavien sosiaalisten suhteiden tulee olla riittävän säännöllisessä kontaktissa keskenään. (Tuomela & Mäkelä 2011, 88.) Tällöin Seinäjoen muut ruokaa jakavat tahot eivät tulleet kysymykseen tämän tutkimuksen kohdalla, sillä niitä järjestetään harvemmin kuin useita kertoja viikossa.

Seinäjoen Helluntaiseurakunta tarjoaa monenlaisia palveluita diakoniatyön eri tarpeisiin. Seurakunnalla on kaksi palkattua diakonia ja kaksi oman toimen ohella toimivaa diakonia. Diakoniatyötä kehittämään on luotu myös diakoniatyön strate-

giaryhmä, johon kuuluu sosiaalialan ammattilaisia sekä vaikuttajia. Tämän lisäksi seurakunnalla on noin sata vapaaehtoista, jotka tekevät omalta osaltaan käytännöllistä diakoniatyötä. Koska seurakunta edustaa kolmannen sektorin roolia tuottamissaan sosiaalialan palveluissa, vapaaehtoisten rooli on suuri. Vapaaehtoiset koulutetaan ja valmennetaan työtehtäviinsä, ja heille on olemassa myös vertaistukiryhmä hyvinvoinnin edistämiseksi. (Seinäjoen Helluntaiseurakunta 2014, 2.) Helluntaiseurakunnan diakoniatyö voidaan jakaa kolmeen ryhmään työn sisällön perusteella. Niitä ovat ikäihmisten parissa tehtävään työ, vähäosaisten avustaminen sekä perinteinen diakoniatyö. Lisäksi aluillaan on myös vammaistyö, joskin tämän diakoniatyön muodot vielä hakevat raamejaan.

Perinteisellä diakoniatyöllä tarkoitetaan eniten hengellistä tukea sisältävää diakoniatyötä, kuten sairaalarukouspalvelua, diakoniatyön palvelevaa puhelinta ja henkilökohtaisia keskusteluita asiakkaan kanssa. Ikääntyvien diakoniatyöhön puolestaan kuuluvat lauluvierailut 13 vanhainkotiin, sekä ehtoollisen vienti, kotiin tai palvelulaitokseen, huonokuntoisille ikääntyneille. Ehtoollista toimittavat vain seurakunnan johtoryhmän jäsenet tai diakonit, mutta eivät vapaaehtoiset. Diakoniatyö tarjoaa myös ystäväpalvelua kaikille halukkaille yli 75-vuotiaille, sekä myös nuoremille, joilla on uhka syrjäytyä sairauden tai muun elämäntilanteen vuoksi. Seurakunnan perinteiseen diakoniatyöhön kuuluu myös diakoniatyön ympärivuorokautinen päivystävä puhelin sekä sairaalarukouspalvelu, jota toteutetaan aina yhteistyössä sairaalapastorin kanssa. Myös perinteinen sielunhoito on osa perinteiseksi miellettyä diakoniatyötä. Sekä ikääntyville tarjottava diakoniatyö, että perinteiseen diakoniatyöhön kuuluvat palvelut koskettavat pääosin vain seurakunnan jäseniä. (Seinäjoen Helluntaiseurakunta 2014, 3-7.)

Tämän tutkimuksen kannalta oleellisin diakoniatyön muoto liittyy vähäosaisten avustamiseen. Siihen lukeutuvat viikoittain neljä kertaa järjestettävä ruoka-apu, kerran kuukaudessa tarjottava ilmainen lounas, sekä kerran kuukaudessa vaatejako. Jouluisin järjestetään myös jouluruokailu, johon voivat osallistua sosiaalitoimiston kautta kutsun saaneet. Helluntaiseurakunnan järjestämä viikoittaisen ruokaavun nimitys on puhekielessä ”ruokajakelu”. (Seinäjoen Helluntaiseurakunta 2014, 8.) Sillanpää (2014, 17) kertoo Ilkka-lehden artikkelissa, haastateltuaan ruokaavun järjestämisestä vastuussa olevaa diakoniatyöntekijä Tommi Merivirtaa, että

kaikki vähäosaisten avustamisen muodot ovat asiakkaille ilmaisia. Ruoka haetaan jaettavaksi kaupoilta, ja tuotteet ovat pääasiassa sellaisia, joiden päiväys on tulos- sa vastaan. Jaettavia tuotteita ovat muun muassa leivät, maitotuotteet, lihat, kasvikset, ja einekset. Artikkelin mukaan Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka- avussa asioi kerralla 40-50 henkilöä, mutta toisinaan heitä on jopa yli sata. Asiointi vaihtelee viikonpäivän mukaan.

Seinäjoen Helluntaiseurakunnan oppaan (Seinäjoen Helluntaiseurakunta 2014, 8) mukaan ruoka-avun kohderyhmänä ovat kaikki apua tarvitsevat, eivät vain seurakunnan omat jäsenet. Näin ollen ruokaa saa hakea kuka tahansa apua tarvitseva. Asiointi on täysin anonymiä, eikä edellytä henkilöllisyyden tai tulojen tarkastamista. Edellisten avustusten lisäksi seurakunta on tarjonnut myös kerran vuodessa EU -ruoka-avustusta, johon on kuulunut pussillinen pitkään säilyviä tuotteita, kuten lihasäilykkeitä, maitojauhetta, puuroaineksia, hernekeittoa, jauhoja, hapankorppuja ja niin edelleen. Näitäkin tarjottiin jokaiselle halukkaalle, edellyttäen kuitenkin oman nimen kuittaamista tuotekassia vastaan. Tällä hetkellä EU- ruoka-apua ei kuitenkaan tarjota kiristyneiden säästösten vuoksi Seinäjoen Helluntaiseurakunnalla lainkaan.

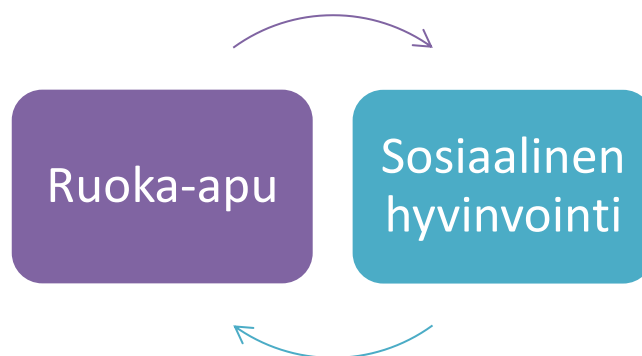
2.3 Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys

Tämän opinnäytteen ytimessä vaikuttaa kaksi pääkäsitettä, joiden teemojen ympärille aihe keskittyy. Näiden käsitteiden alle sijoittuu myös useita pienempiä teemakokonaisuuksia, joilla tuetaan pääkäsitteen ymmärtämistä ja sisällystä. Opinnäytteen teoreettista viitekehystä havainnollistetaan selventävällä kuviolla (kuvio 1). Sen tarkoituksena on pyrkiä avaamaan opinnäytteen teemallista kokonaisuutta, joka on opinnäytteessä läsnä sekä teoria että tulososiossa. Kuvio pyrkii myös kuvaamaan käsitteiden esiintymisjärjestystä työssä sekä niiden suhdetta toisiinsa. Opinnäytetyön teoriaosuus alkaa **ruoka-avun** teoriakokonaisuudella, jossa esitellään ruoka-avun erilaisia ilmenemismuotoja, sen historiaa sekä sen yhteyttä köyhyyteen. Yleisesti ruoka-avulla tarkoitetaan ilmaisen tai edullisen ruoan tarjoamista vähävaraiselle väestölle. Tyypillisesti ruokaa jakavat Suomessa luterilainen kirkko, erilaiset uskonnolliset yhteisöt sekä hyväntekeväisyysjärjestöt. (Hänninen ym.

2008, 8.) Ruoka-avun asiakaskunta on monissa tutkimuksissa todettu olevan huono-osaista väestöä, joilla esiintyy muuta väestöä enemmän sairauksia, elämänhallinnallisia ongelmia hyvinvoinnin vajetta. (Ohisalo & Saari 2014, 68)

Toinen tämän opinnäytteen pääkäsitteistä liittyy hyvinvoinnin laajaan teemakokonaisuuteen, painottuen erityisesti **sosiaaliseen hyvinvointiin**. Keltikangas-Järvinen (2010, 17) painottaa ihmisen olevan luonnostaan sosiaalinen olento, joka kaipaa muiden ihmisten seuraa ja siten hakeutuu vastavuoroisiin suhteisiin. Tätä yhdessä muiden kanssa syntyvää hyvinvointia voidaan kutsua sosiaalisesti hyvinvoinniksi. Allardt (1976, 42-43) kertoo, että sosiaalisen hyvinvointi tulee tyydytetyksi erilaisissa suhde-verkostoissa toisten ihmisten kanssa. Sosiaalisen hyvinvoinnin alateemoina painotetaan tässä tutkimuksessa konkreettisia ruoka-avun ympäristössä tapahtuviin kohtaamisiin liittyviä teemoja, kuten sosiaalisia suhteita, yhteisöllisyyttä, sosiaalista pääomaa ja tukea.

Koska ruoka-avun asiakkaat ovat monin paikoin huonosti voivaa väestöä, tässä tutkimuksessa pyritään selvittämään, miten ruoka-avussa asiointi koetaan, ja tuottaako se asiakkailleen sosiaalista hyvinvointia. Teoriaosuudessa esitetyt pääkäsitteet ruoka-apu ja sosiaalinen hyvinvointi alateemoineen todentuvat näin ollen tutkimuksen tulososiossa ja johtopäätöksissä yhdeksi kokonaisuudeksi, jossa kuvataan sosiaalista hyvinvointia ruoka-avun asiakaskunnan kokemana. Työ kulkee käsitteellisesti teoriaosuudessa ruoka-avusta sosiaaliseen hyvinvointiin, palaten tulososiossa ja johtopäätöksissä sosiaalisesta hyvinvoinnista ruoka-apuun yhdistäen nämä kaksi teemaa. Seuraavassa käsitteiden suhdetta selventävä kuvio 1.



Kuvio 1. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys.

2.4 Aihetta käsitteleviä aikaisempia tutkimuksia

Tässä opinnäytteessä tarkastelun kohteena ovat ruoka-avun asiakkaat, sekä heidän kokemuksensa ruoka-avun sosiaalista hyvinvointia tuottavista elementeistä. Näin ollen tutkimuksessa pyritään pureutumaan ruoka-apuun eräänlaisena sosiaalisena ilmiönä, selvittäen tukeeko sen yhteisöllinen luonne asiakkaidensa sosiaalista hyvinvointia. Sosiaalisen hyvinvoinnin alakäsitteiksi on määritelty konkreettista ruoan jakotilannetta kuvaamaan sosiaaliset suhteet, yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma ja tuki. Näitä pienempiä aihekokonaisuuksia koskettavia tutkimuksia esiintyy varsin paljon, varsinkin yhteisöllisyyttä on tutkittu viimeaikoina erityisen paljon. Myös ruoka-apu itsessään on noussut viime vuosina tarkastelun kohteeksi niin tutkijoiden, kuin valtaväestönkin tasolla. Seuraavaksi esitellään kuitenkin juuri tätä opinnäytettä tukevia aiempia tutkimuksia, liittyen ruoka-apuun sekä sosiaaliseen hyvinvointiin. Yksi tämän opinnäytteen kannalta kaikkein varteenotettavin tutkimus lienee Maria Ohisalon ja Juho Saaren (2014, 30, 68, 75) tutkimus ”Kuka seisoo leipäjonossa?”. Sen tarkoituksena oli selvittää, millainen ihminen on ruoka-avun asiakas ja miksi ruoka-avussa yleisesti asioidaan. Tutkimuksessa pyrittiin myös selvittämään, millaista koettu hyvinvointi ruoka-avussa asioivilla yleisesti oli, ja pystyivätkö he luottamaan viranomaisiin tai muihin ihmisiin.

Tutkimus oli erittäin laaja-alainen ja sen tuloksia kerättiin ympäri Suomea. Näin ollen sen tulosten voidaan ajatella olevan luotettavia ja yleistettäviä. Yksi mielenkiintoinen tulos, joka tutkimuksessa korostui, olikin, että yli puolet ruoka-avussa asioivista koki sosiaalista kohtaamista ruoka-avussa asioidessaan. Tärkeänä nähtiin erityisesti muiden asiakkaiden tapaaminen. Tämä oli monelle myös yksi määrittävä syy johonon hakeutumiseen. Muita syitä ruoka-avun pariin hakeutumiseen olivat yksinkertaisesti rahan vähyys, elinkustannusten nousu ja elämänhallinnalliset ongelmat. Lisäksi näytti siltä, että ruoka-avun asiakkaat luottivat tavallista vähemmän viranomaisiin, mutta luottamus toisiin asiakkaisiin koettiin muuta luottamusta vahvempana. (Ohisalo & Saari 2014, 75, 110-111.) Tässä opinnäytteessä pyritään jatkamaan syvemmälle tuota ruoka-avun sosiaalista ulottuvuutta selvittäen, mitä sosiaalista hyvinvointia tukevia elementtejä ruoka-avussa tarkemmin ottaen voidaan havaita? Tämä tutkimus lienee siis jatkoa Ohisalon ja Saaren tutkimuksen

tuloksille, sivuten muitakin tuloksia, mutta syventäen ennen kaikkea sen sosiaalista ulottuvuutta.

Tutkimuksia ihmisen sosiaalisesta hyvinvoinnista on tehty melko vähän. Tämän syynä lienee käsitteen tuoreus, vaikea hahmottaminen ja laajuus. Sosiaaliselle hyvinvoinnille ei nimittäin ole yksiselitteistä määritelmää, ja painotuseroja on runsaasti. Soile Läätin (2013) on tehnyt Pro gradu -tutkielman mielenterveyskuntoutujien sosiaalisesta hyvinvoinnista. Tämän opinnäytteen käsitteistö ja teemat ovat samankaltaisia Läätin kanssa, vaikkakin Läätin tutkimuksen kohteena ovat mielenterveyskuntoutajat, eivätkä ruoka-avun asiakkaat. Läätin (2013, 3) pyrki tutkielmasaan selvittämään, millaisista asioista koostuu mielenterveyskuntoutujien sosiaalinen hyvinvointi, ja millaisia merkityksiä sillä on. Hän painotti sosiaalisen hyvinvoinnin elementteinä erityisesti sosiaalisia suhteita, tukea ja yhteisöllisyyttä. Tämän opinnäytteen kannalta tutkielman mielenkiintoisin tulos lienee, että mielenterveyskuntoutajat kokivat yhteisöllä ja vertaisuuteen perustuvilla sosiaalisilla suhteilla olevan voimakkaasti sosiaalista hyvinvointia tuottava vaikutus. Tämä osoittautui samaistumisen kokemuksena, ymmärretyksi tulemisena sekä keinona torjua yksinäisyyttä. Yhteisöllä oli tutkimuksessa työtä paikkaava vaikutus. Kun haastateltavat olivat jääneet työelämän ulkopuolelle sairastumisensa vuoksi, yhteisöt vaikuttivat tukevan sosiaalista hyvinvointia paikaten toimettomuuden tunnetta. (Läätin 2013, 91.)

Myös Saari ym. (2012) ovat tehneet tutkimuksen liittyen Kuopion ruokapankin asiakkaiden kokemaan hyvinvointiin ja terveyteen. Samalla he selvittivät asiakkaiden kokemuksia ruokapankissa asiointista. Tämä tutkimus toteutettiin määrällisellä tutkimusmenetelmällä, joka ei ole ruoka-avun toimipisteitä tutkittaessa kovinkaan yleistä. Tutkimuksessa kävi ilmi, että ruoka-apua haki keskimäärin huono-osainen väestö, ja kokemukset ruoka-avussa asiointista olivat yleisesti positiiviset. Asiakkaiden hyvinvointi osoittautui melko hyväksi, joskin tyytymättömyyttä esiintyi erityisesti tulotasoon liittyen. Sen koettiin heikentävän elämänlaatua ja heikentävän osallisuutta. Erityisesti sosiaalisten suhteiden merkitys korostui tässäkin tutkimuksessa oleellisena osana ruoka-avussa asiointia. Näytti siltä, että juuri sosiaalisten suhteiden kautta ruoan jako koettiin sosiaalisesti merkittävänä ja syrjäytymistä ehkäisevänä. Vaikka tutkimuksessa tuli esille häpeää liittyen ruoan hakemiseen, suh-

tautuminen muihin asiakkaisiin oli erittäin positiivinen. Suhteet muihin asiakkaisiin koettiin miellyttävinä, eikä huolta maineen menettämisestä tai juoruilun pelosta esiintynyt muiden asiakkaiden keskuudessa. (Saari ym. 2012, 14, 20, 31-32.)

Näyttää siltä, että monessa tutkimuksessa on sivuttu ruoka-avun ”sosiaalista ulottuvuutta”, mutta usein sen sisällöt ovat jääneet pintapuolisiksi ja erittelemättömiksi. Se on monen tutkijan toimesta ikään kuin todettu, mutta sen sisältöihin ei ole vielä kunnolla perehdytty. Tämä opinnäyte lienee syvennystä alan edellisiin tutkimuksiin kuroen sosiaalisten suhteiden, yhteisöllisyyden, sosiaalisen pääoman sekä tuen teeman sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisuudeksi. Opinnäytteen johtopäätökset - osiossa pyritäänkin peilaamaan tässä tutkimuksessa esille tulleita tuloksia aiempien tutkimusten tuloksiin, sekä aiheesta koottuun teoriaan.

3 RUOKAPANKEISTA LEIPÄJONOIHIN

Käsitteenä ruoka-apu on eri muodoissaan tämän tutkimuksen kannalta oleellisessa asemassa, sillä tutkimus on toteutettu sen asiakaskunnan parissa. Ruoka-apua voidaan kutsua myös monilla muilla nimillä riippuen tuen muodosta ja antajatahosta. Tyypillisimmin ruoka-apua kutsutaan yleisessä keskustelussa ruokapankeiksi tai leipäjonoiksi, mutta myös ruokajakeluina tai elintarvikejakeluina saatetaan ilmiötä nimellisesti kuvata. Nämä kaikki kuvaavat kuitenkin samankaltaista ilmaisruoan jakamista, joka on suunnattu ennen kaikkea pienituloiselle väestölle. Tässä opinnäytteessä ilmiöstä käytetään termiä ruoka-apu. Yleisesti ruoka-avun ajatellaan olevan osa kristillisten kirkkojen diakoniatyön toimintamuotoa, mutta myös erilaiset yhdistykset ja vapaaehtoistoimijat voivat sitä halutessaan järjestää. (Hänninen ym. 2008, 8-9.) Ruoka-avun käsitteistöä avattaessa on syytä lähteä liikkeelle sen juurista, jotka perustuvat diakoniatyöhön. Jokelan (2011, 25-26) mielestä diakoniatyön voidaan ajatella olevan eräänlaista kirkon sosiaalityötä, joskin siihen kuuluu yleensä myös hengellinen elementti. Tässä kappaleessa edellisten lisäksi myös ruoan jakojen historiaa Suomessa sekä Seinäjoella, jossa tämän opinnäytteen yhteistyötaho sijaitsee. Lopuksi hahmotellaan myös ruoka-avussa asioivan väestön profiilia ja asemaa sekä köyhyyttä, joka liittyy läheisesti ruoka-avussa asioivaan väestöön.

3.1 Diakonia ruokapankkitoiminnan taustalla

Gothonin ja Jantusen (2010, 57) mukaan diakoniatyön määritelmät ovat moninaisia, sillä aihetta voidaan lähestyä joko käytännön työstä tai teologisesta tulkinnasta käsin. Käytännön tasolla diakonialla voidaan tarkoittaa palvelua, toivon välittämistä, tukemista, rukousta ja sielunhoitoa. Opinnäytteessä painotetaan diakoniatyön käytännöllisiä elementtejä, joten myös käsitteen määrittelyt tapahtuvat sen pohjalta käytännön työstä käsin, joskin sivuten käsitteen teologista pohjaa. Jotta toimintaa voitaisiin ymmärtää, on ymmärrettävä myös taustoja. Jokelan (2011, 23) mukaan diakoniatyön ydin on kristillisen rakkauden osoittaminen erilaisten palvelujen avulla. Hiilamo ja Hiilamo (2007, 33) täsmentävät kyseessä olevan Jumalalta vastaanotetun rakkauden välittäminen muille ihmisille, jotta hyveet voisivat päätyä

koko yhteisön hyödynnettäviksi. Diakonian varhaisten juurien uskotaan pohjautuvan aina laupiaan samarialaisen kertomukseen saakka, jossa avulias ohikulkija otti pahoinpidellyn ja ryöstetyn henkilön hoitaakseen. Ajatus tästä voidaan nähdä myös nykypäivänä luterilaisessa kirkkolaissa, johon diakoniatyö nykyisellään perustuu. (Helin, Hiilamo & Jokela 2010, 13.) Diakoniatyöllä tarkoitetaan kirkkolaissa kristillisestä rakkaudesta nousevaa palvelutyötä, jota tarjotaan niille jotka tarvitsevat apua eniten, ja joille yhteiskunnan muu apu ei välttämättä ulotu. Kirkkolaki velvoittaa jokaisessa seurakunnassa olevan vähintään yksi diakonin virka. Palkatun diakoniatyöntekijän lisäksi diakoniatyö kuuluu kuitenkin myös jokaiselle seurakuntalaiselle. (KL 4 § 1,3.)

Avarammillaan diakoniatyötä voidaan määritellä kuten Elenius (2007, 158) jonka mielestä diakonia voi tarkoittaa kaikkea toimintaa, jota tehdään lähimmäisen auttamiseksi. Sen keskeisiä periaatteita ovat ihmisten kokonaisvaltainen kohtaaminen, jolla tarkoitetaan tukemista niin sosiaalisesti, henkisesti, hengellisesti kuin aineellisestikin (Helin ym. 2010, 37). Myös Yeung (2007, 6) painottaa diakonian tarjoaman tuen olevan holistista, monipuolista ja ihmistä aidosti kohtaavaa. Hänen mukaansa esimerkiksi diakonian taloudelliseen avustamiseen täytyy kuulua aina myös tukea antava, tilannetta kartoittava keskustelu. Kohtaamisessa pyritään kokonaisvaltaisen elämäntilanteen arvioimiseen sekä ongelmien selvittämiseen. Näin ei kuitenkaan menetellä aina kaikkien seurakuntien tarjoamissa ruoka-avuisissa. Ruokaa jaetaan joissakin seurakunnissa myös ilman kartoittavaa keskustelua.

Jokelan (2011, 25-26) mielestä diakoniatyö on ihmisen auttamista, jota tapahtuu niin aineellisella, henkisellä kuin hengelliselläkin osa-alueella. Diakoniatyötä ei voida kutsua pelkästään sosiaalityöksi, koska se sivuuttaisi yhden diakoniatyön tärkeän elementin, hengellisyyden. Diakoniatyöllä on kuitenkin sama pohja kuin sosiaalityöllä yleensäkin, joten diakoniatyön periaatteina voidaan hyödyntää Talentian laatimia sosiaalialan eettisiä ohjeita. Niitä ovat ihmisarvon kunnioittaminen, oikeudenmukaisuus, itsenäisyys, elämäntilanteen hallinta, syrjäytymisen ehkäiseminen sekä osallisuuden edistäminen, syrjinnän ja väkivallan vastustaminen ja asiakkaan itsemääräämisoikeus sekä yksityisyys. (Talentia 2005.) Diakoniatyö on näin ollen luonteeltaan eräänlaista kristillistä kirkon toteuttamaa sosiaalityötä, joka pyrkii an-

tamaan äänen niille, jotka yhteiskunnassa syystä tai toisesta jäävät riittävän tuen ulkopuolelle. Näiden asiakkaiden ääni ei aina yhteiskunnassa kuulu.

Diakoniatyö osaltaan kolmannen sektorin toimijana peilaa toimintaansa koko ajan yhteiskunnan muuttuviin tilanteisiin, ja toimii näin ollen myös peilinä hyvinvointivaltion yhteiskunnallisesta tilanteesta sekä sen puutteista. Sekä Grönlund ja Hiilamo (2006, 33) että Juhila (2008, 42) kertovat diakoniatyötä kutsuttavan usein ”viimeiseksi luukuksi”, koska diakonian palveluiden piiriin hakeudutaan kun yhteiskunnan muut turvaverkot eivät enää riitä. Näin ollen diakonia pystyy osoittamaan yhteiskunnallisen sosiaalityön heikkouksia, koska diakoniatyön asiakkaiden ongelmassa näkyy hyvinvointivaltion tuen riittämättömyys. Pessi (2009, 187) vertaa diakoniatyön kautta Suomen yhteiskunnan tilannetta muihin pohjoismaihin kertoen, että kun muualla pohjoismaissa diakoniatyö täydentää yhteiskunnallista sosiaaliturvaa, Suomessa diakoniatyö paikkaa sitä. Se on siis ikään kuin eräänlaista hätäapua, jonka järjestämiseen on pakottava tarve yhteiskunnallisen tilanteen vuoksi. Kiiski (2013, 20) painottaa diakoniatyön muuttuvan yhteiskunnan muutoksen myötä koko ajan. Hänen nähdäkseen perinteiseksi diakoniatyöksi mielletävillä palveluilla, kuten mielenterveystyöllä, vanhustyöllä ja sielunhoidolla on edelleen tehtävänsä diakoniatyön kentässä, mutta yhä enenevässä määrin keskeiseksi työalueeksi on noussut taloudellinen tuki eri muodoissaan. Tällaisia palveluita ovat esimerkiksi ruokapankkitoiminta, ja erilaiset ilmaiset tai edulliset ateriapalvelut. Myös Jokelan (2011, 26) mielestä nykyisessä diakoniatyössä painottuu monin paikoin vähävaraisten ja huono-osaisten avustaminen muiden työmuotojen jäädessä taka-alalle.

3.2 Ruoka-apu osana suomalaista yhteiskuntaa

Elämän kriisitilanteisiin ajautuneille diakoniatyö voi tarjota taloudellista apua. Se on viimesijaista turvaa, eli edellyttää useimmiten, että muut yhteiskunnan tarjoamat tuet on todettu riittämättömiksi. Diakoniatyön taloudellisessa avustamisessa huomioidaan jokaisen asiakkaan yksilöllinen tilanne, eikä se edellytä yleensä seurakunnan jäsenyyttä. Taloudellisen tuen muotoja ovat mm. osto-osoitukset, laskujen maksaminen, ruoka-avustukset sekä edulliset tai ilmaiset ateriapalvelut. (Jun-tunen 2006, 60-61.) Käsitteenä ruoka-apu on muodostunut eräänlaiseksi yleiskä-

sitteeksi, jonka alaisuuteen voidaan laskea lähes kaikki ruokaa tai muita hyödykkeitä jakavat tahot. Suomen tasolla elintarvikkeita jakavat muun muassa seurakunnat, uskonnolliset yhteisöt, MLL, SPR, Työttömien yhdistys sekä erilaiset hyväntekeväisyysjärjestöt. Ruokapankilla, joka on yksi ruoka-avun rinnakkaiskäsitteistä, tarkoitetaan yleensä Suomessa luterilaisen kirkon tarjoamaa ruoka-apua. Ruokapankissa asiakas saa henkilökohtaista palvelua, ja jokaisen asiakkaan avun tarve ja tulot kartoitetaan henkilökohtaisesti. Luterilaisen kirkon ruokapankkitoiminta poikkeaa monessa muussa maassa vallitsevasta periaatteesta, jonka mukaan ruokaa voi hakea pääsääntöisesti anonyymisti kuka tahansa. Suomessa tällaista ruoka-apua, jossa on mahdollista asioida anonyymisti, kutsutaan leipäjonoiksi. Näitäkin on myös Suomessa nykyään olemassa, mutta ei luterilaisen kirkon ylläpitämänä. Leipäjonoja järjestävät erilaiset uskonnolliset yhteisöt tai hyväntekeväisyysjärjestöt. (Hänninen ym. 2008, 8-9.) Seinäjoen Helluntaiseurakunnan järjestämä ruoka-apu on maamme yksi anonyymiin asiointiin perustuvista leipäjonoista.

Suomen ruoka-avustusten juuret ulottuvat 1990-luvun puoliväliin jolloin kirkko perusti ruokapankkityöryhmän, jonka oli määrä suunnitella ja organisoida seurakuntien ruokapankkitoimintaa. Tämä oli kirkolta eräänlainen kannanotto ja vastaus silloiseen lamaan, sen aiheuttamaan pahoinvointiin ja nälkäongelmaan. Ensimmäinen ruokapankki aloitti toimintansa Helsingin Myllypuron kirkossa 1995. (Hänninen ym. 2008, 8-10.) Tämän jälkeen kirkkojen tai uskonnollisten yhteisöjen ylläpitämät ruoka-apua tarjoavat toimipisteet lisääntyivät ympäri Suomea. Vuoden 1996 loppuun mennessä niitä oli jo 11, muun muassa Hämeenlinnassa, Kuopiossa, Lahdessa ja Seinäjoella. (Ohisalo 2013, 156.) Kirkon oli tarkoitus perustaa vähintään yksi ruokapankki jokaista hiippakuntaa kohti vuoteen 1998 mennessä. Toiminnan tavoitteena oli paitsi tarjota ruokaa sitä tarvitseville, myös aiheuttaa periaatteellista keskustelua köyhyysongelmasta, sekä vaikuttaa poliittisiin päätöksentekijöihin ongelman ratkaisemiseksi. (Hiilamo, Pesola & Tirri 2008, 117.) Kuivalaisen ja Niemelän (2009, 198) mielestä ruokapankit ovatkin keskeinen väylä, jonka kautta kirkko haluaa puhua hyvinvointiyhteiskunnassamme vallitsevasta köyhyysongelmasta. Köyhyysongelmaan syvennyttään tarkemmin seuraavassa alaluvussa.

Ennen ruokapankkien vakiintumista osaksi kirkollista diakoniatyötä ruokaa oli mahdollista hakea ensiapuna esimerkiksi sosiaalipäivystystoimistoista (Hänninen

ym. 2008, 8). Ennen ruokapankkien perustamista yhteiskunnalla olikin suurempi rooli ruoka-avun tarjoamisessa vähävaraisille, mutta myöhemmin sen rooli on siirtynyt yhä enenevässä määrin kirkolle ja diakoniatyölle. 2000-luvulle tultaessa ruoka-apu ja sen jakamisen rooli on siirtynyt lähes kokonaan kolmannen sektorin ja seurakuntien tehtäväksi, samalla kun sen merkitys kunnallisena toimenpiteenä on vähentynyt lähes olemattomaksi. (Hiilamo ym. 2008, 117.) Tätä selittävät Saari, Kainulainen ja Yeung (2005, 143), joiden mukaan kirkon ja yhteiskunnan harjoittamat sosiaalityöt, johon ruokapankki osaltaan kuuluu, ovat kääntäen verrannollisia keskenään: kun toisen rooli palveluiden tuottamisessa vähenee, toisen lisääntyy.

Vaikka ruoka-avun jakamisen rooli on vaihdellut yhteiskunnan ja diakoniatyön välillä, on sen jatkuva tarve pakottanut näihin päiviin saakka palvelun tuottamiseen. Näin ollen ruoka-apu onkin nykyään melko pysyvä osa suomalaista yhteiskuntaa. (Hiilamo ym. 2008, 117.) Vaikuttaa siltä, että ruoka-apu tavoittaa vuosi vuodelta yhä suuremman määrän ihmisiä. Vuonna 2011 jaettiin yli 102 000 ruokakassia pelkästään luterilaisen kirkon diakoniatyön kautta. Kun tähän lisätään monien muiden vapaaehtoistoimijoiden ja järjestöjen kautta saatava ruoka-apu, määrä saattaa olla jopa kaksinkertainen (Koivula, Ohisalo & Saari 2013, 5). Vuonna 2013 jaettujen ruokakassien määrä oli jo lähes 110 000 kappaletta ja niitä jakoi arviolta 400 toimipistettä ympäri Suomea. (Pesola). Ruoka-avun tarjoaminen ei ole kuitenkaan seurakunnille pakollista, vaan jokainen seurakunta saa itse päättää sen järjestämisestä. Tämän vuoksi ruoan jakamisessa on alueellisia eroja, sillä joissain seurakunnissa ruoka-apua ei ole toteutettu lainkaan ja joissakin taas hyvin laajasti. Eniten ruoka-apua on tarjolla pääkaupunkiseudulla ja maan muissa isoissa kaupungeissa, kun taas maaseudulla ja haja-asutusseudulla ruoka-apua ei ole laajasti vielä tarjolla. Myös käytännön eroja on siinä, millä menetelmillä ja miten ruokaa jaetaan. Pääsääntöisesti seurakuntien ruoka-apu koostuu seurakunnan varoilla ostetusta ruoasta, lahjoitusruoasta, joita kaupat tarjoavat sekä EU-ruoka-avusta. (Hiilamo ym. 2008, 117, 124.)

EU:n kautta saatavalla ruoka-avulla on ollut suuri rooli Suomen ruoka-avustusten toteutumisessa. Sen toimintaperiaatteena on, että maaseutuvirasto hankkii EU-ruoka-avun elintarvikkeet eurooppalaisen avun rahaston kautta. Tämän jälkeen

maaseutuvirasto jakaa elintarvikkeet maksutta kumppaniorganisaatioille, jotka jakavat tuotteet lopulta maksutta vähävaraisille. Perinteisesti EU-ruoka-apu sisältää pitkään säilyviä tuotteita, kuten erilaisia jauhoja, puurohiutaleita, pastaa, säilykkeitä, hapankorppuja, mysliä, valmisaterioita ja maitojauhetta. EU-ruoka-apua tarjoavat Suomessa sekä luterilainen kirkko että yksityiset ruokaa jakavat tahot ja järjestöt. (Ruoka-apu vähävaraisille 2015.) Kirkon piirissä EU-avustusruokaa jakavia pisteitä on noin 200. Usein seurakunnat täydentävät EU-ruokapusseja kauppojen lahjoituksilla, tai ostamalla sitä itse kaupoilta. EU-ruoka-avulla on ollut suuri rooli ruoka-avun vakiintumiseksi osaksi suomalaista yhteiskuntaa. Kun Suomi liittyi EU:hun vuonna 1995, samana vuonna avattiin Suomeen ensimmäinen ruokapankki. EU:n ruoka-apu on ollut monen uuden ruokapankin alkupääomaa ja luonut sysäyksen ruoka-avustusten tarjoamiselle Suomessa. (Karjalainen 2008, 108.)

3.3 Ruokaa jakavat tahot Seinäjoella

Nykyisen ruoka-avun historia ajoittuu koko Suomen mittakaavalla 1990-luvun puoliväliin. Melkein yhtä pitkä historia on ruoka-avun tarjoamisella Seinäjoella, nimittäin kun ensimmäinen ruokapankki avattiin 1995 Helsinkiin, vajaata vuotta myöhemmin Suomen seuraava ruokapankki avattiin Seinäjoella, vuoden 1996 alussa (Ohisalo 2013, 156). Seinäjoen ruokapankki oli näin ollen toinen koko Suomessa. Tuo Seinäjoen luterilaisen kirkon ylläpitämä ruokapankki on jatkanut toimintaansa 1990-luvulta aina tähän päivään saakka. Kysyntää ruoka-avulla riittää Seinäjoella edelleen, ja kävijämäärät ovat yhä kasvussa. Rauhala (2014) uutisoi Seinäjoen Sanomissa, että vuonna 2013 yksittäisiä ruoan hakijoita oli Seinäjoen ruokapankilla 924. Seinäjoen ruokapankin internetsivut (Ruokapankki 2014) kertovat, että ruokaa jaetaan kaksi kertaa viikossa, tiistaisin ja keskiviikkoisin. Ruoan jakaminen tapahtuu paikallisessa luterilaisen kirkon ylläpitämässä kahvilassa diakonialipuketta vastaan. Ruoan saaminen edellyttää kuitenkin aina tapaamista diakonin kanssa, jonka kanssa keskustellaan asiakkaan elämäntilanteesta ja tehdään tulokartoitus. Ruoka-apua voivat saada ensisijaisesti lapsiperheet, joiden toimeentulo ei ole riittävää sekä muut eri syistä taloudellisiin vaikeuksiin joutuneet. Myös yksinasuvat peruspäivärahalla elävät henkilöt voivat tarvittaessa saada ruokakassin. Rauhala (2014) jatkaa, että Seinäjoen luterilainen kirkko varaa ruokapankkiin vuositasolla

noin 40 000 euroa. Niiden avulla jaettavaa ruokaa voidaan ostaa. Tämän lisäksi ruokapankki saa paljon lahjoituksia paikallisilta kaupoilta. Myös EU-ruokaa jaetaan silloin tällöin.

Luterilaisen ruokapankin lisäksi Seinäjoella ruokaa jakaa toinenkin taho, helluntaiseurakunta. Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-apu eroaa melko paljon luterilaisen kirkon ylläpitämästä ruokapankista. Kuten yhteistyötahon kuvaus –osiossa aiemmin tarkemmin kerrottiin, asiointi Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avussa on anonyymiä, eikä se edellytä tulotietojen tai henkilötietojen tarkistamista. Ruokaa saa hakea kuka tahansa, oman kokemuksellisen toimeentulon riittämättömyyden perusteella. Ruoan hakeminen ei edellytä keskustelua diakoniatyöntekijän kanssa, ellei asiakas sitä itse halua. Ruokaa jaetaan myös huomattavasti useammin, neljä kertaa viikossa, ruokapankin kahden kerran sijaan. Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-apu voidaan määritellä ruokapankkia kuvaavammin leipäjonoksi, sillä asiointi ei edellytä tilannetta kartoittavaa keskustelua tai tulotietojen tarkistamista. Ruoan hakeminen on myös anonyymiä, joka kuuluu perinteisesti leipäjono-tyyppiseen asiointiin. Tarkemmin Helluntaiseurakunnan tarjoamasta ruoka-avusta kerrottiin aiemmin kappaleessa 2.2.

3.4 Ruoka-avun asiakkaiden asema ja hyvinvointi

Koska ruoka-apua on Suomen tasolla herätty tutkimaan vasta viime vuosina, ei pitkän ajan näyttöä tuon asiakaskunnan elämäntilanteista ole. Viimeaikaisten laaja-alaisten tutkimusten valossa voidaan kuitenkin luotettavasti todeta, että ruoka-avussa asioiva asiakaskunta on ehdottomasti Suomen muuta väestöä huono-osaisempaa. He ovat suurimmilta osin yksin asuvaa väestöä, jotka ovat tavalla tai toisella työelämän ulkopuolella. Valtaosa elää sosiaalietuuksien varassa, joista isoimman osan muodostavat toimeentulotuki ja eläkkeet. Yleistä ruoka-avun asiakaskunnassa on vuokra-asuminen, ja moni asiakkaista asuukin vuokralla yksin. Iältään ruoka-avussa asioi eniten keski-ikäisiä, ja keskimääräinen asiakkaan ikä on noin 45-65-vuotta. Myös eläkeläisten osa on suuri. Jopa 90 % ruoka-avussa asioivista on Suomen kansalaisia. Suurimmalle osalle ruokaa hakevista ei jää pakollisten menojen, kuten vuokran maksun, jälkeen kuin alle sata euroa käytettä-

väksi kuukautta kohden. Eroja eri puolilla Suomea järjestettävien ruoka-apujen asiakkaisissa ei ole merkittävästi havaittavissa, vaan edellinen tyypittely on yleistettävissä koko Suomen ruoka-avustusten asiakkaisiin. (Ohisalo & Saari 2014 30-38; Juntunen, Grönlund & Hiilamo 2006, 109-110.)

Yksi tämän tutkimuksen kannalta oleellisin tieto ruoka-avun asiakkaiden yleisestä elämäntilanteesta lienee se, että hyvinvointi juuri tämän asiakaskunnan keskuudessa on keskimäärin huomattavasti heikompaa kuin Suomen muun väestön. Ohisalo & Saari (2014, 68) havaitsevat tutkimuksessaan hyvinvoinnin olevan ruoka-avun asiakaskunnassa merkittävästi heikentynyt niin fyysisellä, psyykkisellä kuin taloudellisellakin osa-alueella. Kokemuksellinen elämään tyytyväisyys korostuu myös melko alhaisena. Suurelta osin hyvinvointia heikentäväksi tässä asiakaskunnassa on osoittautunut toimeentulon riittämättömyys, joka saa koetun hyvinvoinnin laskemaan jopa puolta heikommaksi kuin muun väestön keskimäärin. Vaikka niukka toimeentulo aiheuttaakin tälle asiakasryhmälle merkittävää hyvinvoinnin heikentymistä, sitä voidaan kuitenkin paikata hyvinvoinnin muilla osa-alueilla, kuten muun muassa sosiaalisen hyvinvoinnin kautta. Kohtaamiset muiden asiakkaiden kanssa tai muut paikkaavat sosiaaliset suhteet vapaa-ajalla voivat nostaa asiakkaiden koettua hyvinvointia jopa runsaasti.

3.5 Köyhyys ja sen tuoma häpeä

Lienee sanomattakin selvää, että ruoka-apu eri muodoissaan on suorassa yhteydessä yhteiskunnassa vaikuttavaan köyhyyteen. Taloudellinen lama, työttömyys ja eräänlaisen uusköyhyyden ilmentyminen ovat luoneet yhteiskunnallisen paineen elintarvikkeiden jakamiselle ilmaiseksi. Ruokaa jakavat tahot myös vuosi vuodelta yhä lisääntyvät. Pohjimmiltaan ruokapankkien juuret kumpuavatkin köyhyysongelman laiminlyönnissä, tulojen epätasa-arvosta ja sitä kautta sosiaalisesta syrjäytymisestä. (Riches 2008, 28.) Köyhyyttä tarkastellessa voidaan tulokulmaksi ottaa joko absoluuttinen tai suhteellinen köyhyys. Absoluuttista köyhyyttä ajatellaan ilmentyvän vain ”kolmannen maailman” piirissä, jossa köyhyys esiintyy konkreettisenä nälkänä ja puutteena biologisten tarpeiden täyttymisestä. Suhteellinen köyhyys on sen sijaan yleisesti määritelty koskettavan myös Suomen kaltaisia hyvin-

vointiyhteiskuntia, joissa köyhyys pikemminkin rajoittaa osallistumista yhteiseen toimintaan tai estää hankkimasta minimiksi katsottua elintasoa. Kuitenkin myös hyvinvointiyhteiskunniksi miellettyissä valtioissa voi esiintyä absoluuttista köyhyyttä, kuten vaikeuksia maksaa vuokraa, ostaa ruokaa tai vaatteita. Myös ruoka-apu on olemassaolollaan yksi todiste tästä. (Silvasti 2008, 248-249.)

Ohisalon ja Saaren (2014, 40) tuoreen tutkimuksen mukaan Suomessa ruokaavussa asioiva väestö on keskimääräistä tuntuvasti köyhempää, heikommassa sosioekonomisessa asemassa olevaa kansaa, joiden toimeentulo ja elintaso eivät ole riittäviä suhteutettuna Suomen muun väestön elintason. Köyhyydellä ei ole vaikutusta ainoastaan riittävän elintason heikkenemiseen ja fyysiseen puutteeseen, vaan sillä on todettu olevan myös voimakkaasti syrjäyttävä vaikutus. MLL:n selvitys (Nikkinen, 8) kertoo, että köyhyys voi vaikuttaa ihmisen jokaiseen elämänalueeseen niiden tasojen heikentävästi. Köyhyys nähdään riskinä ihmisen fyysiselle ja psyykkiselle terveydelle, mutta aiheuttavan myös kokemusta osattomuudesta saaden aikaan sosiaalista syrjäytymistä. Rahan vähyyys voi saada ihmisen vetäytymään ympäröivistä sosiaalisista suhteista, koska rahaa yhteiseen toimintaan osallistumiseen ei ole. Myös työttömyys, joka usein on köyhyyden välillinen syy, aiheuttaa sosiaalisten suhteiden vähenemistä.

Salo (2007) kertoo Helsingin yliopiston lehdistötiedotteessa, että kokemuksellisella tasolla köyhyys on läheisesti yhteydessä häpeän tunteeseen. Kokemuksellinen häpeä liittyy ennen kaikkea avun vastaanottamiseen yhteiskunnalta ja epäonnistumisen tunteeseen omasta köyhyydestä. Tätä kautta päädytään usein välttelemään muiden ihmisten kohtaamista ja osallistumista yhteiseen toimintaan. Tiedotteen mukaan köyhyyden voimakas häpeällisyys johtunee suomalaisen yhteiskunnan liian korkeista odotuksista, joiden vuoksi ihminen joutuu osoittamaan olevansa hyvin toimeentuleva ja menestyvä. Tällöin köyhyys nähdään ihmisen omana epäonnistumisena tai jopa laiskuutena. Omasta köyhyydestä ei haluta puhua hyvin toimeentuleville läheisille, ei edes ystäville tai sukulaisille. Köyhyys saatetaan haluta pitää salassa jopa kaikilta ympäröiviltä ihmisiltä.

Ohisalon ja Saaren (2014, 83-84) mukaan myös ruokaavussa asiointi saattaa aiheuttaa asiakkaissaan negatiivisia häpeän tunteita, joita voidaan kutsua käsitteellisesti leimaavuudeksi tai stigmaksi. Leimaavuuteen liittyy yleisesti häpeän koke-

mus siitä tilanteesta tai toiminnasta, jota ihminen ei koe itselleen miellyttävänä. Tuota leimaavuuden kokemusta voidaan tarkkailla identiteetin, sosiaalisen hyväksyttävyyden ja sopeutumisen näkökulmista. Näistä osatekijöistä muotoutuu leimaavuuden kokemus, jos on muodostuakseen. Identiteetillä tarkoitetaan niitä odotuksia mitä ihminen itselleen asettaa. Jos ruoka-avussa asiointi alittaa nuo odotukset, syntyy häpeän kokemus. Sosiaalinen hyväksyttävyys puolestaan liittyy siihen, kuinka yleisesti normaalia ja hyväksyttävää asia on. Sopeutuminen sen sijaan tarkoittaa sitä, kuinka tuttua ruoka-avusta ruoan hakeminen on ihmiselle. Tähän liittyvä oletus onkin, että mitä pidempään ihmiset käyvät ruoka-avussa, sitä vähemmän he kokevat sekä sosiaaliseen hyväksyttävyyteen että identiteettiin liittyvää häpeää. Sopeutumiseen vaikuttaa merkittävästi myös ruoka-avussa tapahtuvat kohtaamiset sekä työntekijöiden että muiden asiakkaiden kanssa. Mikäli ruoka-avusta muodostuu sosiaalista vuorovaikutusta ja vertaistukea muodostava yhteisö, kokemus asioinnin leimaavuudesta pienenee. Tällöin ruoka-avun asioivat kokevat olevansa ”samassa veneessä” muiden asiakkaiden kanssa, ja leimaavuuden kokemus vähenee. Leimaavuus ja häpeän kokeminen vähenevät sekä ruoka-avussa asiointia, että yleisesti köyhyyttä kohtaan.

Myös Hursti (2014) korostaa häpeän kokemuksen vähenevän ruoka-avussa asioidessa sitten, kun asiakas oppii tuntemaan muita asiakkaita paremmin. Hänen nähdäkseen ruoka-apu voi olla merkittäväkin sosiaalisen kohtaamisen paikka, ja kun asiakas tämän ulottuvuuden kykenee sisäistämään, ruoan hakemisen leimaavuus vähenee. Tällöin asiakas voi kokea ymmärrystä muiden asiakkaiden taholta, päästä jakamaan omia kokemuksiaan ja kuulemaan vastaavasti muiden. Tämä vastavuoroinen tasavertaisuuteen perustuva vuorovaikutus kohentaa koettua hyvinvointia. Myös köyhyyden ja sitä kautta ruoka-avunkin nostaminen yleiseen tarkasteluun on vähentänyt molempien stigmaa ja herättänyt tarkastelemaan yhteiskuntamme eriarvoistuvaa tilaa. Media on onnistunut nostamaan köyhyyden arkipäiväiselle tasolle, josta keskustellessa yhä useammin katseet kääntyvät yksilöihmisen epäonnistumisesta yhteiskunnan epäonnistumiseen.

4 SOSIAALINEN HYVINVOINTI

Kuten Ohisalo ja Saari (2014, 110-111) painottavat, suurin osa ruoka-avun asiakkaista on huono-osaista väestöä, jonka parissa esiintyy runsaasti työttömyyttä, sairauksia sekä elämännhallinnallisia ongelmia. Tällöin riski ruoka-avun asiakkaiden syrjäytymiseen ja hyvinvoinnin heikkenemiseen on muuta väestöä suurempi. Tässä opinnäytteessä pyritäänkin selvittämään, millaisia merkityssuhteita Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-apu tuottaa asiakkailleen sosiaalista hyvinvointia ajatellen. Pääkäsitteenä toimii siis ruoka-avun ohella sosiaalinen hyvinvointi, mutta sen painotukset ovat erityisesti yhteisöllisyyden ja sosiaalisen pääoman käsitteistössä. Muina sosiaalisen hyvinvoinnin alakäsitteinä toimivat tuki ja sosiaaliset suhteet. Näillä käsitteillä pyrittiin selvittämään, tuottaako ruoka-apu asiakkailleen sosiaalista hyvinvointia, ja miten se juuri tämän opinnäytteen kohderyhmässä näyttäytyy. Tämän tutkimuksen hyvinvointi -käsitteen tulkinnassa halutaan erityisesti korostaa käsitteeseen sisältyvää yhteisöllistä ja toiminnallista luonnetta. Hyvinvointi nähdään siis erityisesti yhteisölliseen toimintaan osallistumisen ja sen tuottaman osallisuuden tuloksena. Painotus oli siis tutkia ruoan jaon fyysistä tilannetta, ja millaisia merkityssuhteita asiakkaat sille antavat omassa elämässään.



Kuvio 2. Sosiaalisen hyvinvoinnin teemakokonaisuus

Tässä kappaleessa pyritään hahmottelemaan sosiaalisen hyvinvoinnin laajaa teemakokonaisuutta. Liikkeelle lähdetään määrittelemällä ja kuvaamalla erilaisia hyvinvoinnin teorioita. Tämän jälkeen syvennyttään yhteen hyvinvoinnin osa-alueeseen, sosiaaliseen hyvinvointiin, sosiologi Erik Allardtin ohjaamana. Sosiaalisen hyvinvoinnin teemakokonaisuuksien syvennystä jatketaan vielä avaamalla sosiaalisia suhteita, joiden kautta sosiaalista hyvinvointia koetaan. Tämän jälkeen siirrytään kuvaamaan tarkemmin yhteisöllisyyttä, sosiaalista pääomaa sekä tukea. Kuvio 2. edellä auttaa käsittekokonaisuuden hahmottamista.

4.1 Hyvinvoinnin teoriat ja sosiaalinen hyvinvointi

Sosiaalisen hyvinvoinnin käsitettä purkaessa on lähdettävä ensin pohtimaan, mitä on hyvinvointi. Hyvinvointi on käsitteenä moniulotteinen, ja sen yksityiskohtainen määrittelemisen on osittain jopa mahdotonta. Kyse on subjektiivisesta kokemuksesta, jossa jokainen määrittelee hyvinvointinsa omasta kokemuksestaan käsin. Se, mitä elementtejä hyvinvointi milloinkin sisältää, vaihtelee ajan, paikan, arvojen ja ihmissuhteiden mukaan. (Sauli & Simpura 2005, 5.) Hyvinvointi- käsitteen määrittelyssä on ensin pohdittava tulokulma, josta asiaa halutaan tarkastella. Niemelän (2006, 67) mukaan hyvinvoinnin käsitteen ja sen painotettavan sisällön määrittelyssä ensisijaisena kysymyksenä täytyy nähdä, ovatko tarkastelun kohteena makroyhteiskunnalliset eli hyvinvointivaltiolliset kysymykset vai mikrososiaaliset, jotka liittyvät yksilöihmisen hyvinvointiin. Koska tässä opinnäytteessä painopisteessä on nimenomaan yksilöihminen, pyritään myös käsitteen määrittely tekemään mikrososiaalisesta näkökulmasta käsin.

Hyvinvoinnin käsitettä tarkastellessa lähemmin, törmätään monenlaisiin teorioihin ja asiaa tarkasteleviin tulokulmiin. Käsitteen ymmärtämisessä voi auttaa erilaisten teorioiden, ja sitä kautta käsitteen moninaisuuden ymmärtäminen: hyvinvointi tarkoittaa eri tilanteissa eri asiaa, ja se riippuu monista erillisistä osatekijöistä. Hyvinvoinnin teorioita ovat muun muassa tarveteoreettinen tulokulma, resursseja korostava teoria, sekä osallisuutta ja sosiaalisia suhteita korostava teoria. Tarveteoreettinen hyvinvoinnin teoria on yleisesti tunnettu, ja sitä käytetään käsitteen syventämisessä melko paljon. Tarveteoreettisen näkökulman edustajat Doyal ja Gough

(1991, 50-55) kertovat, että ihmisen perustarpeiden täyttäminen on muiden hyvinvoinnin elementtien aikaansaamisen kulmakivi. Näitä perustarpeita ovat terveys ja elämänhallinta. Terveysten ja elämänhallinnan kautta heidän mielestään ihminen voi kokea muita hyvinvoinnin elementtejä, joita ovat ravinto, asuminen, ympäristöolosuhteet, terveydenhuolto, fyysinen, henkinen ja taloudellinen turvallisuus, merkittävät ihmissuhteet sekä peruskoulutus. He kertovat terveyden ja elämänhallinnan puolestaan kumpuavan mahdollisuudesta osallistua yhteisölliseen elämään ja vuorovaikutukseen ihmisten kesken.

Sen sijaan resursseja korostavan hyvinvoinnin teoria painottaa ihmisellä olevan käytettävissään kulloinkin tietty määrä resursseja hyvinvointinsa tuottamiseen. Yksi resursseja korostavan hyvinvoinnin teorian puolestapuhuja on Sten Johansson. Hänen mielestään hyvinvointia ei voida mitata vain ihmisen perustarpeiden tyydyttymisellä, vaan ensisijaisesti ihmisen omilla resursseilla, joilla hän voi kontrolloida omaa elämäänsä, ja ohjata sitä haluamaansa suuntaan. Tällöin nämä resurssit ja niiden käyttäminen oman elämän säätelyyn määrittävät hyvinvoinnin tasoa. (Sauli & Simpura 2005, 10.) Osallisuutta ja sosiaalisia suhteita korostavaa hyvinvoinnin teoriaa puolestaan edustaa muiden muassa Erik Allardt. Hän (1976, 32, 39-41) määrittelee hyvinvoinnin laajemmin ja yksilöllisiä tilanteita enemmän huomioiden kuin tarpeita tai resursseja korostavat näkökulmat. Hänen mielestään hyvinvointia rakentavat suuremmat kokonaisuudet kuin vain tarpeiden tyydyttyminen tai resurssien toteuttaminen. Siihen vaikuttavat hänen mukaansa ihmisen subjektiivinen kokemus hyvinvoinnistaan ja elämänlaadustaan. Hän jakaa hyvinvoinnin osat alueet aineelliseen ulottuvuuteen ja elintason (having), yhteisyyssuhteisiin (loving) sekä itsensä toteuttamiseen (being). Koska Allardt'n näkökulma huomioi muita teorioita enemmän ihmisen sosiaalista ulottuvuutta, se voidaan ajatella tukevan myös hyvinvoinnin alateemaa, sosiaalista hyvinvointia. Sosiaalisen hyvinvointia voidaan kutsua tiivistetysti tilaksi, jossa ihmisen perustarpeet täyttyvät ja hän pysyy sen lisäksi elämään ympäröivissä yhteisöissään rauhanomaisesti rinnakkain muiden kanssa (Social well-being 2012). Seuraavassa siirrymme käsittelemään sosiaalista hyvinvointia having-, loving- ja being -ajattelun kautta.

4.2 Sosiaalinen hyvinvointi pohjautuu sosiaalisiin suhteisiin

Allardt (1976, 39–40) määrittelee ihmisen sosiaalisen hyvinvoinnin osa-alueet käsittein *having*, *loving* ja *being*. Hän tarkastelee näitä eräänlaisina ihmisen perustarpeina, joiden kokemuksellisesta toteutumisesta muodostuu jokaisen ihmisen oma subjektiivinen hyvinvointi. *Having* -osa-alueeseen kuuluu ihmisen taloudellinen toimeentulo, eli elintaso. Tämä jakautuu puolestaan pienempiin kokonaisuuksiin, joita kutsutaan fysiologisiksi tarpeiksi. Näitä ovat riittävä ravinto, nestetasapaino, puhdas ilma sekä riittävä koettu turvallisuus. Myös asunto, koulutus ja työ tukevat tätä hyvinvoinnin osa-aluetta. Vaikka taloudellisella toimeentulolla on merkitystä ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta, ylenpalttinen raha ei silti takaa hyvinvointia. Riittää, että toimeentulo on kyllin hyvä taatakseen edellä mainittujen fysiologisten perustarpeiden toteutumisen. Myös Raunio (1995, 301) tukee Allardtın ajatusta toteamalla, että esimerkiksi rahan määrää mittaamalla ei voi tutkia ihmisen hyvinvointia. Hyvinvoinnin *Being* -osa-alueella Allardt (1976, 46-47) tarkoittaa mahdollisuutta itsensä toteuttamiseen. Hän jakaa itsensä toteuttamisen neljään osatekijään, joita ovat kohdatuksi tuleminen omana itsenään, kokemus itsestä arvokkaana yksilönä, mahdollisuus toteuttaa itseään vapaa-ajallaan sekä mahdollisuus osallistua mielekkääseen toimintaan ja vaikuttaa poliittisesti. Tällä hyvinvoinnin osa-alueella voidaan tarkoittaa yksinkertaistetusti ”ihmisenä olemista”, sisällyttäen kaiken mitä tuo ihmisenä oleminen tarkoittaa.

Allardtın määrittelemän hyvinvoinnin *loving* -osa-alue voidaan ajatella liittyvän suorasti sosiaaliseen hyvinvointiin. Keltikangas-Järvisen (2010, 17) mukaan ihminen on luonnostaan sosiaalinen olento, joka kaipaa muiden ihmisten seuraa ja siten hakeutuminen vastavuoroisiin sosiaalisiin suhteisiin tukee ihmisen sosiaalista hyvinvointia. Allardt (1976, 42-43) tarkoittaa hyvinvoinnin *loving* -osatekijällä juuri tätä ihmisen luonnollista sosiaalisuutta, jonka tarve tulee tyydytetyksi erilaisissa suhdeverkostoissa toisten ihmisten kanssa. Näitä suhteita voi olla esimerkiksi perhe, ystävyysuhteet tai muut vertaisuuteen perustuvat sosiaaliset suhteet. Ihmisen tulee kuulua johonkin sosiaaliseen verkostoon täyttääkseen yhteisyyssuhteidensa tarpeen. Tämän tarpeen taso saattaa vaihdella ihmisen luonnollisista ominaisuuksista riippuen, mutta kaikilta tämä sosiaalisen tarve jollain tasolla löytyy. Koska sosiaalinen hyvinvoinnin voidaan ajatella rakentuvan ihmisten muodostamissa

verkostoissa ja yhteisöissä, sosiaaliset suhteet vaikuttavatkin suorasti siihen. Yksittäisten ihmisten väliset sosiaaliset suhteet muodostavat laajentuessaan sosiaalisen verkoston.

Kotiranta ym. (2011, 241) painottavat, että sosiaalinen tukiverkosto ja vahvat ihmissuhteet mahdollistavat ihmiselle hyvän elämän. Tällöin sosiaalisten suhteiden vaikutus näyttäytyy jopa ennenaikaisen kuoleman välttämässä. Vastaavasti sosiaalisten suhteiden vähyys voi vaikuttaa ihmiseen yhtä haitallisesti kuin alkoholismi tai muu fyysinen sairaus, aiheuttaen myös sosiaalisen hyvinvoinnin heikkenemistä. Ruoka-avun asiakaskuntaa ajatellen voidaan todeta, että tämän asiakaskunnan sosiaaliset suhteet ovat usein heikentyneet köyhyyden, työttömyyden tai koetun yksinäisyyden vuoksi. Nikkinen (Nikkinen, 8) kertoo, että ruoka-avun asiakaskunnassa esiintyvä köyhyys heikentää usein sosiaalisiin suhteisiin hakeutumista. Köyhyys nähdäänkin riskinä ihmisen fyysiselle ja psyykkiselle terveydelle, mutta aiheuttavan myös kokemusta osattomuudesta saaden aikaan sosiaalista syrjäytymistä. Rahan puute voi saada ihmisen vetäytymään ympäröivistä sosiaalisista suhteista, koska rahaa yhteiseen toimintaan ja osallistumiseen ei ole. Myös työttömyys, joka koskettaa suurinta osaa ruoka-avun asiakkaista, aiheuttaa sosiaalisten suhteiden vähenemistä.

Castren (2005, 155, 158) esittää, että suurin osa yksilöihmisen sosiaalisista suhteista muodostuu nykyään työelämän kautta. Tyypillisiä työpaikan sosiaalisia kanssakäymisiä muodostavat työkaverit, esimiehet, alaiset tai ystävyysuhteet, jotka olivat muodostuneet työpaikan kautta. Muita sosiaalisten verkostojen areenoja ovat esimerkiksi naapuruussuhteet tai sukulaisuudet. Usein sosiaaliset suhteet syntyvät kuitenkin erilaisissa arjen yhteisöissä, joista työ kattaa yleensä suuren osan. Varsinkin työttömyyden tai eläkkeelle jäämisen kohdatessa on ihmisen sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta tärkeää, että paikkaavat sosiaaliset suhteet voidaan muodostaa jossain muussa vapaa-ajan ympäristössä. Tällaisia areenoja voivat olla erilaiset vapaa-ajan yhteisöt, kuten harrastustoiminnat tai erilaiset piirit. Sosiaalinen kanssakäyminen toisten ihmisten kanssa tulisikin mahdollistaa jokaiselle, riippumatta elämäntilanteesta tai sosioekonomisesta asemasta.

Myös ruoka-avun asiakaskunnalle vapaa-ajan yhteisöissä muodostuneiden sosiaalisten suhteiden rooli on suuri, sillä suurin osa asiakkaista on työelämän ulko-

puolella olevaa väestöä, joilla ei ole perhettä tai parisuhdetta. Tämä itsessään on riski sosiaaliselle hyvinvoinnille. Tässä tutkimuksessa pyritäänkin selvittämään, voiko ruoka-apu itsessään muodostaa sellaisia sosiaalisia suhteita ja verkostoja, joiden kautta asiakkaiden sosiaalinen hyvinvointi kohenee. Seuraavassa alaluvussa syvennytään yhteisön ja yhteisöllisyyden teemoihin, joiden kautta myös sosiaaliset verkostot elävät. Tämän jälkeen jatketaan sosiaalisen hyvinvoinnin teeman syventämistä sosiaalisen pääoman ja tuen kautta, jotka syntyvät yhteisöjen ja sosiaalisten suhteiden myötä.

4.3 Yhteisö ja yhteisöllisyys sosiaalisen hyvinvoinnin rakentajina

Kuten Erik Allardtkin (1976, 42) määrittelee, ihmisen sosiaalinen hyvinvointi rakentuu ennen kaikkea yhdessä toisten kanssa. Koska ihminen on sosiaalinen olento, hän hakeutuu vastavuoroisiin tyydyttäviin suhteisiin. Näitä yhteyteen hakeutumisen areenoja voidaan kutsua yhteisöiksi. Yhteisöt rakentuvat erilaisten ihmisten yhteyksien kautta, kun yksilöt haluavat olla ja toimia yhdessä. Silloin, kun yksilö liittyy toisiin yksilöihin, yksityisyys muuttuu yhteiseksi. Näin ollen joukko yksilöitä muodostaa yhdessä yhteisön. (Heinonen 2008, 14.) Yhteisön käsitteen rinnalla tulen käyttämään myös yhteisöllisyyden käsitettä, jota pidetään usein yhteisön synonyminä. Yhteisö on kuitenkin rajatumpi ja konkreettisempi ilmiö ja käsite, kuin yhteisöllisyys, joka sisältää usein kokemuksellisia ja abstrakteja piirteitä. (Läätäri 2013, 30.)

Yhteisöllisyyden ja yhteisön pelkistetty määrittely on vaikeaa ja osittain yksiselitteisesti jopa mahdotonta, sen usein kokemuksellisen sävyn vuoksi. Yleisesti voidaan kuitenkin ajatella yhteisön ja yhteisöllisyyden olevan positiivisesti virittyneitä, mielekkäitä asioita yksilön kokemusmaailmassa, koska se sisältää ihmiselle luontaisen kokemuksen joukkoon kuulumisesta. Yhteisöllisyys edellyttää muotoutuakseen jaettuja normeja, päämääriä ja arvoja, mutta onnistuessaan se palkitsee sekä yksilöä että koko yhteisöä. (Salovaara & Honkonen 2011, 41-42.) Yhteisöstä puhuttaessa esiin nousevat Puolalaisen sosiologin, Baumanin, ajatukset. Hän (2001,15) määrittelee yhteisön olevan tavoittelemisen arvoinen päämäärä, ennen kaikkea sen positiivisten vaikutusten vuoksi. Hän korostaa näkökulmassaan yhteis-

sön jäsenyyttä, yhteenkuuluvuutta ja samankaltaisuutta. Hän nostaa tarkasteluun esimerkillisenä yhteisönä suvun tai perheen. Saksalainen sosiologi Tönnies (2001, 22-24) yhtyy Baumanin ajatuksiin, että perhettä tai sukua voidaan pitää yhteisön tarkastelussa mallikappaleena, mutta laajentaa yhteisön koskettamaan myös esimerkiksi naapuruus ja ystävyysuhteita. Hän pitää näitä kuitenkin varsin sisänpäin kääntyneinä yhteisöinä, jotka ovat suljettuja ja yksityisiä.

Tönnies (2001, 35-36) näkee näiden pienten ja suljettujen yhteisöjen ympärille muodostuvan lisäksi hieman laajempia yhteisöjä, kuten vapaaehtoisuuteen perustuvia harrastepiirejä, uskonnollisia tai aatteellisia toimintoja ja muita vapaa-ajan yhteisöjä. Sekä erittäin intiimeistä perhettä tai sukua koskevista yhteisöistä, sekä hiukan laajemmista, kuten harrastepiireistä ja vapaa-ajanyhteisöistä Tönnies käyttää yleisnimitystä ”gemeinschaft” (eng. community). Hän (emt. 52-54) kuitenkin laajentaa yhteisön käsitettä edelleen, luomalla edelliselle ”gemeinschaft”-tyyppiselle yhteisölle vastaparin ”gesellschaft” (eng. association). Tällä yhteisön muodolla hän määrittelee yhteisön voivan tarkoittaa jo huomattavasti laajempaa ja pinnallisempaa yhteenliittymää, kuten vaikkapa koko yhteiskuntaa. Tämä yhteisön muoto saattaa olla tilapäinen, eikä perustu aina jäsentensä läheisiin tai intiimeihin suhteisiin, vaan yhteiseen, jopa pakolliseenkin, toimintaan. Vastavuoroisia ja läheisiä suhteita saattaa kuitenkin näissäkin yhteisöissä syntyä yhteisen toiminnan tuloksena. Tällaisen yhteisön esimerkkinä voidaan tarkoittaa työpaikkaa, tai jopa laajasti koko yhteiskuntaa. Tällä yhteisön tyyppillä tarkoitetaan siis ihmisryhmää, joka elää sopuisasti yhdessä ilman että yhteisö olisi muodostunut ilman mitään erityistä syytä.

Vaikka yhteisöt vaihtelevat niiden kiinteyden, syvällisyyden ja intiimiyden mukaan, varsinkin kiinteisiin yhteisöihin kuulumisella näyttäisi olevan vahvasti sosiaalista hyvinvointia tukeva merkitys. Tuosta yhteisöjen sosiaalista hyvinvointia tukevasta termistä käytän nimitystä yhteisöllisyys. Okulov (2008, 46-47) määrittelee yhteisöllisyydellä tarkoitettavan yhteisöihin hakeutumisen positiivista seurausta, tunnetta yhteenkuuluvuudesta ja positiivisesta ilmapiiiristä. Se on sosiaalistamisen ja vuorovaikutuksen kautta tapahtuvaa yhteisön aseman kasvattamista, samalla kun yksilön oma identiteetti muokkautuu suhteessa yhteisön muihin jäseniin. Sitä ilmentävät henkilökohtaiset suhteet muihin jäseniin, yhteisöön kuulumisen vapaaehtoi-

suus sekä omien sosiaalisten tarpeiden tyydyttyminen vuorovaikutuksessa yhteisön muiden jäsenten kanssa. Hyyppä (2002, 26) jatkaa yhteisöön kuulumisen perustuvan kaksisuuntaiseen vuorovaikutukseen. Tuosta yksilön ja yhteisön vuorovaikutuksesta riippuu millaiseksi yhtenäisyys yhteisössä muodostuu. Yhteisössä ihminen pyrkii liittymään toisiin yhteisön jäseniin ja samaistumaan heihin. Yhteisö puolestaan vahvistaa samaistuvaa käytöstä, joka tuottaa yhteisön omia arvoja ja normeja.

Yhteisöjä ja niiden syvyyttä voidaan tarkastella yksilöihmisen suhtautumisen kautta. Kun yhteisö on kovin pinnallinen, eikä sisällä sitouttavia elementtejä, yksilön puheissa esiintyy niin sanottu minä-moodi. Tällöin henkilö kertoo omista tavoitteistaan suhteessa ryhmään, keskittyen vain omaan näkökulmaansa. Vastaavasti, jos yhteisö on tasoltaan syvempi, yksilöt ryhmän sisällä alkavat käyttäytyä me-moodin mukaisesti. Tuolloin tavoitellaan ennen kaikkea yhteisön etua, jonka kautta yksilö itse hyötyy välillisesti. Me-moodissa jopa keskustelu yhteisöstä tapahtuu omistussuhteen kautta, jolloin käytetään termiä ”me”. Yhteisöllisyyden kannalta ihanteellisin onkin juuri tuohon me-moodiin siirtynyt yhteisö, koska silloin yksilö on todella kokemuksellisesti sulautunut osaksi ympäröivää yhteisöä. (Tuomela.) Toinen tapa tarkastella yhteisöjä on näkökulma yhteisöjen *avoimuudesta ja suljettuudesta*. Näistä voidaan käyttää nimitystä avoin ja suljettu yhteisö. Avoin yhteisö ei sisällä toistuvia kontakteja, kun taas suljettu yhteisö edellyttää säännöllistä kontaktia yhteisön jäsenien välillä. Tämä vaikuttaakin yksilön suhtautumiseen yhteisöön ja sen normeihin sitoutumiseen sekä vastavuoroisuuteen. Tällöin avoimen yhteisön on vaikeampi luoda yhteisöllisyyttä kuin suljetun. (Coleman 1999, 23–25.)

Allardt (1976, 34) painottaa, että ihmisen on tärkeää saada toteuttaa sosiaalisia tarpeitaan erilaisten yhteisöjen kautta. Jos nämä sosiaaliset tarpeet eivät toteudu, voi ihminen syrjäytyä tai sairastua psyykkisesti. Varsinkin suljetuilla ja yhteisöllisyyttä tuottavilla yhteisöillä on siis voimakkaasti sosiaalista syrjäytymistä ennaltaehkäisevä vaikutus. Tomperi (2012, 25) jatkaakin kertoen, että tämän päivän yhteisöllisyys saattaa toteutua usein kolmannen sektorin kautta. Esimerkiksi työttömyyden tai eron kohdatessa ihmisen sosiaaliset suhteet saattavat omassa arjessaan vähentyä. Tällöin kolmas sektori, yhdistykset ja järjestöt, ovat merkitsevässä osassa ihmisen sosiaalisen hyvinvoinnin rakentajina. Kolmas sektori pystyy tar-

joamaan juuri tällaisia me-moodiin asettautuneita yhteisöjä, jotka ovat kiinteässä yhteydessä ryhmänsä jäseniin. Myös Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-apu on osaltaan kolmannen sektorin järjestö.

Tässä opinnäytteessä pyritään selvittämään, tukeeko ruoka-apu konkreettisen ruoan lisäksi myös asiakkaidensa sosiaalista hyvinvointia. Tässä opinnäytteessä yhteisöstä puhuttaessa viitataan yhteisöllä hieman laajempaan ja pinnallisempaan yhteisöön, kuin perhettä tai sukua kuvaavaan intiimiin ryhmään. Kuitenkin yhteisön nähdään sisältävän Tönniesin (2001, 35) määrittelemän gemeinschaft -tyyppisen yhteisön elementtejä, koska tietyt ihmiset ovat päätyneet saman yhteisön jäseniksi ruoka-avun asiakkuuden vuoksi. Tutkimuksessa halutaan selvittää nimenomaan sosiaalista hyvinvointia tuottavaa yhteisöllisyyttä, johon gemeinschaft -tyyppinen yhteisö nähdään avaimena. Ruoka-apua voidaan pitää eräänlaisena vapaa-ajan yhteisönä, koska se ei perustu pakollisuuteen. Näen tämän tutkimuksen kannalta oleellisena havainnoida yhteisössä ennen kaikkea toistuvuutta, yhteenkuuluvuutta, vapaaehtoisuutta ja samaistumista. Vaikka ruoka-avussa asiointi on vapaaehtoista, sen asiakkuudet kestävät yleisesti riittävän pitkään, jotta sattumanvaraisesta ihmisryhmästä voi muotoutua yhteisö.

4.4 Sosiaalinen pääoma yhteisöllisyyden tuotoksena

Yhteisöllisyyden ja yhteisön käsitteen rinnalla keskusteluissa esille nousee usein sosiaalisen pääoman termi. Ruuskanen (2002, 5) määrittelee sosiaalisella pääomalla tarkoitettavan eräänlaista yhteisöllisyyden tuotosta. Niinpä tämä käsitepari kulkee usein keskusteluissa käsi kädessä. Yhteisöissä syntyvällä sosiaalisella vuorovaikutuksella on myös yksilön hyvinvointia ja arjessa jaksamista tukeva vaikutus. Tuosta sosiaalisen pääoman olemuksesta voidaan käyttää nimitystä me-henki. Hyyppä (2005, 9) kertoo me-henkeä olevan kaikkialla, missä ihmiset toisiinsa tapaavat. Sitä esiintyy eritoten erilaisissa verkostoissa ja yhteisöissä, joissa ihmiset toimivat yhdessä suuremman tavoitteen ja päämäärän eteen. Me-henki on se voima, joka saa ihmiset toimimaan yhteisen hyvän eteen, kokien sitä kautta myös itse kuuluvansa ryhmään. Ilman tuota me-henkeä ei voi syntyä sosiaalista pääomaa.

Sosiaalinen pääoma ei ole ilmiönä uusi. Hyyppä (2002, 49) kertoo sen juurien ulottuvan 1900-luvun alkupuolelle saakka. Sen jälkeen sosiaalinen pääoma on putkahdellut ajoittain esiin ja siihen on liittynyt eri sosiologien toimesta uusia näkökulmia. Sosiaalisen pääoman painopisteet ja katsantokannat vaihtelevat edelleen. Ruuskasen (2002, 9) mukaan on olemassa kolme sosiaalisen pääoman suuntausta, joiden kautta sosiaalisen pääoman luonnetta voidaan avata. Näiden suuntausten taustalla toimivat kolme sosiologia, Bourdieu, Putnam ja Coleman. Heidän ajatuksensa sosiaalisesta pääomasta ovat nousseet erityiseen tarkasteluun ja siksi niiden kautta voidaan hyvin avata sosiaalisen pääoman sisältöä. Coleman painottaa sosiaalisen pääoman näkökulmassaan sosiaalisten verkostojen *tiiviyttä*, Putnam puolestaan yleistä *luottamusta* ja *sosiaalista vuorovaikutusta*, kun taas Bourdieu näkee sosiaalisen pääoman *ryhmäkuntaisena* eri yhteiskuntaluokkien välillä.

James Coleman (1988, 98, 102-108, Ruuskasen 2002, 9-12 mukaan; Saaristo & Jokinen 2004, 259-260) tarkastelee sosiaalista pääomaa yhteisön sosiaalisiin suhteisiin liittyen: niiden tiivyyteen, kykyyn ylläpitää normeja sekä yleistä luottamusta yhteisössä. Hän mainitsee sosiaalisen pääoman muotoja, joiden kautta yhteisön sosiaalista pääomaa voidaan analysoida. Ensimmäinen sosiaalisen pääoman muoto on vastavuoroisuus. Sen kautta yhteisössä annetaan ja vastaanotetaan palveluksia sekä luotetaan niiden toteutumiseen puolin ja toisin. Toinen sosiaalisen pääoman muoto on informaation kulku. Tällöin sosiaaliset suhteet sekä niiden tiivys ja kiinteys mahdollistavat tehokkaan tiedon kulun yhteisön asioissa. Tämä kuitenkin edellyttää sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä yhteisössä muutenkin. Kolmantena sosiaalisen pääoman muotona Coleman painottaa normeja. Yhteisössä tulee tällöin vallita omat normistonsa. Normien olemassa oloa tulee myös kontrolloida, mikä tarkoittaa normien tottelemattomuudesta seuraavia sanktioita. Näiden sanktioiden toteutuminen puolestaan liittyy yhteisön sisäisten sosiaalisten suhteiden eli verkostojen tiivyyteen. Kun yhteisön jäsenet tuntevat toisensa ja ylläpitävät keskinäisiä sosiaalisia suhteita, normien tottelemattomuudesta on mahdollista antaa sanktio. Coleman tiivistää sosiaalisen pääoman olevan sekä yksilön että koko yhteisön hyvinvointia tukevaa. Hänen nähdäkseen yksilö saa hyvinvointia sosiaalisen pääoman vastavuoroisuuden periaatteesta sekä kokemuksellisesta kuulumisesta yhteisöön. Nämä puolestaan ruokkivat yhteisön sisäisiä sosiaalisia

suhteita sekä normistoa, jotka osaltaan vahvistavat koko yhteisön hyvinvointia ja olemassaoloa.

Robert Putman (2000, 19-20) näkee sosiaalisen pääoman osittain samalla tavalla Colemanin kanssa korostaen sosiaalisia verkostoja, yhteisön normeja sekä luottamusta. Hän näkee sosiaalisen pääoman muodostuvan yhteisöissä sosiaalisten suhteiden ja verkostojen välineenä, mutta perustelee sen kuitenkin laajentuvan paikallisia ja konkreettisia yhteisöjä laajemmalle. Hän näkee sosiaalisen pääoman muodostumiseen vaikuttavan myös historiallinen tausta sekä hitaasti kehittyneet sosiaaliset käytänteet ja tavat, eli kansalaishyveet. Yhteisöt ovat tällöin sosiaalisen pääoman mahdollistajia, jossa voidaan näitä kansalaishyveitä harjoittaa suhteessa toisiinsa. Sekä Coleman että Putnam (Ruuskasen 2002, 15-16 mukaan) painottavat sosiaalisella pääomalla olevan yhteisöä kokoava vaikutus. Putnam laajentaa sen kuitenkin koskemaan parhaillaan myös koko yhteiskuntaa lisäten luottamusta julkiseen järjestelmään ja valtioon.

Pierre Bourdieu (1999, 128-129, Ruuskasen 2002, 16 mukaan) puolestaan korostaa näkökulmassaan sosiaalisen pääoman jakautumista yhteiskunnallisesti. Hän tarkastelee sosiaalista pääomaa kuulumisen ja pois sulkemisen kautta, jolloin yhteisöön kuuluvat saavat nauttia sosiaalisen pääoman tuottamasta hyvinvoinnista, sulkien yhteisöön kuulumattomat ulkopuolelleen. Näin ollen sosiaalisella pääomalla saattaa olla myös syrjäyttävä vaikutus, varsinkin ylemmistä sosioekonomisista luokista alaspäin katsottuna. Esimerkkinä hän korostaa erilaisia asuinalueita, jotka jakautuvat toimeentulon mukaan. Kun rikkaat asuttavat tiettyjä hienostoalueita, siellä muodostunut yhteisöllisyys ja sosiaalinen pääoma voi sulkea ulos pienempituloiset. Hänen mielestään sosiaalista pääomaa voi esiintyä kaikissa yhteisöissä eikä sen ilmeneminen ole aina syrjäyttävää. Ulossulkeva vaikutus esiintyy tällöin vain sellaisissa yhteisöissä, jotka ovat niin suljettuja, ettei sinne ole kaikilla pääsyä.

Forss ja Vatula-Pimiä (2007, 192) lähestyvät sosiaalisen pääoman tarkastelua yhteiskunnallisesti ja tulevat siihen tulokseen, että nykypäivänä kolmannen sektorin rooli on tärkeä yhteisöllisyyden tuottajana. Heidän mielestään julkisella vallalla ei ole enää mahdollisuutta toimia yhteisöllisyyden ylläpitäjänä, vaan se itsekin tukeutuu erilaisten yhdistysten ja vapaaehtoisjärjestöjen rooliin yhteisöllisyyden tuottamisessa. Kolmannen sektorin vahvuus suhteessa yhteisöllisyyteen ja sosiaaliseen

pääomaan onkin sen paikallisuus sekä ihmisen arjessa vaikuttaminen. Toiminnassa painottuu etenkin vapaaehtoisuus, yhteisen hyvän edistäminen, talkoohenki sekä vertaistuki ja näin ollen sillä on erinomaiset edellytykset sosiaalisen pääoman tuottamiseen.

Vaikka sosiaalisen pääoman tulkinnoissa on erilaisia vivahteita ja painotuseroja, yleisesti voidaan kuitenkin todeta sosiaalista pääomaa muodostuvan sellaisissa yhteisöissä, joissa esiintyy luottamusta ja hyvää tiedon kulkua. Tämä puolestaan tuottaa hyvinvointia niin yksilölle, yhteisölle kuin yhteiskunnallekin. (Mäkelä & Ruokonen 2005, 21.) Okulov (2008, 38) perustelee sosiaalisen pääoman vaikutusta yksilön hyvinvointiin kertoen, että yhteisöön kuulumisen vaikutuksesta ihmisten luottamus toisiinsa lisääntyy, joka puolestaan saa aikaan yksilön voimaantumista ja elämänhallinnan vahvistumista. Myös Hyyppä (2002, 29, 155) on vakaasti sitä mieltä, että yhteisöissä muodostuneella sosiaalisella pääomalla on vahva vaikutus ihmisen hyvinvointiin. Hänen nähdäkseen sosiaalinen pääoma eri muodoissaan voi olla avain jopa pitkään ikään ja terveyteen. Sitä vastoin sosiaalisen pääoman puute aiheuttaa pahoinvointia ihmisen elämänhallinnassa ja jaksamisessa. Saaren (2010, 124-126) mielestä sosiaalisen pääoman vastakohtana voidaan pitää yksinäisyyttä. Jos ihminen kokee olevansa yksinäinen, hän ei omaa riittävästi sosiaalista pääomaa. Koetulla yksinäisyydellä onkin havaittu selvä yhteys sosiaalisten suhteiden ja verkostojen määrään. Näin ollen vapaaehtoiseen sosiaaliseen toimintaan osallistuminen vähentää yksinäisyyden kokemusta. Yksinäisyys puolestaan vaikuttaa suorasti ihmisen koettuun sosiaaliseen hyvinvointiin.

Tässä opinnäytteessä korostetaan sosiaalisella pääomalla Colemanin edustamaa ajattelutapaa, kiinnittäen huomio yhteisöön ja sosiaalisiin verkostoihin, ennen kaikkea sen tuottaman hyvinvoinnin kannalta. Sosiaalista pääomaa todennetaan siis ruoka-avun yhteisöissä muodostuneilla sosiaalisilla suhteilla, keskinäisellä luottamuksella, vastavuoroisuudella, turvallisuudella ja normeilla. Painopiste on näiden elementtien merkityksessä yksilön sosiaalisen hyvinvoinnin tukipilareina.

4.5 Sosiaalinen tuki ponnistaa yhteisöstä

Koettu tuki on tärkeää sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta. Sosiaalisen pääoman sisältöjä syventäessä voidaan huomata, että yhteisössä vaikuttava sosiaalinen tuki kuuluu sen elementteihin. (Kivelä & Siisiäinen 2007, 141.) Sosiaalinen tuki liittyy käsitteenä jonkin verran sosiaaliseen verkostoon, mutta se on tätä rajatumpi. Verkoston tai yhteisön voidaan ajatella olevan sosiaalisen tuen yläkäsite, toimien tuen antamisen ja saamisen areenana. Kumpusalo (1991, 15-16) on tyypitellyt sosiaalisen tuen keskittyen tarkastelemaan tuen antajatahoa. Tällöin tuki voidaan jakaa primaari- ja sekundaaritasoon, kuten myös sosiaaliset suhteet jaetaan. Primaaritasolla tarkoitetaan tukea, jota saadaan yleisimmin perheeltä, ystäviltä ja lähipiiriltä. Tätä voi kuitenkin esiintyä myös vapaa-ajan viettopaikoissa, töissä tai erilaisissa järjestöissä. Sekundaaritason tuella tarkoitetaan tukea, jota saadaan huomattavasti etäisemmältä taholta, kuten yleisesti yhteiskunnalta, kirkolta tai muilta instituutioilta, joita ohjaavat hierarkia ja lait. Thoits (2011, 150) kertoo, että erityisesti primaariryhmältä saatu tuki on merkityksellinen hyvinvoinnin tuottamisessa, koska tällöin tuettavalla ja tukijalla on suhde toisiinsa. Avun pyytämistä primaariryhmältä saatetaan kuitenkin välttää, koska tällöin tuettavalle saattaa tulla tunne omasta heikkoudesta ja kykenemättömyydestä.

Sosiaalisen tuen muodot voidaan jakaa viiteen ryhmään riippuen tuen sisällöstä. Näitä ovat emotionaalinen tuki, välineellinen tuki, tiedollinen tuki ja arvioivaan tuki. Myös vertaistuki on yksi tuen muodoista. Emotionaalisella tuella viitataan koettuun välittämiseen, arvostamiseen, luottamukseen ja turvallisuuteen. Välineellinen tuki sisältää konkreettisen avun keinoja, käytännöllistä auttamista. Tiedollisella tuella puolestaan tarkoitetaan apua tiedon välittämisessä, etsimisessä ja saamisessa. Arvioiva tuki tulee esiin päätöksen teon tilanteissa, valinnoissa sekä palautteen saamisessa. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 88–89) Sosiaalisesta tuesta puhuttaessa on syytä nostaa tarkempaan tarkasteluun vertaistuen käsite. Jantunen (2008, 20, 28) kertoo, että vertaistuella tarkoitetaan tukea, jossa sekä tuettava, että tukija jakavat saman tilanteen ja siten ymmärtävät toisiaan. Vertaistuki mahdollistaa rehellisesti ja turvallisesti oman elämäntilanteen esiin tuomisen, siitä keskustelun ja ymmärryksen saamisen. Tällöin syntyy vastavuoroisia suhteita, joista molemmat osapuolet saavat sosiaalista hyvinvointia. Vertaistukeen sisältyy prosessi, jossa

ollaan ensin yhteyden ulkopuolella, hakeutuen sitten tietoisesti yhteyteen. Tämän jälkeen voi syntyä vuorovaikutusta toisten samassa tilanteessa olevien kanssa, tämän jälkeen yhteyteen kuulumista ja lopulta tuloksena vertaistuesta syntyvä voimaantumisen kokemus. Vertaistuki on tuen laadultaan syvää, ja vaatii luottamuksellisen ja turvallisen ilmapiirin mahdollistuaakseen. Erityisesti vertaistuellalla voidaan ajatella olevan erityisen suuri rooli hyvinvoinnin kohottajana ja tuottajana.

Nyky-yhteiskunnassa, jossa yhteisöllisyys ja sosiaalinen pääoma ovat siirtyneet julkiselta vallalta pitkälti kolmannen sektorin yhteisöjen pariin, niillä on suuri rooli myös sosiaalisen tuen mahdollistajina. Peltomaa (2005, 71-72) kertoo tutkimuksessaan, että nimenomaan kolmannen sektorin yhteisöissä saatu tuki perustuu professionaalisen ja sekundaaritason tuen sijaan enemmän tuttavuuteen, samaisutumiseen ja vapaaehtoisuuteen. Tällöin esimerkiksi tämän tutkimuksen kannalta oleellinen tuki osoittautuu kolmannen sektorin yhteisössä muodostuneeksi, primaaritason tueksi, joka perustuu jäsenten tuntemiseen intiimimmällä tasolla.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytteessä haastateltiin kymmentä Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avun asiakasta. Haastatteluiden perusteella pyrittiin selvittämään, miten asiakkaat olivat kokeneet ruoka-avussa asioinnin, sekä oliko asioinnista löydettävissä sosiaalista hyvinvointia tuottavia elementtejä. Tässä kappaleessa tuodaan esille opinnäytetyön prosessia, sekä avataan tutkimuksessa käytettyjä tutkimusmenetelmiä ja niiden sisältöjä. Lopuksi arvioidaan tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta.

5.1 Tutkimusmenetelmän valinta, aineiston keruu ja analysointi

Tässä opinnäytteessä tutkimusmenetelmänä päädyttiin käyttämään laadullista lähestymistapaa, koska tutkimuksessa selvitettiin ruoka-avun asiakkaiden subjektiivista kokemusmaailmaa. Juuri tämän opinnäytteen yhteistyötahon ruoka-avun sosiaalinen ulottuvuus oli osittain määrittelemätön ja sisällöltään tuntematon, joten laadullinen tutkimusmenetelmä tuntui antavan tutkittavaan ilmiöön eniten vastauksia. Tutkimusmenetelmän valintaan vaikutti myös halu tutkia asiakkaita ruoka-avun omassa ympäristössä vuorovaikutuksellisen keskustelun kautta. Hirsjärvi ja Hurme (2008, 23, 24) toteavat, että laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen oletuksena on, että tutkija on vuorovaikutuksessa tutkittavan ilmiön kanssa. Tällöin tutkija on itse mukana luomassa tutkittavaa ilmiötä ja vaikuttamassa sen muotoutumiseen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa myös yksilöiden ääni pyritään nostamaan kuuluviin. Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2007, 157, 160, 164) jatkavat kertoen, että laadullinen tutkimus pyrkii avaamaan tutkittavasta ilmiöstä uusia, yllättäviä sisältöjä ja tulokulmia. Se pyrkii avaamaan todellista elämää ja haastateltavien kokemusmaailmaa mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Perinteisesti laadullisen tutkimuksen kohdejoukko valitaan tarkoituksellisesti, pohtien kuinka ilmiöstä voisi luoda mahdollisimman kattavan kuvan. Haastateltavaa kohdejoukkoa ei siis valita satunnaisotoksella. Tyypillistä laadulliselle tutkimukselle on myös tutkimussuunnitelman muokkaantuminen aineiston karttuessa ja ilmiön selkiytyessä.

Tutkimus toteutettiin aineistolähtöisesti, eli asiakkaiden haastattelut toteutettiin ennen teorian teemojen kirjoittamista. Syy tähän oli pitkälti aikataulullinen, mutta

toisaalta myös tutkimuksen kannalta erittäin onnistunut. Koska tutkittava ilmiö oli uusi ja osin tuntematon, teoreettisen viitekehyksen luominen ilman aineistoa olisi voinut olla hankalaa tai jopa mahdotonta. Tutkimuksessa oli kuitenkin koko prosessin ajan läsnä tutkijan hankkima taustatieto kyseisestä aihepiiristä. Haastatteluvien valinta tehtiin harkiten, pohtien kenellä asiakkaista voisi olla tutkittavaan ilmiöön eniten annettavaa. Haastatteluihin olisikin löytynyt halukkuutta enemmän kuin oli mahdollista haastatella, mutta lopulta haastatteluun valikoitui kymmenen henkilöä, kuusi miestä ja neljä naista. Ikähaarukaltaan he olivat laidasta laitaan, noin 30-80-vuoden välillä. Haastatteluun valikoitiin sellaisia asiakkaita, jotka viettivät ruoka-avussa paljon aikaa jutellen ja verkostoituen. Suurin osa haastateltavista olikin ruoka-avun pitkäaikaisia asiakkaita, mutta vertailun vuoksi haastatteluun valittiin myös muutama uudempi kävijä. Tämä olikin tutkimuksen tulosten kannalta oleellinen valinta, sillä uudempien ja vanhempien kävijöiden kokemusmaailma eritoten ruoka-avun tuottamasta sosiaalisesta hyvinvoinnista osoittautui erilaiseksi. Näin haastatteluista saatiin esille erilaisia näkökulmia ja erilaisten asiakkaiden ääniä.

Hirsjärven ja Hurmen (2008, 34-35) mukaan erilaiset haastattelut ovat käytetyimpiä tiedonkeruun muotoja. Ne sopivat erityisesti sellaisiin tutkimuksiin, joiden tutkittava ilmiö on suhteellisen vähän kartoitettu tai tuntematon. Haastatteluissa pyritään nostamaan esille haastateltavan roolin subjektiivisuus, jolloin nousee esiin yksittäisen haastateltavien eri painotukset, kokemukset ja merkitykset. Tällöin on tärkeää antaa haastateltavan nostaa esille käsiteltävästä ilmiöstä haastateltavalla itselleen merkityksellisiä asioita tai kokemuksia. Haastattelutilanteessa tutkija voi kuitenkin myös ohjata tiedonkeruutaan haluamaansa suuntaan, sillä tiedonkeruu tapahtuu suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa haastateltavan kanssa. Haastattelua voi ohjata esimerkiksi esittämällä tarkentavia lisäkysymyksiä. Myös Hirsjärvi ym. (2007, 201) painottavat haastattelujen olevan erityisen joustava tiedonkeruumenetelmä, jossa haastattelutilannetta voidaan säädellä tilanteen mukaan esimerkiksi haastateltavia ohjaten ja myötäillen.

Tutkimuksessa päädyttiin käyttämään aineistonkeruun menetelmänä teemahaastattelua. Tällöin tärkeää oli aihepiiriin perehtyminen ennen haastattelujen toteuttamista ja teemojen muovaamista, jotta haastattelutilanteista oli mahdollista saada

ilmiöstä esille mahdollisimman laadukkaita näkökulmia. Aihepiiriin tutustuminen olikin aikaa vievä ja vaativa vaihe, sille ruoka-avun sosiaaliset ulottuvuudet olivat osittain määrittelemättömiä. Tutkimuksen tässä vaiheessa tulikin määritellä, mitä ruoka-avun sosiaalista hyvinvointia tuottavilla elementeillä tarkoitettiin, ja mitä juuri tässä tutkimuksessa haluttiin painottaa. Sosiaalisen hyvinvoinnin teemoihin perehtymisen jälkeen muotoiltiin teemahaastattelurunko, jonka kautta pyrittiin löytämään vastauksia ruoka-avun sosiaalista hyvinvointia tuottaviin elementteihin. Tutkimuksessa haluttiin painottaa erityisesti ruoan jakamisen konkreettista tilannetta ja sen sosiaalista ulottuvuutta. Tutkimuksessa haluttiin selvittää, tukeeko se asiakkaidensa sosiaalista hyvinvointia. Näin ollen teemat muotoutuivat vastaamaan tutkimuskysymykseen. Keskeisiksi teemoiksi teemahaastattelurunkoon (LIITE 1) nousivat taustatiedot, ruoka-apu, sekä sosiaalinen hyvinvointi, jonka alateemoiksi lopulta päätyivät yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma, sosiaaliset suhteet ja tuki. Kun teemahaastattelurunko saatiin muotoiltua lopulliseen muotoonsa, aloitettiin kohde-ryhmän haastattelut.

Haastattelut toteutettiin Seinäjoen Helluntaiseurakunnan tiloissa, eli ruoka-avun omassa ympäristössä. Haastattelutila oli rauhallinen huone, jossa keskustelut voitiin käydä luottamuksellisesti ja turvallisessa ympäristössä. Kaikki haastattelut toteutettiin syksyn 2014 aikana, ja haastatteluita oli yleensä kaksi yhden päivän aikana. Niiden kesto oli noin puolesta tunnista reiluun tuntiin, keskimäärin noin 45 minuuttia. Haastattelut pyrittiin pitämään mahdollisimman vapaamuotoisina, jolloin haastattelurunko toimi vain ohjeellisena. Keskusteluissa pyrittiin kuitenkin pitäytymään aiheeseen liittyvissä teemoissa, joskin keskusteltavien teemojen järjestys vaihteli. Kaikki haastattelut nauhoitettiin, ja niiden lisäksi pyrittiin kirjoittamaan ylös tutkijan omia havaintoja haastatteluista.

Teemahaastattelu muodostuu haastattelijan esittämistä tiettyjä teemoja koskettavista kysymyksistä ja haastateltavien kerronnallisista vastauksista. (Koskinen, Alasuutari & Peltonen 2005, 108.) Hirsjärven ja Hurmen (2008, 47-48, 66-67) mukaan teemahaastattelu on muodoltaan puolistrukturoitu haastattelumenetelmä, jossa tarkoituksena on kohdentaa kysymykset yksityiskohtaisten kysymysten sijasta tiettyihin ennalta harkittuihin teemoihin. Menetelmä pyrkii tuomaan esiin ennen kaikkea haastateltavien äänen, sillä siinä painottuu erityisesti ihmisten antamat

merkitykset ja tulkinnat tietyistä asioista. Teemahaastatteluita käytettäessä haastattelumenetelmänä, tutkijalla on erityisen vahva asema tutkimusprosessissa. Tutkijan tulee tällöin pyrkiä tutkimuksen aikana sen ymmärryksen valossa jota hän on tutkimuksen aikana saanut, ymmärtämään tutkittavan asiakasryhmänsä kokemuksellista merkitysmaailmaa. Tähän kuitenkin vaikuttaa myös tukijan omat merkitys- ja arvomaailmansa, jolloin prosessissa voi parhaimmillaan koittaa tilanne, jossa tutkijan ja tutkittavan merkitysmaailmat kohtaavat. Tällöin tutkittavan maailmaa voidaan ymmärtää luotettavasti.

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2009, 221-222) kertovat tutkimuksen tärkeimpien vaiheiden liittyvän tulosten analysointiin, tulkintaan ja johtopäätöksiin. Tällöin tutkija löytää vastauksia asettamiinsa tutkimuskysymyksiin ja pyrkii selittämään niitä. Analysointi tulee aloittaa jo haastatteluiden tekemisen vaiheessa, tai heti mahdollisimman nopeasti niiden jälkeen. Ensimmäisen analyysin vaihe on laadullisessa tutkimuksessa litterointi, eli haastattelumateriaalin kirjoittaminen sanalliseen muotoon. Tämä on usein tarpeen, sillä aineiston tulkinta ja analysointi onnistuu parhaiten kirjoitetun tekstin muodossa. Litterointia voidaan tehdä joko aineistosta kokonaisuudessaan tai tiettyjen teema-alueiden mukaisesti. Tuomen ja Sarajärven (2009, 92, 98) mukaan laadullisen tutkimuksen aineistoa voidaan analysoida monella eri tavalla. Tärkeintä analyysimenetelmästä riippumatta on kuitenkin analysointivaiheessa päättää, mitä aineistosta halutaan nostaa esille. Useimmissa tutkimuksissa aineistoa on paljon, ja tällöin tutkijan on tehtävä tutkimuskysymystensä nojalla päätös, mitkä tulokset ovat tutkimuksensa kannalta oleellisia. Ensimmäkin voidaan erottaa lähestymistapa, jolla aineistoa analysoidaan. Näitä ovat aineistolähtöinen analyysi tai teorialähtöinen analyysi.

Eskola ja Suoranta esittävät (1998, 19) aineistolähtöisen analyysin tarkoittavan laadullisessa tutkimuksessa tilannetta, jolloin teoria rakennetaan empiirisestä eli kokemusmaailmallisesta aineistosta käsin. Tämä on tarpeen erityisesti sellaisia ilmiöitä tutkittaessa, joiden perusolemuksesta tarvitaan tietoa kohderyhmältä itseltään. Tällöin kuitenkin ilmiön taustalla vaikuttavaan tematiikkaan on tärkeää perehtyä hyvin ennen tiedonkeruuta, jotta siinä voidaan onnistua hyvin. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 98) jatkavat aineistolähtöisen analyysin olevan usein ongelmallinen, koska tutkijan puhtaita havaintoja ohjailee usein kuitenkin taustalla jokin teoria tai

oletus. Näin ollen he esittävät aineistolähtöisen analyysin rinnalle teoriaohjaavan analyysin, joka toteutetaan periaatteessa aineistolähtöisesti, mutta sen taustalla saa kuitenkin vaikuttaa jokin tutkijan tiedossa oleva ohjaava teoria. Hirsjärven ja Hurmen (2008, 171, 173) mukaan tavallisimpia aineiston analyysimenetelmiä ovat muiden muassa teemoittelu, tyypittely, sisällönerittely, ja keskustelunanalyysi. Teemoittelulla tarkoitetaan analyysiä, jossa pyritään nostamaan aineistosta esille sellaisia piirteitä, jotka korostuvat useassa haastattelussa. Tällöin haetaan myös yhteyksiä eri näkökulmien ja teemojen välille. Koska haastateltavat eivät käytä puheissaan samoja sanoja, tarvitaan tutkijan omaa tulkintaa.

Tämän opinnäytteen analyysi toteutettiin teoriaohjaavana analyysinä. Ilmiöön taustalla vaikuttavaan tematiikkaan pyrittiin perehtymään hyvin ennen tutkimuksen tekemistä, mutta varsinainen teoriaosuus muotoutui vasta empiirisen aineiston keräämisen ja analysoinnin jälkeen. Kaikki haastattelut litteroitiin sanatarkasti heti haastattelujen jälkeen. Litterointi suoritettiin suoraan teema-alueiden mukaisesti, joskin tämän jälkeen myös jokaisesta haastattelusta pyrittiin luomaan kokonaiskuva ja yksilöllinen ääni yhdistämällä myös jokaisen haastattelun vastaukset omiin tiedostoihinsa. Analyysin menetelmänä käytettiin pääasiassa teemoittelua, joka tuntui luonnolliselta, koska aineisto oli kerätty teemahaastattelujen muodossa. Myös teemoittain litterointi helpotti huomattavasti suuren aineistomäärän analysointia ja hahmottamista. Aineisto jaettiin pienempiin teemakokonaisuuksiin pyrkien vastaamaan tutkimuskysymykseen. Joitain teemoja saatettiin myös yhdistää. Aineistosta pyrittiin tässä vaiheessa nostamaan esille myös eri haastatteluvastauksien samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia, sekä nostamaan esille haastateltavien ääni.

5.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusta tehtäessä on koko prosessin ajan arvioitava tutkimuksen eettisyyttä. Tutkimusetiikalla tarkoitetaan hyvien tieteellisten käytäntöjen kunnioittamista tutkimusta tehtäessä. Vastuu tutkimusetiikasta on aina tutkijalla itsellään, koulutustasta tai tutkimuksesta riippumatta. Hyvää tutkimusetiikkaa edustaa aina rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyön jokaisessa vaiheessa. Eettisesti laa-

dukkaassa tutkimuksessa täytyy kunnioittaa itsemääräämisoikeutta, anonyymiyttä ja ihmisarvoa. Myös aineiston hankintaan, dokumentointiin sekä tutkimus- ja arviointimenetelmiin tulee kiinnittää huomiota. Tutkimukseen osallistuneille tulee antaa riittävästi tietoa tutkimuksen tarkoituksesta sekä selvittää heidän suostumuksensa tutkimukseen osallistumiseen. Lähteitä käytettäessä tulee käyttää harkintaa ja lähdekritiikkiä, sekä merkitä lähteet asianmukaisesti tekstiin. Yleisesti eettisesti hyvä tutkimus on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu tieteellisen tutkimuksen vaatimusten mukaisesti. (Hirsjärvi ym. 2009, 24-25; Tuomi & Sarajärvi 2009, 132-133.)

Tässä opinnäytetyössä eettistä pohdintaa pyrittiin pitämään yllä koko tutkimusprosessin ajan. Jo tutkimussuunnitelmaa tehtäessä pyrkimys tarkkaan ja huolelliseen, mutta riittävän joustavaan suunnitelmaan oli ohjaava. Tutkimusmenetelmää harkittiin tarkkaan perehtymällä eri metodeihin ja pohtien juuri tähän tutkimukseen soveltuvinta menetelmää. Tutkimuksen empiirinen tieto hankittiin haastattelemalla ruoka-avun asiakaskuntaa. Koko tutkimuksen ajan haastateltavien anonyymiteetti ja itsemääräämisoikeus pyrittiin varmistamaan. Haastattelut järjestettiin matalalla profiililla sivussa muista asiakkaista. Asiakkaille annettiin tietoa tutkimuksen tarkoituksesta, osallistumisen vapaaehtoisuudesta sekä luottamuksellisuudesta. Asiakkailta pyydettiin myös suullinen suostumus haastatteluun osallistumiseen ja sen jälkeen aineiston käyttämiseen tutkimustarkoituksessa. Kaikki haastattelut äänitettiin, ja äänitteen alkuun asiakkaat antoivat suullisen suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen. Äänitteet aiottiin poistaa tutkimussuunnitelman ohjaamalla tavalla opinnäytteen valmistuttua.

Tutkimuksessa on käytetty suoria lainauksia haastatteluista, mutta asiakkaiden tunnistamiseen vaikuttavat tiedot on poistettu. Koska haastatteluja tehtiin melko suuresta asiakaskunnasta paljon ja matalalla profiililla, lainauksiin on jätetty tunnistukseksi haastateltavan numero. Sen perusteella ei kuitenkaan asiakkaan henkilöllisyys paljastu. Tutkimuksen teossa kiinnitettiin huomiota lähdekritiikkiin, lähteiden tuoreuteen ja luotettavuuteen. Myös lähteiden merkkäminen tehtiin huolellisesti ja aina alkuperäistä lähdetä kunnioittaen. Tutkijan puolueettomuuteen ja objektiivisuuteen kiinnitettiin huomiota koko tutkimuksen ajan. Tutkimuksen tekijä on opinnoissaan suorittanut harjoittelun, jossa on päässyt tutustumaan ruoka-avun toimintaan ja ilmiöön. Tästä nousseesta kiinnostuksesta määrittyi myös opinnäytteen

aihe. Tutkijalla ei kuitenkaan ollut liian henkilökohtaista suhdetta ruoka-apuun, tai opinnäytteen yhteistyötahoon ja sen henkilökuntaan, vaan hän koki omaavansa asiaan riittävän objektiivisen näkökannan. Koko tutkimusprosessin ajan tutkimustyötä pyrittiin arvioimaan pohtien tutkimusmenetelmiä, tutkijan asennoitumista ja eettisyyttä.

Tutkimuksen eettisyyttä arvioitaessa tulee kiinnittää huomiota tutkimuksen luotettavuuteen ja pätevyyteen. Näistä hyvän tutkimuksen ominaisuuksista käytetään nimitystä reliabiliteetti ja validiteetti. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen kykyä antaa toistettavia tuloksia, jotka eivät ole sattumanvaraisia. Tätä tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida, jos esimerkiksi kaksi henkilöä tekee tuloksista saman johtopäätöksen tai kahdella tutkimuskerralla tulos osoittautuu samaksi. (Hirsjärvi ym. 2009, 231.) Vilkan (2005, 161) mukaan validiteetilla puolestaan arvioidaan tutkimuksen pätevyyttä. Validiteetilla tarkoitetaan siis tutkimusmenetelmän kykyä tutkia sitä, mitä sillä on tarkoitus tutkia. Tutkijan tulee varmistaa, että tutkittavat omat ymmärtäneet aineistonkeruumenetelmän siten, kuten tutkija olettaa. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 142) korostavat vielä, että laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan parantaa tietyillä toimintaa ohjaavilla tavoilla. He korostavat tutkimukseen käytettävän ajan merkitystä ja tutkimusprosessin julkisuutta yksityiskohtaisen raportoinnin avulla. Laadullisen tutkimuksen tekeminen on aikaa vievä prosessi, jolloin mahdollisuus huolelliseen työskentelyyn vaatii runsaasti aikaa. Myös tarkka prosessikuvaus tukee laadullisen tutkimuksen luotettavuutta.

Tämän tutkimuksen luotettavuus pyrittiin varmistamaan kiinnittämällä huomio sitä tukeviin seikkoihin koko prosessi ajan. Kun tämän opinnäytteen tuloksia verrataan aikaisempiin tutkimuksiin ruokapankkien sosiaalisesta ulottuvuudesta, tulosten voidaan ajatella olevan kohtuullisen toistettavia. Näyttäisi siltä, että ruoka-avulla on useasti myös sosiaalinen ulottuvuus, joskin sen syvyys ja elementit saattavat vaihdella. Tutkimustulosten reliabiliteettia on vaikeampi arvioida Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avun kohdalla. Reliabiliteetti on kuitenkin pyritty varmistamaan noudattamalla eettisiä periaatteita ja huolellisuutta. Voisi ajatella, että jos jokin toinen tutkija tutkisi juuri tätä tutkimuskohdetta uudelleen, tulokset olisivat kuitenkin samansuuntaisia. Painotukset saattavat vaihdella tutkijasta riippuen. Tutkijahan on itse eräänlainen suodatin saamalleen tiedolle, sillä hänen tulee tut-

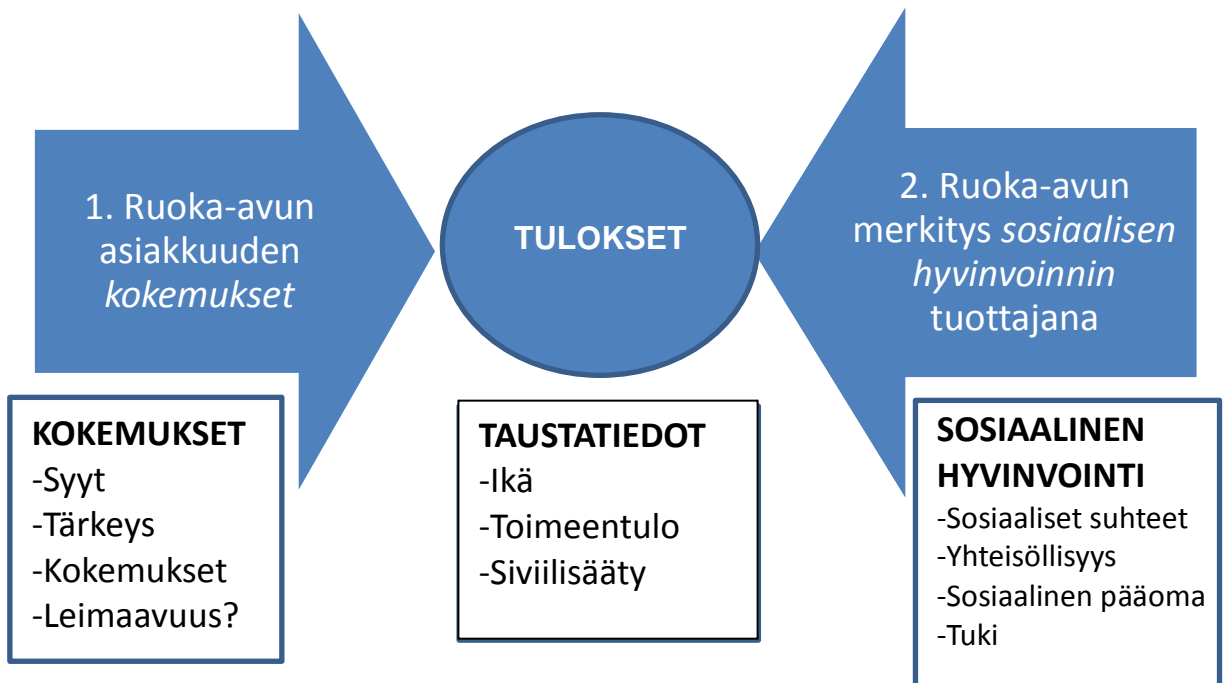
kimuksen tuloksia analysoidessa päättää, mitä asioita haluaa tuoda esille ja korostaa.

Tämän tutkimuksen osalta validiteetti onnistui tutkijan näkökulmasta hyvin. Teemahaastattelurungon suunnitteluun käytettiin runsaasti aikaa ja sen taustalle hankittiin teoreettista tietoa. Teemoja lopulliseen haastattelurunkoon päätyi paljon, ja ne vaikuttivat onnistuneilta. Haastattelutilanteessa asiakkaat ymmärsivät teemat hyvin, joten niiden muotoilun voidaan ajatella olevan käytännönläheinen. Haastattelutilanteessa haastateltavalla ja haastattelijalla oli tunne yhteisymmärryksestä ja sujuvasta keskustelusta. Keskustelua ei vaikeuttanut vaikeat käsitteet tai teemat. Tarkentavilla lisäkysymyksillä tai teemojen selittämisellä mahdolliset väärinymmärrykset pyrittiin kuitenkin korjaamaan keskustelun lomassa. Ennen haastattelutilanteen alkua haastateltaville avattiin käsiteltäviä teemoja ja tutkimuksen tarkoitusta, jolla pyrittiin takaamaan haastateltavien ymmärrys käsiteltävästä aiheesta jo ennen haastattelua.

Tämän tutkimuksen luotettavuutta lisännee myös runsas aika, joka oli käytettävissä tutkimuksen tekemiseen. Opinnäytteen tekijä suoritti ja litteroi haastattelut syksyn 2014 aikana muiden kurssien ohessa. Tammikuusta 2015 alkaen opinnäytteen tekijä sai keskittyä yhtäjaksoisesti opinnäytteen työstämiseen aina loppukuvään saakka, koska muut kurssit olivat tuolloin jo suoritettu. Tämä mahdollisti huolellisen paneutumisen työn jokaiseen vaiheeseen, ja työ oli koko ajan tavalla tai toisella käsittelyn alla. Näin ollen tutkimuksen tekijällä pysyi tutkimus koko ajan tuoreena mielessä sekä tuntuma työhön kokonaisuudessaan. Tämän kappaleen alaluvuissa tutkimuksessa pyrittiin myös tarkan prosessikuvauksen esittämiseen, jotta tutkimuksen luotettavuus olisi mahdollisimman hyvä.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tässä kappaleessa esitellään teemahaastattelujen pohjalta nousseita tuloksia ja havaintoja suhteessa tutkimuskysymyksiin. Aineisto perustuu kymmeneen haastatteluun, jotka tutkimusta varten tehtiin. Teemahaastattelun runkona toimi taustatieto-osio sekä viisi teemaa. Taustatietoihin kuuluivat mm. ikä, tulonlähteet, toimeentulon riittävyys, perhetilanne sekä koettu yksinäisyys ja huono-osaisuus. Haastattelujen pääteemoja olivat ruoka-apu, sosiaalinen hyvinvointi ja sosiaaliset suhteet ruoka-avussa. Sosiaalisen hyvinvoinnin alateemoja ovat yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma, tuki sekä sosiaalinen toiminta. Teemojen lisäksi haastateltavilla oli myös vapaus kertoa sanallisesti mitä tahansa ruoka-avussa asioimiseen liittyvää. Seuraavassa on havainnollistava kaavio tulososion rakenteesta ja sisällöistä.



Kuvio 3. Tulososion rakenne.

6.1 Haastateltavien taustatiedot

Haastateltavien taustatiedot ja toimeentulo. Haastatteluun osallistui kokonaisuudessaan 10 henkilöä, jotka asioivat Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruokajakelussa. Haastateltavista kuusi oli miehiä ja neljä naista. Ikäjakaumaltaan he olivat 34-81-vuotiaita ja keski-ikäsi muodostui 53,4 vuotta. Haastatteluun ei ollut mahdollista saada nuorempia osallistujia, koska ruoka-avussa ei opinnäytteen tekemishetkellä näyttänyt asioivan alle 30-vuotiaita. Kukaan haastateltavista ei ollut työelämässä, vaan kaikki olivat eri tavoin työelämän ulkopuolella. Haastateltavien tulot jakautuivat eri etuuksiin, joista suurimman osan muodostivat erilaiset eläkkeet. Puolet haastateltavista sai eläkettä, joista vanhuuseläkettä saivat kolme henkilöä ja työkyvyttömyyseläkettä kaksi. Kaksi henkilöä oli työttömänä ja saivat näin ollen työttömyyskorvausta. Yksi haastateltavista sai äitiyspäivä rahaa, samoin kuin yksi toimeentulotukea. Yhdellä henkilöllä ei haastattelun tekemisen aikaan ollut mitään tuloja yrityksen huonon taloudellisen tilanteen vuoksi. Toimeentulo ja sen taso koettiin monin paikoin riittämättömäksi. Haastateltavat olivat sitä mieltä, että heidän tulotonsa ei ole riittävä jokapäiväiseen elämiseen ja menojen kattamiseen. Vain yhdessä haastattelussa oltiin sitä mieltä, että toimeentulo on riittävää. Muutama haastateltavista sanoi tulojen riittävän nippa nappa, mutta edellyttäen tarkkaa harkintaa rahojen kuluttamisessa.

Suurin osa ruoka-avun asiakkaista näytti olevan yksinasuvia, joskin myös lapsiperheitä näkyi jonossa jonkin verran. Haastateltavista kuusi kertoi asuvansa yksin, kaksi oli perheellisiä ja kahdella vakituinen parisuhde. Sosiaalisista suhteistaan haastateltavat kertoivat vaihtelevasti. Suurin osa oli sitä mieltä, että heillä on jonkun verran ystävyys-suhteita, mutta olivat kuitenkin tyytymättömiä ystävyys-suhteidensa laatuun ja määrään. Muutama haastateltava kertoi, ettei heillä ole lainkaan ystävyys-suhteita siviilielämässään. Monessa haastattelussa korostettiin sukulaisuussuhteidensa kattavan suurimman osan sosiaalisista suhteistaan, mutta ystävyys-suhteita ei muiden kanssa ollut juuri lainkaan.

6.2 Ruoka-avun kokemukset

Ruoka-avussa asiointi. Suurin osa haastatteluun osallistuneista oli Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avun pitkäaikaisia asiakkaita, ja he olivat asioineet siellä vuosia. Haastateltavista kaksi oli uudempia kävijöitä ja asioineet vasta muutamia kuukausia. Muiden haastateltavien asiakkuus oli kestänyt parista vuodesta seitsemään vuoteen. Uudemmat asiakkaat asioivat hieman harvemmin kuin pitkäaikaiset asiakkaat. He kertoivat asioivansa kerran-pari viikossa, kun taas pitkäaikaisen asiakkaiden asiointitiheys oli jopa kolme-neljä kertaa viikossa. Uudet kävijät saattoivat herkemmin jättää myös kokonaisia viikkoja asioimatta ruoka-avussa. Pitkäaikaiset asiakkaat vaikuttivat olevan asioinnissaan säännöllisempiä, ja he kertoivat joskus tulevansa jonottamaan ruokaa, vaikka ei olisi tarvettakaan. Tavanomaisina asiointipäivinä haastatteluissa näyttäytyivät tiistai ja torstai, kun taas maanantaita välteltiin ruuhkien ja pitkien jonojen vuoksi. Kaksi haastateltavaa mainitsi, että maanantaisin tarjolla on yhtä asiakasta kohden vähemmän ruokaa, koska jonossa on niin paljon ihmisiä.

Haastatteluista kävi ilmi, että syyt ruoka-avussa asioimiseen olivat enimmäkseen taloudelliset. Kaikki haastateltavat painottivat hakevansa ruokaa ensisijaisesti sen vuoksi, että raha ei riittäisi muuten elämiseen. Monista haastatteluista nousi ilmi, että yllättävät elämäntilanteet, kuten työttömyys, velat tai vaikkapa yrityksen konkurssi voivat johtaa ruoka-apuun hakeutumiseen. Myös ruoan hinnannousua kritisoitiin, ja se näyttäytyi yhtenä syynä, miksi haastateltavat olivat turvautuneet ilmaisen ruoan hakemiseen. Monista haastatteluista nousi esille, että jaettu ruoka oli eräänlaista täydennystä marketeista ostetuille ruoille. Se ei näin ollen ollut ainoa ravinnonlähde ruoan hakijoille, vaan myös kaupoista ostettiin ruokaa. Ilmaisen ruoan hakeminen toimi sen täydennyksenä.

Taloudelliset syyt, että jos mulla olis enemmän rahaa, ni emmä todellakaa täällä kävisi. H6

No kyllähän se on kallista kaupasta ostaa kaikki, että tota niin niin. Ei millään riitä rahat kaikkeen. Vaikka emäntä onki töis, mutta seki on vaan pienellä palkalla kuitenkin. H3

Ruoka-avun tärkeys. Ruoka-apu näyttäytyi kaikille haastatteluun osallistuneille tärkeänä. Yksikään haastateltava ei kokenut ruoka-apua turhana tai tarpeettomana, vaan jokainen painotti sen olevan arjessaan selviytymisensä kannalta tärkeää. Haastateltavat jakautuivat kuitenkin ruoka-avun tärkeyden kannalta kahtia, sillä puolet haastateltavista kertoi sen olevan jopa elintärkeää ja korvaamatonta, kun taas puolet näki sen tarpeellisena täydennyksenä, mutta arvioivat pärjäävänsä, vaikkei ruoka-apua olisikaan tarjolla. Ne, joille ruoka-apu ei ollut ratkaisevassa asemassa arjessa selviytymisen kannalta, näyttäytyivät haastattelussa myös valikoivimpina kelpuuttamaansa ruokaa kohtaan. Muutama haastateltava näki ruoka-avun merkityksen pikemminkin omien rahojen säästämisenä, kuin että omaa rahaa ruokaan ei olisi. Toisille se sen sijaan saattoi olla ajoittain jopa ainoa ravinnon lähde. Tämä vaikutti kuitenkin tilapäiseltä ratkaisulta.

Tosi tärkeää on. Aivan mahtavan tärkeää. Jos ei tätä olis, niin pakko-han sitä olis yrittää pärjätä, mutta huonosti. Kyllä se niin iso osa on. Että tää on kyllä ihan mahtava, korvaamaton juttu, että täällä saa käydä. H8

Kyllä se suhteellisen tärkeä on. Miksei kävis, ku hyvin pystyy täyrentämähän nuolla. Kyllä mä siinä paljon säästän, kun ei tarvi kaikkia kaupasta hakia. H10.

Ruoan jonottaminen kokemuksena. Ruoka-avussa asiointi koettiin lähes poikkeuksetta positiivisena tapahtumana. Toisaalta joistain kommentteista välittyi ruoan jonottamisen pakollisuus: asioitiin, koska oli pakko. Kuitenkin ruoka-avussa käynti välittyi haastateltaville mieleisenä asiana. Kysyttäessä, miksi ruoka-apu koettiin positiivisena asiana, esille nousi neljä teemaa, joita haluttiin korostaa. Näitä teemoja olivat konkreettinen ruoka-apu, siis ruoan hakeminen, tyytyväisyys henkilökuntaa kohtaan, ruoan hakemisen anonyyminen ja sitoutumattomuus sekä ruoan jaon sosiaalinen ulottuvuus. Ensimmäinen teema siis painottui *ruoan hakemiseen* kokemuksena, jolloin kertomukset keskittyivät jääkaapin täyttämiseen ja konkreettiseen ruoan saamiseen. Tällöin puhuttiin paljon myös ruoan laadusta ja huomio kiinnittyi siihen. Erityisen paljon palautetta sai laadukas ja yhä määrällisesti lisääntyvä jaettava ruoka. Haastateltavien mielestä ruoka oli monipuolista ja jonottamisen arvoista.

Täältä saa aina kumminki jotaki särvintä (ruokaa). Jokanen päivä on erilaanen, että nytäkää mä en vielä tiedä, mitä siellä on tarjota. H4

No aika positiivisia, ei mulle tuu oikeestaa mitää negatiivista mielehen. Se tuntuu kivalta, hyvältä, että jes mitähän (ruokaa) tällä kertaa saa. Täällä ruoka vaan lisääntyy. H8

Toinen teema puolestaan korosti kiitollisuutta ja tyytyväisyyttä ruoka-avun *henkilökuntaa ja vapaaehtoisia* kohtaan. Haastateltavat ihmettelivät kovaa työtä, joita työntekijät viikoittain tekivät ruoan jakamisen eteen, ja he kokivat syvää kiitollisuutta siitä. Suuri ihmetyksen aihe oli myös vapaaehtoisten tekemä arvokas työ ruoka-avussa. Kommenteista nousi myös esille kokemus siitä, että työntekijät ovat tasa-puolisia ja pitivät järjestystä yllä jonossa. Työntekijöitä pidettiin kaiken kaikkiaan miellyttävinä.

Musta tää on vaan hieno juttu, että joku viittii tämmösenki asian eteen töitä tehdä, niinku nää työntekijät. Kyllä tää heiltä vaatii aika paljon, että ku aattelee, että neljänä päivänä viikossa. Musta tää on ihan mahdollavaa toimintaa. H2

Kolmas teema korosti helluntaiseurakunnan ruoka-avussa asiointia positiivisena sen *anonymiteetin ja sitoutumattomuuden* vuoksi. Asiointi koettiin selvästi helpompana, kun se tapahtui ilman henkilöllisyyden paljastamista ja papereiden täyttämistä, verraten moniin muihin ruokaa jakaviin tahoihin. Monissa haastatteluissa korostettiin, että juuri asiointiin anonyymiys oli syy kyseiseen ruoka-apuun hakeutumiseen seudun muiden jakeluiden sijasta.

Ja seki on kiva, että tää ei oo niin pakollista tai vaadi sitoutumista. Jos tuntuu, että nyt ei millään jaksa, ni sitte ei tuu. Monissa muissa on paljo virallisempaa, että siellä pitää ensi käydä diakoniatoimistos. Pitää tehdä niinku tiliä siitä, mitä saa ja kuinka paljo saa. Sitte saa sen lipun ja seki on vaan kaksiviikkoo voimas. Että tää on kyllä ihan mahtava, korvaamaton juttu, että täällä saa käydä. H8

Neljäs teema puolestaan nosti esille vahvasti yhteisöllisyyden merkitystä ja tällöin kuvattiin ruoka-apua *sosiaalisena tapahtumana*. Lähes kaikki haastateltavat näkivät ruoka-avun sosiaalisena vuorovaikutustapahtumana. Jokainen pystyi tunnistamaan elementtejä sosiaalisesta ulottuvuudesta, mutta pari haastateltavaa ei nähnyt asiaa näin omalla kohdallaan. He olivat uudempia kävijöitä. Sen sijaan kaikki

vanhemmat asiakkaat kokivat ruoka-avun roolin sosiaalisena toimintana erittäin tärkeänä. Monessa haastattelussa tuli esille, että heille sekä ruoka että sosiaalinen toiminta olivat ruoka-avussa yhtä tärkeässä roolissa kuin ruoka itse. He saattoivat tulla jonoon, vaikka ruokaa vielä olisikin kotona. Moni kuvasi ruoka-apua ”sisältönä elämään”, aivan kuten työ, jos sellaista olisi. Koska kaikki asiakkaat olivat eri tavoin työelämän ulkopuolella, ruoka-apu näyttäytyi heidän kohdallaan päivän ohjelma-numerona, aktiviteettina tai jopa työnä.

Se on ihan sellainen kiva, päivän katkaasoo, ku käy höpöttämäs tuos. Toiset menöö kahaville torille, niin se on vähän sama juttu, ku tuos höpöttelöö nii. Se on sellainen se tuleminen tänne jo itnessään, että on joku tälläinen ohjelma-numero, niin seki teköö paljon. H1

Tämähän on aivan mahtava, mahtava tapahtuma. Se ruoka ei oo aina siinä niin pääasia, se on mukavaa päästä vähä juttelee muitten ihmisten kanssa. Ei se aina oo ensisijainen se ruoka, jos ajattelee että mäki käyn tiistaina-keskiviikkona, vaikka kaapis olis vielä tavaraa. H3

Ruoka-avun sosiaalisen toiminnan ulottuvuus saatettiin joidenkin haastateltavien kohdalla nähdä myös itsensä kehittämisenä ja sosiaalisten taitojen harjoitteluna. Haastateltavista muutama koki itsensä erakkoluonteena, joka vetäytyy usein omiin oloihinsa. Muutamille ruoka-avussa syntyvät viikoittaiset kohtaamiset nähtiin mahdollisuutena kehittää omia sosiaalisia valmiuksia ja harjoitella niitä. Se saatettiin ottaa jopa sosiaalisena haasteena. Varsinkin näille haastateltaville ruoka-apu näyttäytyi erityisen merkityksellisenä sosiaalisena tapahtuma. Se ehkäisi yksin jäämistä.

Ja sitte mulla on aika voimakas se sosiaalisten tilanteiden pelko. Kyllähän se on sellainen, että se tekee hyvää mulle, kun mä jännitän näitä sosiaalisia tilanteita. Niin se, että täällä on aina ihmisiä jonoksi asti, että mä joudun olla siinä mukana. Vaikka jännittääkin, niin olla silti. Kyllä se on sellanen jonkinlainen mukava sosiaalinen tapahtuma. Kyllä se on tärkeäkin tapahtuma mulle. Voi sanoa niin, että tää pitää mut kiinni yhteiskunnassa. H8

Leimaavuus. Haastateltavien kanssa keskusteltaessa leimaavuudesta vastaus löytyi poikkeuksetta melko nopeasti. Se vaikutti selkeästi kysymykseltä, johon oli pohdittu vastausta ennenkin. Suhtautuminen ruoka-avun leimaavuuteen vaihteli jonkun verran. Vastauksista voidaan muodostaa kolme ryhmää joihin haastatelta-

vat suhtautumistavoissaan jakoutuivat. Puolet haastateltavista ei kokenut ruoka-apua leimaavana omalla kohdallaan, eikä myöskään muiden kohdalla. Heidän mielestään ruoka-avussa asiointi ei ollut hävettävää, eivätkä nähneet sitä lainkaan salailtavana tai negatiivisena asiana. Toinen ryhmä ajatteli sen leimaavan ja pitivät sen vuoksi asiakkuuttaan mieluiten salassa, eivätkä he olleet julkisesti koskaan kertoneet asioivansa ruoka-avussa

En mä oo kokenut tuota, ei mulle oo ainakaan kukaan tullu sanomaan mitään. En mää koe sitä yhtään sen kummemmaksi asiaksi kun mitään muutakaan avustusta, mitä ihmiset hakee. Se on ihan omasta itsestä kiinni, onko halua tai tahtoa, mutta kerran ku semmonen mahdollisuus on, ni kannattaa. H2

Niinku ulukoapäin kattottuna, ku ajatteloo asiaa, ni kyllä se ehkä jollaki tavalla leimaaki. En mä tiedä ympäristöstä, mitä ne musta ajatteloo. Mutta en mä nyt tästä oo kellekkään puhunut, että mä täällä käyn. En oo naapureillekkaan selvitellyt asioitani. Aika vähä niiren kans on tekemisiskään. Kyllä se paljon tulee mieleen, että mitähän nuo ulkopuoliset ajatteloo. En oo tästä paljoa huurellu, paitsi nämä nyt tietää, tämä porukka täällä ja sukulaaset. H10

Kolmas ryhmä ei kokenut leimaavuutta omalla kohdallaan, mutta näkivät yhteiskunnallisen suhtautumisen ruoka-apuun olevan leimaava ja tunnistivat monien muiden ihmisten kokevan sen nolona tai nöyryyttävänä. Tällöin koettiin, että ruoka-avussa asioivia saatettiin pitää alkoholisteina tai laiskoina. Itse he eivät kuitenkaan sitä kokeneet leimaavana omalla kohdallaan tai eivät ainakaan välittäneet siitä. Kahdessa haastattelussa kävi myös ilmi, että ruoan jako koetaan selvästi enemmän leimaavana ensimmäisinä asiointikertoina. Myöhemmin asioinnin jatkuessa leimaavuuden kokemus väheni.

Ei enää (leimaa). Aluksi se oli, mutta kyllähän siihen tottuu, niinku mihiin hyvänsä tottuu. Aluksi se oli, niinku vähä hävetti se, mutta en mää oo enää sitä miettiny sen kummemmin. Muutamia kertoja kun oli käyny, niin kyllä se siitä sitte. H1

6.3 Sosiaalinen hyvinvointi

Tämän opinnäytteen toinen tutkimuskysymys pyrkii selvittämään, millainen sosiaalista hyvinvointia tuottava vaikutus ruoka-avulla on asiakkailleen. Sosiaalisen hy-

vinvoinnin teemakokonaisuus on jaoteltu pienempiin aihetta kuvaaviin teemakokonaisuuksiin, joiden kautta sosiaalisen hyvinvoinnin osa-alueisiin pyritään löytämään vastaus. Käsitteen abstraktiuden ja toisaalta myös laajuuden vuoksi haastateltaville annettiin haastattelutilanteessa selvempiä ja konkreettisempia teemoja, joiden kautta haettiin vastausta sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisuuteen. Näin pyrittiin varmistamaan, ettei vaikeista käsitteistä johtuen opinnäytetyön tekijä ja haastateltava ymmärtäisi keskusteltavia teemoja eri tavalla. Sosiaalisen hyvinvoinnin alateemoja ovat ruoka-avun parissa esiintyvät sosiaaliset suhteet, yhteisöllisyys, sosiaalinen pääoma sekä tuki.

6.3.1 Sosiaaliset suhteet ruoka-avussa

Sosiaaliset suhteet muihin asiakkaisiin. Haastateltavien suhde muihin asiakkaisiin koettiin kokonaisuudessaan positiivisena ja miellyttävänä. Kukaan ei kertonut kokevansa oloaan epämukavaksi muiden asiakkaiden seurassa, vaan vaikutti, että kaikkien mielestä yhdessäolo ja juttelu oli positiivisvaikutteista. Myöhään jonoon tulevien keskuudessa vaikutti kuitenkin siltä, että sosiaalisten suhteiden merkitys ei ollut asioinnissa niin suuressa roolissa kuin aikaisemmin jonoon tulevien. Heille sosiaaliset suhteet vaikuttivat enemmän pintapuolisilta ja merkityksettömiltä kuin tunteja aiemmin jonoon tulevien mielestä. Yksi haastateltava painotti, että jos hän ei jaksa jutella muille asiakkaille, hän tulee jonoon myöhemmin kuin tavallisesti. Monelle juttelu muiden asiakkaiden kanssa ja sosiaalisten suhteiden rakentaminen näyttäytyi lähes yhtä tärkeänä kuin ruoan hakeminen. Usealla haastateltavalla vaikutti olevan ruoka-avussa muutama läheisempi ystävä tai tuttu, ja loput asiakkaat olivat enemmänkin vain tuttuja, joiden kanssa vaihdettiin muutama sana kohdattaessa. Osalle haastateltavista kaikki asiakkaat olivat vain tuttuja, mutta päivittäiset pienet kohtaamiset vaikuttivat olevan tärkeässäkin roolissa oman jaksamisen kannalta. Erityisen tärkeitä ruoka-avussa muodostuneet sosiaaliset suhteet olivat yksinasuville, perheettömille ja heikon sosiaalisen verkoston omaaville asiakkaille.

Hyvä, erittäin hyvä. Tänne on kiva tulla. Että aina, vaikka olis yön yli poies, niin löytyy jutun juurta. H4

Me ollaan sellasia ”joojoo, moromoro” -tuttuja. Kaupungilla nähärään niin morjenstetaan, että moromoro. Ei muuta, en mä käy näiden kans kahavilla eikä näin semmosta. Osahan niistä on tuttuja paremminkin, mutta osa ei. H1

Vaikka haastateltavat kokivat sosiaalisten suhteiden merkityksen olevan positiivinen, noin puolet koki edes osan asiakkaista ystävikseen. Puolet haastateltavista oli sitä mieltä, että heillä on muutama ystävä ruoka-avun asiakaskunnassa. Keskimäärin he määrittivät ystävikseen kolme asiakasta. Ystävyyden kriteerinä näytettiin heidän mielestään läheisempi toisen tunteminen ja ajan viettäminen yhdessä myös ruoka-avun ulkopuolella. Pari haastateltavaa oli sitä mieltä, että he eivät voi määrittellä ystävikseen yhtään asiakasta, koska eivät tunne heitä riittävän hyvin.

No kaks on muuttanu Helsinkiin, että ne on kyl molemmat kans käynny täällä ennen. Onhan tuolla ny jotain vanhoja tuttuja, jotka käy täällä. On kavereita pari ja sitte on tän lapsen kummitäti, mut se käy vähä harvemmin, ku se asuu Kasperis asti. On niitä (ystäviä) loppupeleis aika paljon. H6

Ei oo. Ei oo oikeastaan mitään nimeä, millä kutsuisin näitä muita käyviä. Jotenkin mä ajattelen, että tuttukin on sellaanen, jonka kans kumminkin on jonkun verran puhees. Kun mä en suurimman osan kans oo puhunut mitään, niin en mä tiedä, voiko niitä oikein sanoa tutuiksi silleen. H7

Vuorovaikutus. Jutteleminen näytti olevan suuri kaikille haastateltaville. Se näyttäytyi puheissa arkea voimaannuttavana ja positiivisena asiana osana ruoan hakemista. Haastateltavien mukaan yleisimmät keskustelujen aiheet näyttivät pyörivän pääasiassa yleismaailmallisissa asioissa, kuten säässä, maailman tapahtumissa, päivän uutisissa ja asiakkaita yhdistävissä harrastuksissa tai mielenkiinnon kohteissa. Miesten keskusteluissa näyttäytyivät kiinnostus urheiluun, kalastamiseen, metsästämiseen tai autoihin. Naisille tyypillisimpiä aiheita olivat hieman henkilökohtaisemmat aiheet, kuten viikonlopun tai päivän tapahtumat, lasten asiat tai oma terveydentila. Yleisesti ruoka-avun keskustelunaiheet liittyivät eniten urheiluun, sillä se toistui mainintana lähes kaikissa haastatteluissa. Monet haastateltavat painotti, että juttelemaan hakeudutaan yleensä ennen kaikkea sellaisten henkilöiden kanssa, jonka kanssa koettiin yhteyttä. Joskus myös paikka jonossa saattoi määrittää kenen kanssa jutellaan. Yhteiset mielenkiinnonkohteet tai henkilökemiat

määrittelivät heidän mielestään juttelemista ja keskusteluhalukkuutta. Kaiken kaikkiaan juttelu koettiin mukavana osana ruoan jonottamista, ja joissakin tapauksissa se koettiin jopa tärkeämmäksi kuin itse ruoan saaminen. Moni haastateltava kertoi käyvänsä viikoittain, useammin kuin olisi välttämättä pakollistakaan, juttelemassa tuttavilleen.

No mä juttelen oikeen paljoki. Kaikkea sellaista yleistä, säästä ja yleensä mä tykkään puhua urheilusta. Ne on sellasia yleisiä juttuja, mitkä pyörii uutisiksi välillä. Jotain mikä niinku nyt on maailmalla menos. Toisia ei kiinnosta urheilu pätkääkään, ja mua ei taas kiinnosta joku muu yhtään. Kyllä ne aika nopiasti löytää, että ku hetken kuuntelee, ni huomaa että tietääkö se urheilusta mitään. H3

Tuleehan siellä juteltua kaikkee. Tulee niinku säästä keskusteltua, ollaan me muistakin aiheista samanlailla, pintapuolisesti. Justiin tälläisiä päivittäisiä, uutisista ja muusta. Parannetaan vähämaailmaa. Se on mahtavaa. H7

Asiakkaiden tapaaminen muualla. Noin puolet haastateltavista kertoi tapaavansa ruoka-avun asiakkaita muuallakin, kuten kyläillen heidän luonaan, käyden kaupungilla kahvilla tai kiertelemällä kirpputoreja yhdessä. Heidän mielestään se oli mukava tapa syventää suhdetta muihin asiakkaisiin. Näistä asiakkaista suurin osa oli yksiasuvia ja melko iäkkäitä kävijöitä. Heillä oli myös taustalla verraten kaikkein pisin aika ruoka-avun asiakkaana.

Mulla on ystäviä, ku joku sanoo, että ei oo kenenkää kans tekemisis, muutaku täällä. Mutta kyllä mä oon. Mulla on tänäänki tärskyt yhden kans, joka täällä käy. Toimintojen talolle mennään. Kaupungilla tai jossaki tavataan. H9

Loput haastateltavista painotti, että he eivät tapaa asiakkaita tarkoituksella muualla kuin ruoka-avussa, mutta sattuivat usein törmäämään muihin asiakkaisiin satumatlta. Tällöin kaikki kertoivat tervehtivänsä muita asiakkaita ja saattavansa vaihtaa muutaman sanan. Yleisiä törmäämispaikkoja vaikuttivat olevan kaupat, lääkäri, lasten neuvola tai kirjasto. He pitivät satunnaisia kohtaamisia muiden asiakkaiden kanssa positiivisina, mutta eivät voineet kuvitella viettävänsä heidän kanssaan aikaa vapaa-ajallaan tarkoituksellisesti.

Ohimennen sitä näkee ihmisiä ja sitten niitten kans saattaa jutella, jos ei oo hirviä kiire. Että kyllä mä ainakin pysähyn juttelemaan. Ei ny aivan varta vasten tuu lähdettyä niiden kans, että ei aivan niin pitkälle vielä. Sitä sattuu vähä törmäilemään tuolla joskus. H6

Sosiaaliset suhteet ruoka-avun ulkopuolella. Ruoka-avussa syntyneiden sosiaalisten suhteiden laadun ja syvyyden selventämiseksi haastateltavilta kysyttiin, miten ruoka-avun sosiaaliset suhteet eroavat heidän arkielämänsä muista ystävyssuhteista. Tässä pyrittiin jättämään perhe vertailun ulkopuolelle, koska perhe on sosiaalisena suhteenä erilainen kuin vapaaehtoisuuteen perustuva vertaissuhde. Esille nousi kaksi erilaista suhtautumistapaa ja teemaa, joita haastateltavat korostivat. Erottava tekijä näiden suhtautumistapojen välillä oli se, kuinka vahva ystävyssuhteidenverkosto haastateltavilla oli arkielämässään. Ensimmäisen suhtautumistavan omaavat eivät omanneet lainkaan vertailukohdetta arkielämässään. Heille siis ainoat vapaaehtoiset ja vastavuoroiset sosiaaliset suhteet olivat ruoka-avun parissa. Tällaista suhtautumistapaa haastatteluisissa edustivat kolme henkilöä. Heistä vain yhdellä oli perhettä, vaimo ja lapsia. Kaksi puolestaan asuivat yksin. Ja kaikki heistä olivat miehiä. Näiden haastateltavien ainoat sosiaaliset kontaktit ja vertaissuhteet olivat ruoka-avun asiakkaiden parissa. Heille nämä sosiaaliset suhteet näyttäytyivät merkityksellisinä, tärkeinä ja voimaannuttavina. Heillä ei ollut ruoka-avun kaverisuhteistaan mitään moitittavaa, vaan pikemminkin he olivat erittäin tyytyväisiä niihin.

No kun ei mulla erikoisesti oo paljon kavereita. Ku nois kilpailuis (urheilu) kulkenu vuosikausia sitte, ni ne alkaa olla häipyny yks yhdellä tavalla ja toinen toisella tavalla. Ei niitä voi enää nykyisin verrata, kun ei oo enää niitä muita ku nää täällä (ruoka-avussa). H5

Niinku yö ja päivä (eroaa muista ihmissuhteista). Täällä on parempaa porukkaa. Ja ku ei mulla muita oikeen oo. H4

Loput seitsemän haastateltavaa vaikuttivat omaavan hyvät sosiaaliset verkostot siviilielämässään ruoka-avun ulkopuolella. Heille ruoka-avun sosiaalisten suhteiden merkitys vaikutti enemmän täydentävältä, koska syvimmät vertaissuhteet nähtiin löytyvän muualta, kuin ruokaa hakevan asiakaskunnan parista. Haastateltavat korostivat, että erinäisistä syistä ruoka-avun sosiaaliset suhteet eivät ole niin vahvoja kuin muut kaverisuhteet heidän elämässään. Neljä haastateltavaa heistä ko-

rosti, etteivät voisi kertoa kaikkein syvällisimpiä ja henkilökohtaisimpia asioitaan ruoka-avun asiakaskunnan parissa, vaan pitäytyivät mielellään arkipäiväisessä jutustelussa. Kolme näki syyn ruoka-avun sosiaalisten suhteiden pintapuolisuuteen olevan kohtaamisten lyhytaikaisuus. Nähtiin, että parin tunnin päivittäinen kohtaaminen ei ollut riittävää syvällisten suhteiden luomiseen, jolloin omat sosiaalisuuden tarpeet purettiin jossain muualla. Heillä ei myöskään näyttänyt olevan niin suurta motivaatiota tutustua ruoka-avun asiakkaisiin paremmin, koska heillä oli jo syvempiä ystävyyssuhteita muualla. Kuitenkin myös kaikille heille ruoka-avun sosiaalisten suhteiden merkitys nähtiin positiivisena, mukavana jutusteluna. Se näyttyi puheissa kuitenkin enemmän vain ajan kuluttamisena, hauskana päivän pirstyksenä, kuin päivän tai viikon ainoana sosiaalisena kontaktina.

No eihän me niin kiinteesti olla tekemisissä, että täällä nähdään se tunti-kaks, katellaan ja ollaan ja sitten ollaan taas omas elämässä. Ja ei me niin kiinteesti olla tekemisissä, kun taas sitten ystävien kans, joiden kans tulee puhelimes rupateltua ja feispuukis läheteltyä viestejä. Että nää jää oikeestaan tänne siks tunnin-kahden päivittäiseks tapahtumaks. H2

No pikkasen joo, on ne erilaisia. Mulla on yks oikeen hyvä ystävä jolle puhutaan kaikki, mullon semmonen, Ei täällä ihan kaikkia voi kertoa, ihan niitä syvällisimpiä. H9

6.3.2 Ruoka-avun yhteisöllisyys

Ruoka-apu yhteisönä. Haastateltavien suhtautuminen ruoka-apuun yhteisönä oli melko yksimielinen. Kysyttäessä, kokevatko he ruoka-avun asiakkaat jonkinlaisena yhteisönä, seitsemän vastasi myöntävästi. Asiaa pohdittiin kuitenkin melko kauan. Vaikutti siltä, ettei tällaista näkökulmaa oltu aiemmin ajateltu. Kuitenkin moni myönsi näkevänsä ruoka-avun asiakkaiden muodostavan yhteisön. Yhteisöllisyys näkyi haastateltavien puheissa jonkinlaisena jenginä, porukkana, ryhmänä tai jopa perheenä, jolla on hyvä yhteishenki. Myös ajatus ”samassa veneessä” olemisesta toistui monessa haastattelussa. Kysyttäessä miten yhteisöllisyys tarkalleen ottaen näkyy, lähes kaikkien haastateltavien oli vaikea vastata. He eivät osanneet eritellä erityisiä elementtejä tai näkyviä piirteitä, vaan kokivat sen olevan osa ruoka-apuun osallistuvan asiakasryhmän luonnetta ja olemusta. Osista haas-

tatteluista oli havaittavissa myös ajatus yhden köyden vetämisestä ja toisesta huolen pitämisestä. Muutama haastateltava perusteli yhteisöllisyyttä siten, että porukassa vallitsi ”me-henki”.

Kyllä tästä on tullu vähä sellaanen toinen perhe, perhepiiri tai sellaanen. Mitenkä mä ny sen sanoosin, en osaa oikeen sitä selittää. Mutta tuota niin, täs tulee paljon tuttuja. H3

On täällä vahva yhteisöhenki. Me ollaan varmaan aika hyvää porukkaa. H9

Joskus jos näkee kaupungilla jonkun, ja muistaa, että tuo käy täällä. Niin heti mieltii, että joo tuo käy kans tuolla. On siitä tullu sellaanen yhteisö. Joskus mieltii, jos jotakin ei oo käyny hetkeen, että hei mihiinhän se on, ja onkohan se kipiänä. H8

Kolme haastateltavaa ei kuitenkaan nähnyt ruoka-avun muodostavan yhteisöä. He olivat sitä mieltä että jokainen asiakas on pikemminkin yksilö, joka vain hakee oman ruokansa jatkaen sitten arkielämäänsä omissa siviilielämän yhteisöissään. Heidän nähdäkseen ruoka-avun asiakkaat eivät tunteneet toisiaan riittävän hyvin muodostaakseen jonkinlaisen yhteisön tai ryhmän. Huomion arvoisena seikkana voidaan todeta, että kaikkein uusimmat asiakkaat kokivat ruoka-avun vähiten yhteisönä, kun taas pidempiaikaisilla asiakkailla näyttäytyi vahvempi yhteenkuuluvuuden ja yhteisöllisyyden tunne muuta asiakaskuntaa kohtaan.

Varmaan ainakin osan kohoralla voi sanoa näin (yhteisöksi). Ne jotka on niinku pisimpään tuos oottamas, niin siinä on semmonen tietty klikki. Ainakin näyttää tuntevansa hyvin toisensa. Ei mulla sellasta oo niinkään. H10

Yhteisöön kuuluminen. Suurin osa haastateltavista oli sitä mieltä, että jos ruoka-avun asiakaskuntaa voidaan pitää yhteisönä, he ovat sen jäseniä. Kaksi haastateltavaa koki epävarmuutta sen suhteen, vaikkei olleet suoranaista syrjintääkään kokeneet. He eivät olleet varmoja, mitä muut heistä ajattelivat ja määriteltäisiinkö heitä ryhmän jäseniksi, eivätkä siten uskaltaneet lokeroida itseään yhteisöön kuuluviksi. Silti heidän puheistaan välittyi kokemuksellinen kuuluminen. Kuulumisen tunnetta perusteltiin yleisesti ihmisten kanssa jutteluna ja yleisenä yhdessäolona.

Joillekin yhteisöön kuuluminen oli vain puhtaasti kokemuksellinen asia, tunne siitä, että on hyväksytty ja saa olla oma itsensä.

Vaikka mä en yleensä alotakaan mitää keskustelua, ku oon sellanen ujo. Mutta kyllä mulla on tästä porukasta sellanen tunne, että kuulun porukkaan. H8

No kyllä sitä väkisinki tässä kahden vuoden aikana kokee kuuluvansa yhteisön jäseneks. Kyllä sitä juttelee niin paljon, että pakkohan se on. H6

Muutama haastateltava korosti yhteisöön kuulumisen riippuvan siitä, kuinka kauan ruoka-avussa on asioinut ja tuntee muita asiakkaita. Raja kuulumisen tunteessa näytti kulkevan noin vuoden asioinnin kohdalla, jonka jälkeen asiakas alkoi arvioida kuuluvansa porukkaan. Monesta haastattelusta nousi esille havainto siitä, että ruoka-avun yhteisössä näyttäisi olevan olemassa kaksi porukkaa, ns. ”sisäpiiri” ja ”ulkopiiri”. Puheista välittyi ajatus siitä, että ne jotka tulevat jonoon aikaisemmin, jopa tuntia aiemmin ruoan jakamisen alkua, muodostavat sisäpiirin. He myös asetuvat jonossa yleensä etupäähän. Näin ollen etupäässä olevat henkilöt kuuluivat heidän mukaansa yleensä sisäpiiriläisiin, niin sanottuun ydinporukkaan. Vastavasti ne, jotka tulivat jonoon vasta kahdentoista aikoihin, joutuvat heidän mielestään väistämättä ulkopiiriin. Myös ruoka-avun havainnoissa pystyi havaitsemaan tämän. Jonon ensimmäiset henkilöt juttelivat keskenään vapautuneemmin, kuin viimeisimmät jonottajat. Suurin osa haastateltavista kuuluikin näihin henkilöihin, jotka sijoittuivat jonon alkupäähän. Vain muutama heistä tuli jonoon lähempänä ruoan jakamisen alkua. Vertailun vuoksi oli hyvä, että molempiin ryhmiin kuuluvia haastateltiin. Ulkopiiriin itsensä luokittelevia näytti usein leimaavan ulkopuolisuuden tunne.

Suoraan sanottuna en (kuulu yhteisöön). Voi olla sitäkin, etten oo vielä kauaa kulekenut, ja en nyt niin usein tuos oo kuitenkaan Tai en mä tiedä, onko kerran viikos usein. Mutta kun siellä on noita jokapäiväisiä kävijöitä. Kyllä mä ainaki koen ulkopuolisuutta, ku ne muut tuntee toisensa. Ne jotka on siellä etupääs yleensä, niin tuloo aika aikasi tänne, ja ne on sitä sisäpiiriä, jos näin vois sanoa. Ei sitä ihan niin jyrkästi voi mennä sanomahan, että sisäpiiri ja ulkopiiri, mutta sinne päin. H10

Ku on sellanen porukka, joka joka tuntee toisena. Että ne on käyny niin kauan jo yheres täällä. Paljon on sellasia, jotka juttelee aina keskenänsä. Siitä tietää yleensä, jotka orottaa tuos pihalla, ja ne on niitä jotka on siinä jonos ensimmäisiä. Oisko kymmenen ensimmäistä yleensä niitä vakioihimisiä. H8

6.3.3 Ruoka-apu sosiaalisen pääoman tuottajana

Toistensa tunteminen. Kaikki haastateltavat kertoivat tuntevansa muita asiakkaita ainakin kasvoilta. Tuntemisen aste oli selvästi kytköksissä siihen, kuinka kauan jonossa oli asioitu. Suurin osa kuitenkin oli sitä mieltä, että kasvoilta lähes kaikki asiakkaat olivat heille tuttuja. Jokainen haastateltava koki tuntevansa syvällisemmin melko pienen osan ruoka-avun asiakkaista, jotkut vain muutaman ja toiset 10-20% koko asiakaskunnasta. Monista haastatteluista nousi esille myös näkökulma, ettei muiden asiakkaiden henkilöllisyyksiä tiedetty, eivätkä muut tienneet heidän henkilöllisyyksiään. Oma nimi oli asia, joka haluttiin suurimmalta osalta porukkaa pitää salassa. Se koettiin yleisesti eräänlaisena sanomattomana sääntönä, ettei nimistä puhuttu. Toisesta saatettiin tietää monia muita henkilökohtaisia asioita, kuten elämänkohtaloita, harrastuksia, asuinaluetta tai mielenkiinnonkohteita, mutta nimiä ei haluttu kaikille paljastaa. Oma henkilöllisyys saatettiin antaa vain lähempien tuttavuuksien, ystäviksi muodostuneiden tietoon. Tällöin aikaa vietettiin selvästi myös ruoka-avun ulkopuolella ja näiden henkilöiden kesken siteet olivat muutenkin vahvemmat.

No aika hyvin tuolla tuntee, mutta ei nimiä tiedetä. No etunimiä tietää, mutta en mä tiedä kaikkien etunimiäkään. Ja sukunimiä ei ollenkaan. Se nimi voi olla liian henkilökohtanen jo, kyllä se näin monelle on. H9

Noo nimeltä tuntee sellaset 10-20% ehkä noista. Ei sitä viitti ruveta kyselemään tai mitään. Kyllä aika lailla tiedän kasvoilta ketä täällä on, muutaman kerran ku oon kulukenu, ni tiedän kyllä aika hyvin. H3

Eei, ei tunne. Tutunnäkösiä tuolla tulee tuntemahan, noin ulkonäöltä ehkä enempi, mutta ei täällä kyllä kaikki tunne toisiansa. Mä luulen, että ne on tekemisissä sitten muutenkin varmasti. H2

Avun pyytäminen ja antaminen. Kysyttäessä haastateltavilta, voisivatko he pyytää ruoka-avun asiakkailta apua arjen tilanteissaan, kuten muuttoavussa, pyörän

kumin korjaamisessa tai kyydityksessä ruoka-avun kotiin, suhtautuminen oli eriävä. Se jakoi haastateltavat kolmeen ryhmään. Neljälle haastateltavalle avun pyytäminen ruoka-avun asiakaskunnalta olisi nöyryyttävä kokemus, jollaista he eivät suostuisi tekemään. Heidän mielestään apua tulisi kysyä ja hankkia jostain muualta kuin ruoka-avusta, eivätkä he nähneet minkäänlaista ongelmaa johon voisivat kysyä apua ruoka-avusta. Heidän vastauksissaan näkyi myös tietynlainen näyttämisen halu tai omillaan pärjääminen, jolloin apua ei otettu vastaan välttämättä keltään muultakaan. Näin ollen avun kysymättömyys saattoi johtua pikemminkin omasta luonteen lujudesta kuin siitä, ettei ruoka-avun asiakkailta apua olisi voinut pyytää.

Tuskinpa. Ei kyllä oikein mun tapaasta, että vois ottaa jo vähä itsentunnon päälle sellaanen (avun kysyminen). Jos olisin erilaanen, ja aivan akuutti tarve ois, niin kai sitä pakon eres vois tulla kysytyä. H10

Ei mulla oo niin suurta ongelmaa, ei sellasta tuu, että apua pyytäis. Onhan täällä totta kai vaikka kuinka paljon sellaista jolta vois kysyä apua, että jos niin tärkeää olis ni olishan tässä apua, H5

Toisen ryhmän kanta avun pyytämiseen oli myönteisempi. Heidän mielestään apua ruoka-avun asiakkailta voi pyytää, mutta heille ei vielä ollut tullut sellaista tilannetta eteen. He näkivät kuitenkin mahdollisena kysyä apua, jos sitä tarvitsisivat. He myös uskoivat, että ruoka-avun muilla asiakkailla olisi halu auttaa heitä. Kolmannen ryhmän henkilöt olivat kysyneet apua ruoka-avusta ja näkivät mahdollisena avun pyytämisen tulevaisuudessakin. Heidän mielestään ruoka-avussa valitsi toista auttava ilmapiiri ja ettei ketään apua tarvitsevaa jätetty pulaan. Asioita, joissa apua oli kysytty, olivat esimerkiksi kyyditys, auton korjaus, tavaroiden lainaus, renkaiden vaihto ja lastenrattaiden kokoaminen. Apua siis kysyttiin sellaisissa tilanteissa, joissa toiselta asiakkaalta löytyi parempaa tietämystä, ammattitaitoa tai osaamista asioista, joista itse ei riittävästi tiennyt. Myös lapsi saatettiin jättää toisen asiakkaan hoitoon vaikka WC:ssä asioinnin ajaksi. Avun laatu oli kuitenkin akuuttia, ja tapahtui suurimmilta osin ruoka-avussa asioinnin yhteydessä. Kotiin päin harvoin pyydettiin apua.

Joo, kyllä mä oon monta kertaa kysynyt. Vaikka ny joltaki miehiltä, joltaki kuinka mitäki tehdään. Korjaushommia tai jotain, vaikka autosta.

Sitte mä oon kerran saanu lainaksikin sen ristikkoavaimen yhdeltä mieheltä. H9

Joo kyllä, ja että mä oon saanutkin apua. Esimerkiks ku kasattiin noita matkarattaita, ja tossa oli yks mies tossa pihas, jolla on ittelläki lapsia, niin se sano, että sinne kannattaa panna jotakin öljyä tonne renkaiisiin. Ja se laitto ja tuli kattomaan ja autto niiden kasaamisen. Ja kyllä sitte ku on oon ollu tuolla jonos, ja jos mä oon halunnu käydä vessas, niin tossa jonossa on sitte ollu noita muoria, jotka on pitäny vauvaa sylis. Ja jos on tutti tippunu maahan, ni ne on sen nostanu. Että kyllä noi auttaa, ei siinä mitään. H6

Suhtautuminen toisen auttamiseen oli kaikilla haastateltavilla yksimielinen. Jokainen painotti tarjoavansa apuaan, jos joku sitä kysyisi. Kuusi haastateltavaa kertoi auttaneensa toisia asiakkaita tavalla tai toisella ja loput sanoivat auttavansa jos apua joskus kysyttäisiin. Yleisimmin apua oli tarjottu kyyditykseen ruoan hakemisen jälkeen tai muihin käytännön asioihin. Yksi haastateltava kertoi antaneensa reseptejä miehille, jotka eivät osaa kokata. Toinen kertoi löytäneensä työpaikan toisille ruoka-avun asiakkaille omilla suhteillaan. Yhteiskunnan tasolta tulevaan apuun oltiin niin pettyneitä, että toisia huono-osaisia oltiin halukkaita auttamaan.

Kyllä. Oon muute löytäny parille ihmiselle työpaikanki suhteillani. Kato ku meillä oli se kiinteistöhuoltofirma. Nimenomaan täytyy pitää kaverista huolta, tää on niin kurja maailma. Tänäänki aamutelevisiossa oli että 30 000 ihmistä käy leipäjonoissa, joka päivä. Sitte herrat ja narrit vaa pallootteloo vaikka kataasenki hallitus lupas että asiat pannahan kuntohon mutta eei. Toisiamma täs on autettava. H4

Normit ja arvot. Kaikista haastatteluista nousi esille yksi selkeä teema: ruoka-avussa vallitsi omat kirjoittamattomat sääntönsä. Eräänlainen normisto, jota asiakkaat kuuliaisesti tottelivat. Tuon normiston omaksuminen vaikutti selkeästi myös siihen, kuinka hyvin porukkaan päästiin. Uudemmillä kävijöillä näytti haastattelujen mukaan olevan usein aluksi vaikeuksia oppia noita käyttäytymissääntöjä, mutta useimmat oppivat ne ennen pitkää. Ruoka-avussa vallitsevat normit liittyivät käytännön asioihin kuten jonottamiseen, omiin paikkoihin jonossa, ruoan ottamiseen, ja yleisiin käyttäytymissääntöihin ja tapoihin. Vaikutti siltä, että vallitsevien sääntöjen noudattamista ja normeja myös tarkkailtiin yhteisön toimesta tarkasti. Monista haastatteluista kävi ilmi, että jos sääntöjä ei totella tai niistä eri piitata, asia oikaistaan nopeasti. Oikaiseminen näytti tapahtuvan yleensä asiakaskunnan toimesta, ei

työntekijöiden. Joissakin tapauksissa asiasta saatettiin kertoa työntekijöille ja pyytää heitä puuttumaan asiaan.

Tavallaan siellä on sellaset omat säännöt ja tavat. Sehän on jo nyky-yhteiskunnan muotokin. Kumminki ihmiset vaistomaaisesti toimii niin, koska koko elämähän on järjestelmällistä ja sääntöjä on, niin sehän syntyy ihan automaattisesti. H7

Lähes kaikista haastattelusta nousi ilmi, että jokaisella ruoka-avun asiakkaalla oli jonossa oma paikkansa, joka määräytyi sen mukaan, miten aikaisin ruoka-apuun tultiin. Ensimmäiset jonottajat toivat ruokakassinsa ovelle, laittaen kassin oven ripaan ja menen sen jälkeen muualle juttelemaan tai istumaan autoihinsa. Näin ollen kassit ovella määrittivät ensimmäisten paikat jonossa. Kasseja saattoi kertyä oven ripaan useita kymmeniä jo ennen ovien avaamista. Kun ruoan jakaminen alkoi ja ovet avattiin, sisälle mentiin ruokakassien osoittamassa järjestyksessä.

Joskus tällästä huumoria, jotta mä vien nopiaa pussit ripaan ja oon mitallisijoolla. Tällästä, että meillä on omat säännöt täällä. Ja sitte ku tulee uus, ni me pannaan se het, jotta se se tietää mitä tehdään. Sanoetaan, jotta täällä on sellaanen tapa. Ja että tullaan siinä järjestyksessä sisälle, kun ne pussit on. H9

Niillä on sellaanen tapa, että ne tulee varahin ja tuo pussin siihen ovelle, ja sitten ne menee autoon orottamahan ja se pussi jonottaa niiden puolesta. H8

Ruoka-avussa näytettiin yleisesti pidettävän huolta omista ja toisten paikoista. Asiakkaat kertyivät jopa tuntia ennen ovien avaamista jonottamaan ja juttelemaan seurakunnan pihaan. Tuolloin myös paikat saattoivat mennä sekaisin, sillä asiakkaat liikuskelivat pihassa jutellen porukoissa eri paikoissa. Kun ovien avaamisen ajankohta lähenei, jono tiivistyi jälleen ovelle valmistautuen ruoan hakemiseen. Tällöin koko yhteisö piti huolta siitä, että jokainen päätyi takaisin omalle paikalleen huolehtien toinen toisestaan, mutta toisaalta myös tarkkaillen, ettei kukaan etuile. Vaikutti siltä, että rehellisyys jonottamisessa oli tässä suhteessa yksi ohjaava arvo.

Jokanen kyselee vähän, että koska sä tulit ja mones paikka sulla on, ja jonoa pidetään vähän yllä. Jokanen saa vähä pitää huolta paikatansa. Koska tuossa kyllä niinku sillä lailla keskustellaan ja kattotaan, että ”ai sä tulit mun jälkeen ja sä sen jälkeen” ja siinä vähä pidetään jonos huolta. H2

Jos joku vaikka etuulee, niin tottakai kaikki alkaa sanoo, että "hei, et sä kuulu tuohon paikkaan". Ja sitten jos tulee sellanen, joka ei oo ollu ekaa kierrosta ollenkaan, ni se pääsee heti sinne eteen. Kyllä sieltä reiluuttakin löytyy. Kumminki se kontrolli vielä pelaa siellä porukan keskellä. H7

Ruokien ottaminen vaikutti myös olevan tarkoin säännösteltyä. Ruokien ottamista valvottiin tarkasti niin omalta kuin toistenkin osalta. Ruokaa haettaessa aina kysyttiin, kuinka monta tuotetta saa tällä kertaa ottaa. Sen jälkeen tuotteet valittiin ja niitä näytettiin henkilökunnalle samanaikaisesti. Tämä siksi, ettei asiakkailta ollut mahdollisuutta sujauttaa ylimääräisiä tuotteita kasseihinsa, vaan jokainen saisi saman verran ruokaa. Tasapuolisuus myös ruoan saamisessa välittyi asiakkaiden puheista yhtenä ohjaavana arvona. ja sitä pidettiin haastateltavien keskuudessa hyvänä.

Se on kiva, että jos joku yrittää ottaa enemmän ruokaa kun mitä saisi, niin kaikki puuttuu siihen heti. Että "hei noin ei saa tehdä". Sitte sanotahan työntekijöille heti, että "hei tuo otti liikaa". Se on mun mielestä sellanen, kiva ettei kukaan pääse sitten rohuamaan hirveen paljon. H8

Tuos vaihees, ku saa ottaa kaks-kolome tuotetta kerralla, niin se pitää laittaa sillai, että ne pitää olla näkyvis käsis, ettei niitä saa heittää suoraan pussiin. H10

Kaikkien haastateltavien puheista välittyi kuva siitä, että ruoka-avussa vallitsevat arvot, joita jokainen asiakas omalla toiminnallaan pyrki tukemaan. Jos joku niitä ei omalle kohdallaan noudattanut, tällöin häntä näpäytettiin. Kaikki säännöt, normit ja arvot olivat kirjoittamattomia, mutta ne omaksuttiin pikkuhiljaa muilta asiakkailta omalle kohdalle. Vallitsevina arvoja saattoi haastatteluista löytää oikeudenmukaisuuden, tasapuolisuuden, rehellisyyden ja toisen arvostamisen. Näitä ei kaikki haastateltavat varsinaisesti sanallisesti maininneet, mutta ne olivat vahvasti havaittavissa heidän mielipiteissään. Vaikutti myös siltä, että yksi sanomaton sääntö oli niin sanotut kielletyt puheenaiheet. Välteltyjä puheenaiheita näyttivät olevan liialliset henkilökohtaisuudet sekä uskonto ja politiikka. Kuten aiemmasta kappaleesta kävi ilmi, jopa nimen kertomista tai kysymistä vältettiin yleisesti. Sen avulla haluttiin säilyttää jokaisen oikeus anonyymiyteen. Parissa haastattelussa haluttiin

korostaa, että politiikka ja uskonto jätetään keskusteluista pois. Pyrkimyksenä oli ilmeisesti ylläpitää rauhallista ilmapiiriä ja välttää erimielisyyksien syntymistä.

Ollaan niinku pyritty jättää uskonto ja poltiikka pois, ettei tuu riitaa. H4

Politiikka ei kuulu, siitähän tulee monta kertaa jossain vaikka puoli riitaa, jos sitä harrastais joka päivä. Mutta ei onneksi oo täällä sitä. H5

Luottamus ja turvallisuus. Yleisesti suhtautuminen ruoka-avun asiakaskunnan luotettavuuteen ja turvallisuuteen oli myönteinen. Suurin osa haastateltavista koki luottavansa kaikkein henkilökohtaisimmat asiansa vain muutaman asiakkaan kuuluttaviksi, mutta pitivät ruoka-apua kyllin luotettavana ympäristönä kertoakseen siellä itsestään jonkun verran. Yleinen mielipide haastateltavien kesken näytti olevan sellainen, että aiemmin jonoon tuleviin saatettiin luottaa paremmin, kun taas myöhemmin ruoan jakamisen alettua jonoon saapuviin ei luotettu. Eli henkilöihin jonon alussa koettiin voivan luottaa paremmin kuin jonon loppupäässä oleviin. Luottamusta perusteltiin monessa haastattelussa tuntemisen tasolla – jotta voitiin luottaa, piti kokea tuntevansa toinen kyllin hyvin.

Niiden kanssa joiden kanssa mä eniten juttelen, niin kyllä mä niihin luotan. Mutta ei ikänä voi sanoo sellasista, joista ei oo koskaa kuullukaan nimiä tai muuta. Ja sitte näkee ne jossain tuolla kolmenkymmenen metrin päässä jonon hännillä, ja jos ei koskaan mitään puhu, niin sitte ne kiertää hetken ja häipyä ku kaste maan päältä. Eihän siinä voi millään tavalla tulla tuntemaan. H5

Joissain haastatteluissa korostettiin, että naiset juttelevat yleisesti henkilökohtaisempia ja luottamuksellisempia asioita kuin miehet. Tällaisia asioita olivat sairaudet, lääkärissä käynnit, perhe-elämän asiat ja muut henkilökohtaiseen elämään liittyvät asiat. Miehet sen sijaan puhuivat enemmän omista kiinnostuksen kohteistaan, harrastuksistaan ja arjen tekemisistään luotettaviksi koettujen henkilöiden kanssa. Kaksi haastateltavaa painotti, että he voivat luottaa keneen tahansa jonoissa asioivaan, koska he edellyttivät sen yhdeksi asiakaskunnan käytössäänöksi. Heidän mielestään ei jonoon ollut enää asiaa, jos juoruili toisista asiakkaista.

No se on eherotonta se luottamus. Ei varmaan oo jonoon asiaa, jos sen ryssii. H4

Yleisesti ruoka-apu koettiin turvallisena paikkana. Kukaan haastateltavista ei nähnyt sitä vaarallisena tai rauhattomana ympäristönä, vaan kaikki olivat yksimielisiä sen turvallisuudesta. Se koettiin paikkana, jossa on hyvä järjestys ja rauhallinen, turvallinen ilmapiiri. Kolme haastateltavaa kertoi, että aiemmin ruoka-avussa on asioinut myös epäilyttävämpiä henkilöitä, joita saatettiin pelätä. He saattoivat olla jonossa humalassa. Yksi haastateltava painotti, että eripuraa tai rauhattomuutta jonoon tuovat yleensä satunnaisesti asioivat uudet asiakkaat. Sellaiset henkilöt yleensä asioivat vain lyhyitä aikoja, ja sitten taas olivat käymättä jopa vuosia. Muu porukka, kaikki ”vakiasiakkaat” koettiin turvallisina.

Ei tuupita, ei tönitä eikä puhuta p****a. Ei oo fyysisesti eikä psyykkisesti vaarallista porukkaa, ei todellakaan. Siis tuollahan ei puhuta pahaa siitä joka ei oo paikalla. Pitää käyttäytyä. H4

6.3.4 Sosiaalinen tuki

Välineellinen ja emotionaalinen tuki. Lähes kaikki haastateltavat kokivat saavansa ruoka-avun yhteisöltä tukea. Tuen teema vaikutti kuitenkin olevan hankala pukea sanoiksi, ja näytti siltä, ettei asiaa oltu aiemmin ajateltu. Moni haastateltava koki, että ruoka-avusta saa tukea, mutta sen perusteleminen nähtiin vaikeana. Sitä pidettiin eräänlaisena kokemuksellisena asiana, jota oli vaikea perustella millään konkreettisella. Haastateltavien kommenttien mukaan tuki voidaan kuitenkin jakaa kolmeen eri tyyppiin. Näyttäisi siltä, että ruoka-avun asiakkaat saavat yhteisöltä ennen kaikkea välineellistä tukea konkreettisen ruoan muodossa, mutta myös emotionaalisen tuen ja vertaistuen elementtejä oli havaittavissa. Lienee itsestään selvää, että välineellinen tuki eli konkreettinen ruoka-apu on yksi tuen muoto, joita asiakkaat saivat. Sehän on ruoan jakamisen ensisijainen tarkoitus. Vahvan yhteisöllisyyden kautta asiakkaat kokivat kuitenkin saavansa myös emotionaalista tukea eli kokemusta välittämisestä, arvostamisesta, turvallisuudesta ja luottamuksesta. Näitä teemoja käsiteltiin tarkemmin sosiaalisen pääoman alaluvussa. Emotionaalista tukea moni haastateltava kutsui ”henkiseksi tueksi”.

Kyllä saan oikeen henkistä tukea, se on eräänlainen voimavara. Se on sitä, että välitetään. Kyllä ku täällä käy, niin kiva mennä taas kotia ja jatkaa päivää. H4

Tuolla on varmahan paljoki sellasia, jotka kokee tukea saavansa tästä. Ainaki tää ruokatuki, mutta voihan ne saada jotaki henkistäki tukea samalla. Ehkä, jos on kauhian yksinäisiä ihmisiä. H10

Vertaistuki. Kahdeksan haastateltavaa kymmenestä pystyi havaitsemaan ruoka-avun asiakaskunnassa mahdollisuuden vertaistuen syntymiseen. Vertaistuki nähtiin ennen kaikkea syntyvän kokemuksellisen yhteenkuuluvuuden kautta. Neljässä haastattelussa toistui maininta, että vertaistuki ilmeni kokemuksena siitä, että muutkin asiakkaat olivat köyhiä. Taloudellisen toimeentulon niukkuus nähtiin siis asiana, johon ruoka-avun asiakaskunnasta saatiin ymmärrystä ja vertaistukea. Se näytti helpottavan oloa ja tuovan yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä kokemusta siitä, että toinen tietää, miltä köyhyys tuntuu. Tämä kuitenkin edellytti suhteellisen pitkää asiakkuutta ja muiden asiakkaiden elämäntilanteiden syvempää tuntemusta.

Kyllä totta kai (vertaistukea), samanlaisia köyhiä täs ollaan. H3

Vertaistuki näytti helpottavan merkittävästi ruoka-avussa asiointiin stigmaa ja kokemusta köyhyyden leimaavuudesta. Leimaavuuden kokemus väheni, kun haastateltavat huomasivat, että köyhyys kosketti kaikkien asiakkaiden elämää enemmän tai vähemmän. Tällöin syntyi samaistumista ja sympatiaa, joka puolestaan vahvisti vertaistuen elementtejä sekä kokemuksellista yhteenkuuluvuutta. Moni haastateltava ei osannut pukea sanoiksi vertaistuen kokemusta tarkemmin, mutta yhdessä haastattelussa asiaa korostettiin erinomaisesti. Hänen mielestään ruoka-avussa asioidessa ei koskaan joutunut kokemaan huonommuutta tai häpeää, koska kaikki asiakkaat ymmärsivät toisiaan ja olivat ”samassa veneessä”.

Ku mä kuuntelen paljon mitä muut puhuu, ja sitte ku ne puhuu justii, että ku on vaikeuksia tulla toimehen ja jotaki, että kelan rahat on myöhäs. Ni siihen kauhiasti niinku samaistuu. Sitä aattelee, että voi kurjaa, ja tiedän miltä tuo tuntuu, ja toivottavasti sillä ny menis paremmin. Ja sitte kun sen niinku tietää, että tänne ei ny kukaa kovin hyvätulonen tuu, ja jo siitä tulee sellanen me-henki, että ”me köyhät”. Kukaan ei katto toistaan silleen että mikä tuo on. H8

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän tutkimuksen tarkoitus oli selvittää, miten Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avun asiakkaat ovat kokeneet ruoka-avussa asioinnin, sekä millaisia vaikutuksia sillä on ollut asiakkaiden sosiaaliseen hyvinvointiin. Koska tutkimusmenetelmäksi valittiin laadullinen tutkimus, tämän opinnäytteen tulokset eivät pyri absoluuttiseen yleistettävyyteen, vaan pyrkivät selittämään juuri tämän opinnäytteen tutkimuskohteen asiakasryhmän kokemusmaailmaa. Aiempien tutkimusten valossa voidaan kuitenkin todeta, että ruoka-avulla näyttää olevan sosiaalinen merkitys asiakkailleen. Näiden sosiaalisen osa-alueiden sisällöt ovat kuitenkin usein jääneet paikoin selittämättömiksi, joten tässä työssä pyrittiin pureutumaan juuri niihin. Tässä kappaleessa esitelläänkin tämän opinnäytteen keskeisiä johtopäätöksiä, jotka ovat syntyneet empiiristen tulosten sekä taustalla vaikuttavan teoriataustan pohjalta peilaten tuloksia myös aiempiin tutkimuksiin.

Tutkimuksen keskeisimmät johtopäätökset lienee samansuuntaisia kuin aiemmissa ruokapankkien sosiaalista ulottuvuutta käsitelleissä tutkimuksissa: Ruoka-avussa asiointi koetaan melko mielekkäänä, ja sillä näyttää olevan asiakkailleen enemmän ja vähemmän sosiaalista hyvinvointia tuottava vaikutus. Erityisesti ruoka-avun yhteisö ja sosiaalinen kanssakäyminen muiden asiakkaiden kanssa näyttävät suuressa roolissa sosiaalisen hyvinvoinnin tuottajana. (vrt. Ohisalo & Saari 2014, 110-111; Läätö 2013, 91.) Erityinen rooli ruoka-avulla oli sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta niille asiakkaille, joiden sosiaalinen verkosto oli arkielämässään heikentynyt työttömyyden, avioeron, eläkkeelle siirtymisen tai muuten yksin jäämisen vuoksi. Tulos tukee osaltaan myös Läätin Pro gradun (2013, 91) tuloksia, sillä Läätö kertoo mielenterveyskuntoutujien sosiaalisen hyvinvoinnin muotoutuvan erityisesti vapaa-ajan yhteisöissä, sillä kyseisen asiakasryhmän sosiaaliset verkostot ovat usein kaventuneet sairastumisen kautta työelämän ulkopuolelle jäämisen jälkeen. Tällöin sosiaalista hyvinvointia koettiin vapaa-ajan yhteisöissä, jotka paikkasivat työyhteisöjen tuottamaa osallisuutta ja sosiaalisia suhteita. Vaikka tämän opinnäytteen asiakasryhmä ei koostunut merkittävästi mielenterveyskuntoutujista, yhteistä näillä asiakasryhmillä oli kuitenkin työttömyys, osittain kaventuneet sosiaaliset verkostot ja sitä kautta sosiaalisen hyvinvoinnin vaarantuminen. Seuraavissa alaluvuissa käsitellään tarkemmin opinnäytteen keskeisiä johtopäätöksiä kah-

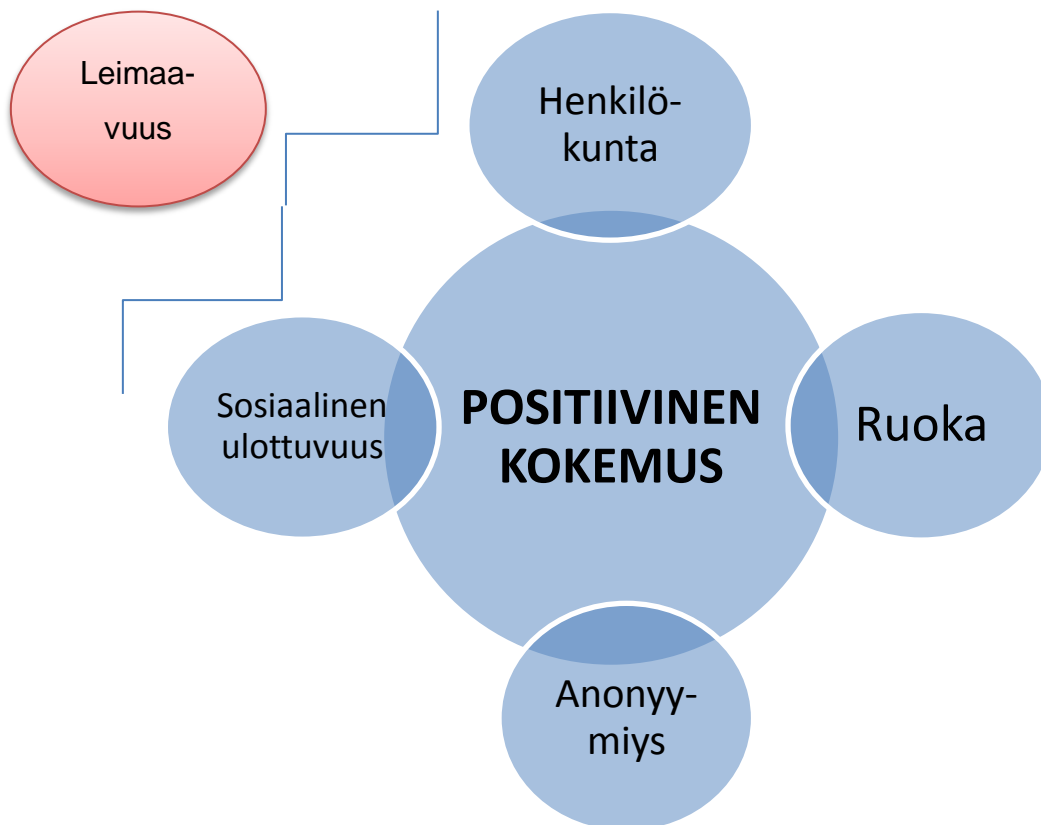
den tutkimuskysymyksen kautta. Ensimmäisissä alaluvuissa johtopäätöksiä kuvataan pienempien teemakokonaisuuksien kautta, mutta lopussa ne pyritään vetämään yhteen sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmaan.

7.1 Ruoka-avussa asiointin kokemukset

Näyttää siltä, että suurin osa Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avun asiakaskunnasta on pienituloisia, suurelta osin työtöntä väestöä. Myös kaikissa aiemmissa ruoka-apua käsittelevissä tutkimuksissa on tultu samaan tulokseen, ja havaittu että asiakaskunta on suurimmilta osin erittäin pienituloista. (vrt. Ohisalo & Saari 2014, 110; Saari ym. 2012, 22). Haastatteluun osallistuneiden mielipiteet toimeentulon tasostaan voitiin havaita jakautuvan kahteen ryhmään, joista toinen edusti erittäin pienituloista asiakaskuntaa ja osa melko pienituloista. Näiden ero oli käytännössä se, että toiselle ryhmälle ruoka-apu oli toimeentulonsa kannalta elintärkeää, kun taas toisille se toimi jonkinlaisena täydentävänä lisänä. Voidaan päätellä, että toinen ryhmä edusti todella huono-osaista ja pienituloista väestöä, jolle ruoka oli ensisijainen syy ruoka-avussa asiointiin, kun taas toiselle ryhmälle ilmaisruoka ja sen jonotus saattoi olla pikemminkin tapa kuluttaa aikaa tai säästää rahaa ostettavalta ruoalta. Myös Ohisalon ja Saaren (2014, 110) tutkimuksessa huomataan, että ruoka-avun asiakkuuteen saattaa hakeutua asiakkaita eri syiden seurauksena. Tällaisia syitä voivat olla muun muassa rahan vähyyys ja konkreettinen ruoan puute, elämänhallinnalliset ongelmat kuin sosiaalinen kohtaaminenkin.

Positiivinen kokemus. Ruoka-avussa asiointin kokemukset osoittautuivat tässä tutkimuksessa poikkeuksetta positiivisiksi. Tästä huolimatta osalla asiakkaista painoi taustalla kokemus ruoka-avun leimaavuudesta. Suhtautuminen leimaavuuteen oli kuitenkin eriävä, sillä osa asiakkaista ei nähnyt ruoka-avussa asiointissa mitään leimaavaa, kun taas osa pystyi havaitsemaan siinä enemmän ja vähemmän leimaavia elementtejä. Erityisesti ensimmäisinä asiointikertoina leimaavuus koettiin voimakkaampana kuin myöhemmin asiointin jatkuessa. Kenellekään asiakkaalle ruoka-avun leimaavuus ei tässä tutkimuksessa kuitenkaan ollut niin vahvaa, että se olisi vaikuttanut yleiseen mielikuvaan ruoka-avusta. Kaikkien haastateltavien suhtautuminen ruoka-apuun oli yleisesti positiivinen (kuvio 4), ja sen osa-alueet

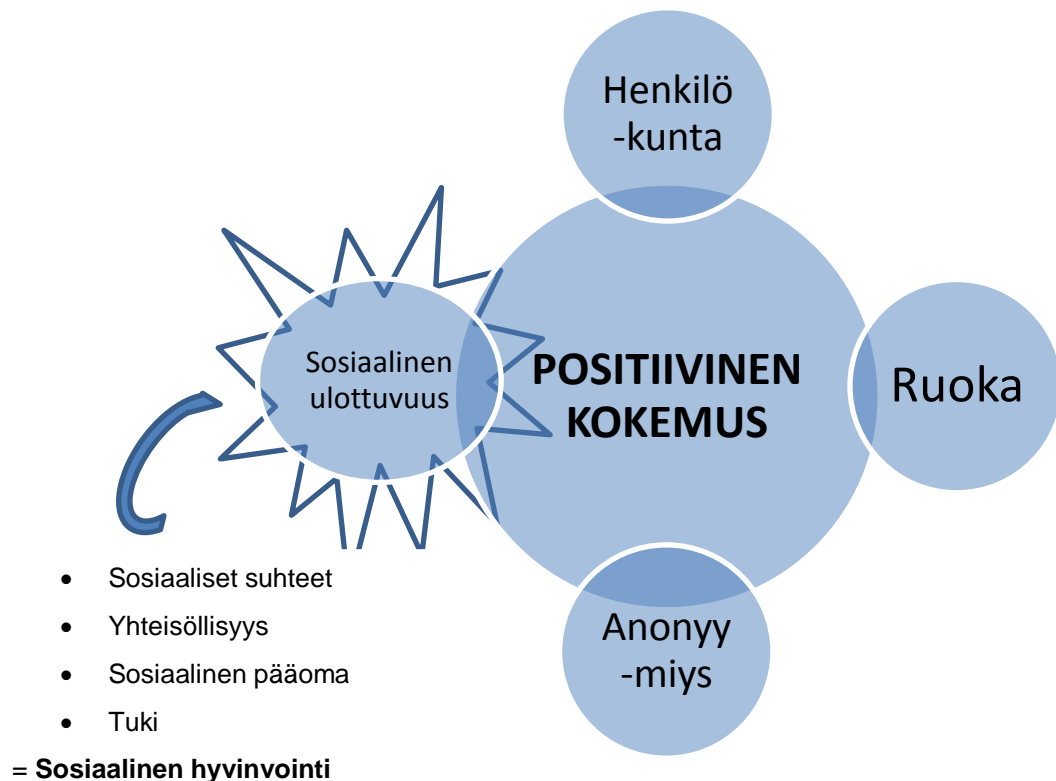
koostuivat neljästä esille nousseesta erillisestä teemasta. Näitä olivat konkreettinen ruoka, positiiviset kokemukset henkilökunnasta, asiointin anonyymiys sekä sosiaalinen ulottuvuus asiakkaiden keskuudessa. Näyttäisi siltä, että nämä yksittäiset miellyttävät osatekijät tekivät ruoka-avussa asiointista Seinäjoen Helluntai-seurakunnalla kaiken kaikkiaan hyvän kokemuksen. Positiivisesti virittyneiden osalueiden vaikutus koettiin jopa niin suurena, että se ehkäisi leimaavuuden haittavaa vaikutusta. Tässä suhteessa tutkimuksen tulokset ovat yhteneväisiä teorian (ks 3.4) kanssa, jonka mukaan ruoka-avussa asiointin leimaavuus riippuu siitä, kuinka tuttu tilanne on ihmiselle ennalta, ja onko ihminen sopeutunut kyseiseen tilanteeseen. Sopeutumiseen vaikuttaa merkittävästi ruoka-avussa tapahtuvat kohtaamiset sekä työntekijöiden että muiden asiakkaiden kanssa. Mikäli ruoka-avun ympäristöstä muodostuu sosiaalista vuorovaikutusta ja vertaistukea muodostuva yhteisö, kokemus ruoka-avussa asiointin leimaavuudesta vähenee. (Ohisalo & Saari 2014, 83.)



Kuvio 4. Positiivisen kokemuksen osatekijät ja niiden suojaava vaikutus leimaavuuden tunteeseen

7.2 Ruoka-avun vaikutus asiakkaiden sosiaaliseen hyvinvointiin

Yksi ruoka-avun positiivisen kokemuksen osa-alueista oli sen merkitys sosiaalisena tapahtumana. Tämän tutkimuksen toinen pääteema liittyykin juuri tuohon ruoka-avun useasti todettuun sosiaaliseen ulottuvuuteen (kuvio 5). Seuraavissa kappaleissa siirrytään kuvaamaan, millaisia johtopäätöksiä tämän tutkimuksen pohjalta on noussut liittyen ruoka-avun tuottamaan sosiaaliseen hyvinvointiin. Painopiste on ruoan jaon fyysisessä tilanteessa, ja kuinka tuo viikoittainen tapahtuma tukee asiakkaidensa sosiaalista hyvinvointia. Tämän teemakokonaisuuden voidaan ajatella olevan syvennystä edellisen kappaleen sosiaaliselle ulottuvuudelle, pureutuen sen osa-alueisiin syvällisemmin. Lopussa vedetään sosiaalisen hyvinvoinnin pienemmät teemakokonaisuudet yhteen, kooten keskeisimmät tulokset suuremmaksi sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisuudeksi.



Kuvio 5. Sosiaalisen hyvinvoinnin teemakokonaisuus syventää ruoka-avun sosiaalista ulottuvuutta

Sosiaaliset suhteet ruoka-avussa. Tämän tutkimuksen ytimessä vaikuttaa oletus, jonka mukaan ihminen voi hyvin, kun hän elää elämänsä yhteydessä muihin ihmisiin. Tämän oletuksen puolesta puhuvat monet sosiologit, kuten Erik Allardt (1976, 42-43) ja Liisa Keltikangas-Järvinen (2010, 17), joiden mukaan ihminen on luonnostaan sosiaalinen olento, joka kaipaa muiden ihmisten seuraa, ja siten hakeutuu vastavuoroisiin sosiaalisiin suhteisiin. Ilman näitä suhteita ihmisen sosiaalinen hyvinvointi muuttuu pahoinvoinniksi. Castren (2005, 155, 158) kertoo, että usein ihmisen sosiaaliset verkostot muodostuvat perheestä, ystävyys-suhteista ja työpaikan sosiaalisista suhteista. Työttömyyden, eläkkeelle siirtymisen, eron tai vaikkapa puolison kuoleman kohdatessa ihminen tarvitsee paikkaavia ympäristöjä uusien sosiaalisten suhteiden muodostumiselle. Tällaisia voivat olla vapaaehtoisuuteen perustuvat ympäristöt, jossa ihminen voi harjoittaa vertaisuuteen perustuvia sosiaalisia suhteita.

Helluntaiseurakunnan ruoka-avun asiakaskunta oli suurimmilta osin työtöntä tai eläkkeellä olevaa väestöä. Myöskään perhettä heistä ei yli puolella ollut. Teorian ja tutkimustulosten valossa näyttää siltä, että tämän asiakasryhmän sosiaaliset suhteet saattavat muotoutua juurikin ruoka-avun kaltaisessa ympäristössä. Tämä tulos korostui myös haastatteluissa, nimittäin kaiken kaikkiaan suhde muihin asiakkaisiin koettiin erittäin miellyttävänä. Yksikään haastateltava ei kokenut ruoka-avun sosiaalista ulottuvuutta epämiellyttävänä, vaan kaikille se tuotti enemmän ja vähemmän koettua hyvinvointia. Ennen kaikkea tuloksissa korostui vuorovaikutuksen miellyttävyys, sillä kaikille haastateltaville juttelu muiden asiakkaiden kanssa oli voimaannuttavaa. Joillekin juttelu oli jopa tärkein syy ruoka-apuun hakeutumiseen, jolloin jonoon saatettiin lähteä, vaikka ruokaa olisi ollut vielä kotona.

Tulokset ovat siis linjassa teorian kanssa, jonka mukaan ihminen hakeutuu luonnostaan kontaktiin muiden ihmisten kanssa. Varsinkin yksinasuville, ja työelämän ulkopuolella oleville ruoka-avusta tuntui löytyvän sosiaalisia tarpeita tyydyttäviä suhteita. He kuvasivat muita asiakkaita sanallisesti ystävikseen, tapasivat asiakkaita myös ruoka-avun ulkopuolella ja toisaalta kuvasivat näitä sosiaalisia suhteita huomattavasti laadukkaammiksi, kuin muun elämänsä suhteita. Heillä ei välttämättä edes ollut vertailukohdetta muualla elämässään, sillä joillekin ruoka-avussa syntyneet sosiaaliset suhteet olivat elämän ainoat sosiaaliset kontaktit. Osalle asiak-

kaista ruoka-avun sosiaaliset kontaktit toimivat enemmän täydentävinä kuin ainoina, eikä heille niiden merkitys sosiaalisen hyvinvoinnin tuottajina ollut erityisen korostunut.

Ruoka-avun yhteisöllisyys. Tutkimuksen pohjalta näyttäisi siltä, että Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avussa vaikuttaa osittain jopa vahvasti yhteisöllinen ilmapiiri, jossa myös yhteisön kriteerit täyttyvät. Suurin osa asiakkaista myös kertoi sanallisesti havaitsevansa ruoka-avussa yhteisön elementtejä. Tomperi (2012, 25) painottaa tämän päivän yhteisöllisyyden toteutuvan usein kolmannen sektorin kautta, sillä varsinkin työttömille tai eläkeläisille tällaiset vapaaehtoisuuteen perustuvat yhteisöt ovat merkityksellisiä sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta. Myös tämän tutkimuksen kohderyhmä oli poikkeuksetta työelämän ulkopuolella olevaa väestöä. Ei siis liene yllätys, että heille juuri ruoka-avun ympäristö saattaa toimia yhteisöllisyyden areenana.

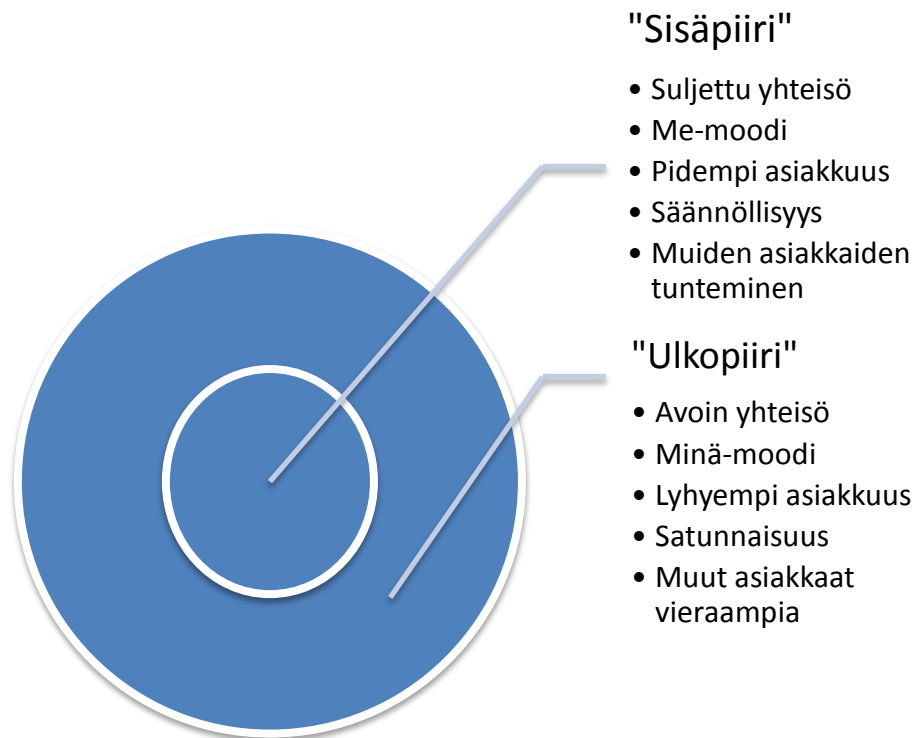
Haastatteluista nousikin esiin Tuomelan (Tuomela) määrittelemä yhteisön syvyyttä kuvaava me-moodi. Asiakkaat käyttivät ruoka-avun yhteisöstä puhuttaessa persoonapronominia ”me”, joka kertoi kokemuksellisesta kuulumisesta sekä omistussuhteesta kyseiseen yhteisöön. Myös Baumanin (2001,15) määritelmät yhteisön elementeistä korostuivat haastateltavien puheissa. Näitä olivat yhteisön jäsenyys, samankaltaisuus ja yhteenkuuluvuus. Jäsenyyden kokemuksesta kertoi asiakkaiden puheissa korostunut me-ajattelu, samankaltaisuudesta puolestaan puhui asiakkaiden kertomukset siitä, että he ovat elämäntilanteidensa vuoksi ”samassa veneessä”. Yhteenkuuluvuus muihin asiakkaisiin osoittautui siitä, kuinka haastateltavat kuvasivat ruoka-avun yhteisöä sanoin ”jengi”, ”porukka” tai jopa ”perhe”.

Ruoka-avun intiimilaatuinen yhteisöllisyys ei kuitenkaan selvästi koskettanut kaikkia asiakkaita, vaan tutkimusaineistosta nousi esiin ajatus, että vain tietty osa ruoka-avun asiakaskunnasta muodosti intiimimmän yhteisön, muiden asiakkaiden jäädessä tämän ulkopuolelle. Näitä olivat poikkeuksetta pitkäaikaiset asiakkaat, jotka keskimäärin saapuivat jonoon aiemmin kuin muu asiakaskunta. Erottava tekijä näiden ryhmien välillä oli asioinnin kesto. Näyttäisi siltä, että noin vuoden kohdalla asioinnin aloittamisesta asiakas alkoi kokea yhteisöllisyyttä, kun taas alle vuoden asioineet asiakkaat eivät. Tämä nousi esiin myös haastatteluista, sillä kaksi haastateltavaa kymmenestä oli uudempia asiakkaita, ja juuri he eivät mieltäneet

ruoka-apua intiimiksi yhteisöksi. Heidän mielestään asiakaskunta muodostikin niin sanotun sisäpiirin ja ulkopiirin, johon asiakas asiointinsa keston sekä muiden asiakkaiden tuntemisen perusteella sijoittui. Uudemmat asiakkaat eivät myöskään olleet asioinnissa niin säännöllisiä kuin vanhemmat asiakkaat.

Tämä ilmiö on linjassa Colemanin (1999, 23–25) teorian kanssa, jonka mukaan yhteisöjä voi olla erilaisia riippuen niiden avoimuudesta ja suljettuudesta. Avoin yhteisö ei yksilön näkökulmasta sisällä toistuvia kontakteja, kun taas suljetussa yhteisössä yhteisön jäsenet ovat säännöllisessä kontaktissa keskenään. Tämä vaikuttaakin yksilön suhtautumiseen koko yhteisöön ja sen normeihin sitoutumiseen sekä vastavuoroisuuteen. Tällöin avoimen yhteisön on vaikeampi luoda yhteisöllisyyttä kuin suljetun. Tulosten perusteella voidaan havaita, että ruoka-apu saattaa muodostaa asiakaskunnassaan sekä avoimen että suljetun yhteisön (kuvio 6). Avoin yhteisö voidaan havaita muodostuvan koko asiakaskunnasta, johon kuuluvat kaikki asiakkaat. Heillä ei koko yhteisönä ole toistuvaa kanssakäymistä, vastavuoroisuutta eikä samaistumista. Vaikuttaa siltä, etteivät kaikki asiakkaat sitä välttämättä kaivanneetkaan. Sen sijaan tuon laajemman avoimen yhteisön sisällä vaikuttaa kooltaan pienempi, vain osan asiakkaista kattava suljettu yhteisö, jossa myös yhteisöllisyyden tuottamat hyveet ovat laajemmin havaittavissa.

Tuomela (Tuomela) kertoo, että kun yhteisö on luonteeltaan avoin, yksilön puheissa esiintyy niin sanottu minä-moodi. Tällöin henkilö kertoo omista tavoitteistaan suhteessa ryhmään. Vastaavasti, jos yhteisö on tasoltaan suljetumpi, yksilöt ryhmän sisällä alkavat käyttäytyä me-moodin mukaisesti. Me-moodissa yksilön omat tavoitteet ovat jääneet taka-alalle, ja ihminen ajaa ensisijaisesti yhteisön etua. Tämä kuitenkin tuottaa myös yksilölle itselleen hyvinvointia. Myös ruoka-avussa vaikuttavassa suljetussa yhteisössä minä-moodi oli selkeästi vaihtunut me-moodiin. Näille asiakkaille ruoka-avun tuottama yhteisöllisyys vaikutti tuottavan runsaasti sosiaalista hyvinvointia ja joissain tapauksissa jopa ehkäisevän syrjäytymistä.



Kuvio 6. Ruoka-avun avoin ja suljettu yhteisö

Ruoka-avun yhteisö sosiaalisen pääoman tuottajana. Sosiaalinen pääoma oli terminä ruoka-avun asiakkaille vieras. Silti he käyttivät puheissaan tietämättään sosiaalisen pääoman ilmentymiseen liittyvää termistöä, kuvaillen muun muassa ruoka-avussa vaikuttavan tietynlainen "me-henki". Tämä itse asiassa paljastaakin sosiaalisen pääoman ilmentymisestä ruoka-avun asiakaskunnassa paljon, sillä Hyyppä (2005, 9) kertoo nimenomaan me-hengen olevan se voima, joka saa ihmiset toimimaan yhteisen hyvän eteen, tuottaen samalla sosiaalista pääomaa koko yhteisön nautittavaksi. Toisin sanoen ilman me-henkeä ei voi syntyä sosiaalista pääomaa. Tämän opinnäytteen sosiaalisen pääoman tulkinnoissa hyödynnetään James Colemanin edustamaa ajattelutapaa. Coleman (1988, 98, 102-108, Ruuskasen 2002, 9-12 mukaan; Saaristo & Jokinen 2004, 259-260) tarkastelee sosiaalista pääomaa yhteisön sosiaalisiin suhteisiin liittyen: niiden *tiiviyteen*, kykyyn ylläpitää *normeja* sekä yleistä *luottamusta* yhteisössä. Tällöin sosiaalista pääomaa tuottavassa yhteisössä vaikuttaa *vastavuoroisuuden periaate*, jonka kautta yhteisössä annetaan ja vastaanotetaan palveluksia sekä luotetaan niiden toteutumiseen puolin ja toisin. Lisäksi yhteisössä tulee olla riittävän tiiviit ja vuorovaikutuk-

sessä olevat sosiaaliset suhteet, jotka mahdollistavat tehokkaan tiedonkulun yhteisön asioissa. Yhteisössä vallitsevat normit ja arvot ovat myös osoitus sosiaalisesta pääomasta. Normien tottelemista tulee myös kontrolloida, eli niiden tottelemattomuudesta on seurattava jonkinlainen sanktio. Näiden sanktioiden toteutuminen puolestaan liittyy yhteisön sisäisten sosiaalisten suhteiden eli verkostojen tiiviyyteen.

Colemanin teorian valossa näyttäisi siltä, että ruoka-avussa voidaan havaita esiintyvän sosiaalista pääomaa. Kaikki asiakkaat kertoivat tuntevansa muita asiakkaita kohtuullisen hyvin, joskin myös tuntemisen aste riippui asiointin kestosta sekä omasta halusta tutustua muihin asiakkaisiin. Tuloksissa korostui, että pidempiaikaiset asiakkaat tunsivat muita asiakkaita selkeästi paremmin. Hyvin muita asiakkaita tuntevia yhdisti myös muun elämän sosiaalisten suhteiden köyhyys. Tulosten valossa näyttäisi siltä, että ruoka-avun sosiaaliset suhteet olivat riittävän *tiivitä* mahdollistaakseen sosiaalisen pääoman esiintymisen. Ruoka-avussa esiintyi *vastavuoroisuudellinen* ilmapiiri, jossa autettiin toisia tarpeen mukaan ja asiakkaista riippuen myös apua voitiin itse kysyä. Tässä nousi esiin vastavuoroisuuden periaate: jos apua oli annettu, sitä uskottiin myös saavan itse. Tuloksista nousi esiin myös vahvat ruoka-avun *normit*, jonka mukaan asiakaskunnassa toimittiin. Nämä liittyivät pääasiassa sääntöihin ja toimintatapoihin, mutta koskettivat myös käyttäytymiseen liittyviä normeja. Näitä olivat muun muassa sallitut ja kielletyt puheenaiheet sekä ruoan ottamiseen liittyvät säännöt. Myös emotionaalisen ulossulkemisen sanktio näytti seuraavan normien tottelemattomuudesta. Tästä osoituksena oli asiakkaiden suhtautumistapa, jonka mukaan sääntöjä oli pakko totella, tai jonoon ei ollut enää asiaa.

Myös suhtautuminen ruoka-avun yleiseen *luottamukseen* oli myönteinen. Ruoka-apu koettiin luotettavana ympäristönä, joskin myös sen nähtiin riippuvan muiden asiakkaiden tuntemisen tasosta. Kaikkein luottamuksellisimmat asiat uskottiin vain tutumpien asiakkaiden kuultavaksi. Osista haastatteluista nousi esiin, että pidempiaikaisiin ja aikaisin jonoon tuleviin asiakkaisiin luotettiin yleisesti paremmin kuin uusiin. Myös nämä elementit lienevät olevan osoitus ruoka-avun asiakaskunnassa vaikuttavasta avoimesta ja suljetusta yhteisöstä. Näyttäisi siltä, että näiden pidempiaikaisten asiakkaiden keskuudessa myös sosiaalisen pääoman ilmenemismuo-

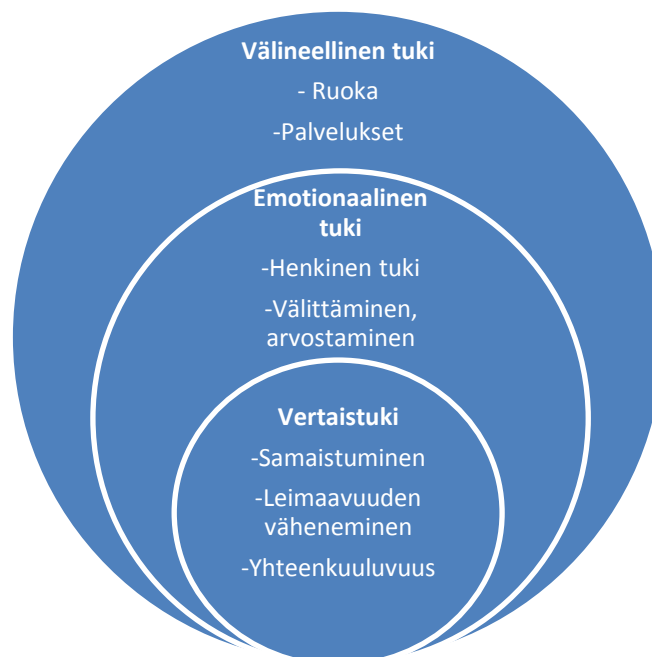
dot olivat voimakkaampia kuin muun asiakaskunnan. Voidaan todeta, että sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta ruoka-avun suljettu yhteisö saattoi olla hedelmällisempi ympäristö. Tätä pohditaan tarkemmin vielä kappaleen lopussa.

Ruoka-avusta sosiaalista tukea. Tutkimuksen tulosten valossa näyttäisi siltä, että Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avussa vaikuttaa yhteisö, joka voi tuottaa jäsenilleen tukea. Lähes kaikki haastateltavat kertoivatkin saaneensa ruoka-avun yhteisöltä tukea tavalla tai toisella. Tuen laatua tarkemmin analysoidessa, alkuun voidaan todeta, että tuen muotoja on erilaisia. Tästä kertoo Kumpusalo (1991, 15-16), jonka mukaan tuki voidaan jaotella sen antajatahon mukaan primaari- ja sekundaaritason tukiin. Primaaritasolla tarkoitetaan tukea, jota voidaan saada esimerkiksi ystäviltä, vapaa-ajan yhteisöiltä tai erilaisilta yhteisöiltä. Näin ollen tämän opinnäytteen kohderyhmässä vaikuttava tuki lienee primaaritason tukea, sillä tämä ruoka-apu on eräänlainen kolmannen sektorin vapaa-ajan yhteisö. Laadultaan tuki voidaan teorian mukaan jakaa viiteen ryhmään riippuen tuen sisällöstä. Näitä ovat Järvikosken ja Härkäpään (2011, 88–89) mukaan *emotionaalinen* tuki, *välineellinen* tuki, *tiedollinen* tuki, *arvioivaan* tuki sekä *vertaistuki*.

Tämän tutkimuksen tuloksista nousi esiin kolmen tuen muodon, välineellisen tuen, emotionaalisen tuen ja vertaistuen ilmentyminen. Järvikoski ja Härkäpää (2011, 88–89) sekä Jantunen (2008, 20,28) kertovat emotionaalisella tuella viitattavan koettuun välittämiseen ja arvostamiseen, jotka syntyvät yhdessä muiden ihmisten kanssa. Välineellinen tuki sen sijaan sisältää konkreettisen tuen keinoja, käytännöllistä auttamista. Vertaistuella tarkoitetaan tukea, jossa tuettava ja tukija jakavat saman tilanteen ja siten pystyvät aidosti ymmärtämään toisiaan. Haastateltavat kuvasivat heidän saamansa välineellisen tuen koskettavan konkreettista ruoka-apua sekä asiakaskunnalta saatuja muita käytännön palveluksia. Näitä muiden asiakkaiden tuottamia palveluksia eivät kuitenkaan kaikki asiakkaat halunneet mielellään vastaanottaa. Näiden asiakkaiden vastauksista korostui eräänlainen näyttämisen halu ja omillaan pärjääminen. Ilmiö tukee Kumpusalon (1991, 15-16) ajatusta, jonka mukaan ystäväpiiriltä tai läheiseltä vapaa-ajan yhteisöltä saatetaan välttää avun pyytämistä, koska tällöin tuettavalle saattaa tulla tunne omasta heikoudesta ja kykenemättömyydestä. Välineellisen tuen lisäksi tuloksista nousi esiin emotionaalisen tuen ja vertaistuen kokemus. Emotionaalista tukea kuvattiin sanoil-

la ”henkinen tuki”, joka muodostui vuorovaikutuksessa muiden asiakkaiden kanssa. Tästä kertoi se, että asiakkaat kokivat tullessa välitetyiksi ja arvostetuiksi muiden asiakkaiden toimesta.

Vertaistuki näyttäytyi haastateltavien puheissa ymmärryksenä siitä, että köyhyys kosketti kaikkia asiakkaita. Tämä sai aikaan syvää samaistumista ja sympatiaa, mutta toisaalta myös ymmärrystä omaan tilanteeseen. Vertaistuella näytti olevan myös ruoka-avussa asioinnin leimaavuutta vähentävä vaikutus. Huomion arvoisena seikkana ruoka-avun yhteisössä vaikuttavasta tuesta voidaan todeta, että tuen muodot vaikuttivat syvenevän välineellisestä vertaistukeen. Yleisimmin tukea koettiin välineellisellä tasolla, sillä se ei edellyttänyt muiden asiakkaiden kanssa henkilökohtaista vuorovaikutuksellista suhdetta. Emotionaalista tukea alettiin kokea, kun muu asiakaskunta alkoi tulla tutuksi ja muiden kanssa elettiin vuorovaikutuksessa yhteisön arjen kohtaamisissa. Vertaistuen kokemus edellytti yhteisön jäseneltä aiemmin todetun me-moodin sisäistämistä. Vasta tällä tuen muodolla vaikutti olevan leimaavuuden kokemusta vähentävä vaikutus. Kaikkien tuen muotojen voidaan ajatella tukevan asiakkaiden sosiaalista hyvinvointia, mutta erityisen suuri vaikutus lienee vertaistuellisella elementillä, jonka kautta leimaavuuden kokemus nähtiin poistuvan. Seuraavassa tuen syvyyttä selventävä kuvio 7, jossa tuen tyypit ovat sijoitettu ulkokehältä sisäkehään lievimmästä vahvimpaan tukeen.



Kuvio 7. Primaaritason tuen saamisen kokemus ruoka-avussa

7.3 Yhteenvetoa keskeisistä johtopäätöksistä

Tulosten, teorian sekä aiempien tutkimusten valossa voidaan todeta ruoka-avun olevan asiakkailleen miellyttävä kokemus. Yksi suuri syy tähän lieneekin sen sosiaalinen ulottuvuus, jota myös monet aiemmat tutkimukset ovat sivunneet. Tämän opinnäytetyön johtopäätösten valossa näyttäisi siltä, että ruoka-apu tuottaa kaikille asiakkailleen jonkin verran sosiaalista hyvinvointia. Tämän sosiaalisen hyvinvoinnin merkityssuhteet kuitenkin vaihtelevat jokaisen asiakkaan kohdalla. Ne riippuvat monista tekijöistä, kuten ihmisen perhetilanteesta, ruoka-avussa asiointin kestosta sekä omista valmiuksista ja halusta olla osa yhteisöä. Tässä alaluvussa vedetään sosiaalisen hyvinvoinnin teemakokonaisuus yhteen hyödyntäen Erik Allardt'n sosiaalisen hyvinvoinnin määritelmää. Allardt'n (1976, 39–40) mukaan ihmisen sosiaalisen hyvinvoinnin osa-alueet ovat ”having”, ”loving” ja ”being”. Hänen mielestään hyvinvoinnin having -osa-alueeseen kuuluu ihmisen taloudellinen toimeentulo, eli elintaso. Ruoka-avun voidaan ajatella tukevan kaikkien asiakkaidensa having -osa-alueen hyvinvointia. Kaikki asiakkaat saavat siitä taloudellista toimeentuloa tukevaa ruoka-apua, joskin heidän lähtökohtainen hyvinvoinnin taso on taloudellisesti melko heikko. Ruoka-apu parantaa kuitenkin asiakkaiden taloudellista selviämistä, ja kohottaen sitä kautta jopa voimakkaasti having -osa-alueen hyvinvointia.

Hyvinvoinnin Being -osa-alueella Allardt (1976, 46-47) tarkoittaa mahdollisuutta itsensä toteuttamiseen. Ihmisellä on hänen mukaansa tarve tulla kohdatuksi omana itsenään, kokea itsensä arvokkaana sekä toteuttaa itseään vapaa-ajallaan ja osallistua toimintaan. Loving -osatekijällä Allardt (1976, 42-43) kuvaa puolestaan ihmisen luonnollista sosiaalisuutta, jonka tarve tulee tyydytetyksi ainoastaan erilaisissa suhdeverkostoissa toisten ihmisten kanssa. Näiden sosiaalisen hyvinvoinnin osatekijöiden muodostuminen osoittautui tässä tutkimuksessa eriäväksi. Tutkimuksessa kävi ilmi, että ruoka-apu todella muodostaa yhteisön, jossa ihminen voi tulla kohdatuksi arvostavasti omana itsenään, osallistua yhteiseen vuorovaikutukselliseen toimintaan sekä toteuttaa luonnollista sosiaalisuuden tarvettaan yhdessä muiden asiakkaiden kanssa. Tutkimusten valossa tällaista esiintyikin asiakaskunnassa melko paljon, mutta ei kaikkien asiakkaiden kohdalla. Ruoka-avulla oli sosiaalisesti voimaannuttava vaikutus erityisesti niille asiakkaille, jotka tunsivat riittä-

västi muita asiakkaita ja kokivat olevansa osa ruoka-avun yhteisöä. Toisin sanoen sosiaalista hyvinvointia tuottavat elementit ovat kohdistuneet vahvemmin heille, jotka kuuluvat tähän ruoka-avun avoimen yhteisön sisällä vaikuttavaan suljettuun yhteisöön. Erityisesti loving -osa-alueen sosiaalinen hyvinvointi muodostunee tässä suljetussa yhteisössä, joka kokoontuu yhteen jopa useita kertoja viikossa. Tässä suljetussa yhteisössä toisesta pidetään huolta, annetaan vahvaa tukea arjessa selviytymiseen ja ennen kaikkea eletään arkea yhdessä pienten päivittäisten kohtaamisten muodossa.

Erityisesti heikon sosiaalisen aseman omaaville ruoka-avun sosiaalista hyvinvointia tuottava vaikutus oli kaikkein suurin. Huomiona on esitettävä lisäksi näkökulma, että juuri näiden asiakkaiden lähtökohtainen sosiaalinen hyvinvointi lienee kaikkein huonoin. Ruoka-apu vaikutti olevan paikkaava sosiaalisen hyvinvoinnin lähde erityisesti perheettömille, yksinäisille, ja eri tavoin työelämän ulkopuolella oleville. Heillä muita vastavuoroisuuteen perustuvia sosiaalisia suhteita oli ruoka-avun ulkopuolella heikosti. Vaikutti siltä, että juuri nämä olivat eniten syrjäytymisvaarassa olevia asiakkaita, jotka ilman ruoka-avun yhteisön tuottamaa sosiaalista hyvinvointia voisivat jäädä jopa täysin vaille sosiaalisia kontakteja. Heille ruoka-avun sosiaalinen ulottuvuus tarjosi mahdollisuuden tuntea muita asiakkaita, kuulua yhteisöön, nauttia sosiaalisen pääoman hyödykkeistä sekä antaa ja vastaanottaa tukea. Tällä näytti olevan jopa vahvasti sosiaalista hyvinvointia tuottava vaikutus.

Muu osa asiakaskunnasta vaikutti omaavan paremmat sosiaaliset verkostot siviilielämässään ruoka-avun ulkopuolella. Heille ruoka-avun sosiaalisten suhteiden merkitys lienee pikemminkin täydentävä, kun syvimät sosiaalisen hyvinvoinnin lähteet nähtiin muualla kuin tämän asiakaskunnan parissa. Näille asiakkaille ruoka-avulla oli lähinnä hyvinvoinnin taloudellista osa-aluetta kohottava vaikutus, kun taas muu sosiaalinen hyvinvointi koettiin pääosin muualla. Toki myös heille viikoittaiset kohtaamiset ruoka-avun parissa olivat voimaannuttavia ja miellyttäviä. Näin ollen niiden voidaan nähdä tuottavan jonkin verran sosiaalista hyvinvointia. Ruoka-avun yhteisöllisyyden tuottama sosiaalinen hyvinvointi ei kuitenkaan ollut näille asiakkaille niin merkittävää, vaan pikemminkin se voidaan nähdä mukavana lisänä ruoka-avussa asiointia.

8 POHDINTA

Tämä tutkimus oli kiinnostunut selvittämään, miten Seinäjoen Helluntaiseurakunnan ruoka-avun asiakkaat kokivat ruoka-avussa asioinnin ja millainen vaikutus sillä oli asiakkaidensa sosiaaliseen hyvinvointiin. Kiinnostus aiheeseen lähti ruoka-avun paljon puhutusta sosiaalisesta ulottuvuudesta, joka on noussut esiin monissa aiemmissa tutkimuksissa. Tässä opinnäytteessä noita sosiaalisen ulottuvuuksia halettiin lähteä syventämään ja selvittämään, mitä se mahdollisesti pitäisi sisällään. Haasteelliseksi tutkimuksen teossa koettiin käsitteiden rajaus. Ensin kiinnostus kohdistui ruoka-avun yhteisön tuottamaan sosiaaliseen pääomaan, mutta nopeasti prosessin edetessä selvisi, että kyseinen käsite oli liian suppea selvittämään ruoka-avun laajaa sosiaalista ulottuvuutta.

Niinpä yläkäsitteeksi alkoi muotoutua sosiaalisen hyvinvoinnin kokonaisuus, jonka alle istuivat hyvin ruoka-avun sosiaaliset suhteet, yhteisö, sosiaalinen pääoma ja tuki. Tarkoitus ei ollut laajentaa sosiaalista hyvinvointia asiakkaiden arkielämään, sillä kiinnostus tässä tutkimuksessa kohdistui juuri ruoka-avun tuomiin merkityssuhteisiin. Näiden teemojen kautta pyrittiin saamaan vastauksia, miten ruoan jakamisen konkreettinen viikoittainen kohtaaminen tuki asiakkaidensa sosiaalista hyvinvointia. Ensimmäinen tutkimuskysymys, joka liittyi asiakkaiden kokemuksiin ruoka-avusta, nähtiin eräänlaisena aiheeseen johdattelevana kysymyksenä, joka myöhemmin toisessa kysymyksessä syventyi ruoka-avun sosiaalisen hyvinvoinnin kokemukseen. Näin ollen molemmat tutkimuskysymykset kietoutuivat yhteen tukien toinen toistaan ja syventäen sosiaalisen ulottuvuuden teemaa.

Kokonaisuudessaan opinnäytteen tekeminen oli intensiivinen ja aikaa vievä prosessi, joka tahtoi viedä tutkijaa mukanaan. Tutkimuksen tekeminen toi osaltaan uusia näkökulmia sosiaalialan osaamiseen ja kehittämiseen sekä lisäsi ymmärrystä sosiaalialan jatkuvasta yhteiskunnallisesti muuttuvasta luonteesta. Opinnäytteen teossa todellinen haaste olikin, kuinka pysyä määritellyissä teemoissa ja aihepiirissä, sillä aihe olisi tarjonnut jatkuvasti uusia mielenkiintoisia näkökulmia ja avauksia. Sosiaalisesti hyvinvoinniksi määritelty teemakokonaisuus oli itsessään jo niin laaja, että aiheen laajentaminen olisi voinut johtaa elämän mittaiseen tutkimukseen. Koko tutkimusprosessin ajan opinnäytteen tekijä pyrki pitämään tutkiel-

maan objektiivisen näkökannan, aina haastatteluista johtopäätöksiin saakka. Eri-tyisesti haastattelutilanteissa opinnäytetyön tekijä pyrki toimimaan siten, ettei johdattele keskustelua liikaa, vaan saada asiakkaiden oma ääni kuuluviin. Tämä lie- neekin onnistunutta, sillä aineistosta huokunee juuri tuo asiakkaiden ääni ja oma kokemus. Tutkimusta tehtäessä eteen tuli monenlaisia ongelmia, mutta myös op- pimisen paikkoja. Erityisen mielenkiintoista oli nähdä, kuinka taustalla vaikuttava teoria todentui monin paikoin tutkimuksen johtopäätöksissä. Tällöin tutkijalle syntyi voimakas oppimisen kokemus, sillä oli hienoa huomata kuinka itse kerätty empiiri- nen aineisto vastasi käsitteen teoriaan ja aiempiin tutkimuksiin. Se toi varmuutta juuri tämän opinnäytetyön luotettavuudesta, sillä tulokset eivät olleet vain opinnäy- tetyön tekijän omia tulkintoja.

Tutkimuksen tekeminen toi lisää ammatillista osaamista monin eri tavoin. Seuraa- vassa tarkastellaan lyhyesti Sosionomi (AMK) osaamistavoitteita ja pohditaan nii- den todentumista tutkimusprosessin aikana. Sosionomin (AMK) tulee ymmärtää asiakkaansa tilanteita ainutkertaisena. Hänen tulee toimia edistäen tasa-arvoa, ehkäisten huono-osaisuutta niin yksilön, yhteisön kuin yhteiskunnankin näkökul- masta. Sosionomi (AMK) ymmärtää asiakkaan tarpeita ja pyrkii toiminnassaan ohjaamaan asiakkaita voimavarojen käyttämiseen ja vahvistamiseen. Myös epätä- sa-arvoa tuottavien rakenteiden tunnistaminen ja yhteisötyö kuuluu sosionomin (AMK) ammattiosaamiseen. (Sosionomi (amk) –tutkinto.) Tutkimuksen tekeminen sukellutti opinnäytteen tekijän uuteen huono-osaisuuden maailmaan, jossa esiintyi runsaasti vähintään suhteellista köyhyyttä, mutta joissain tapauksissa myös abso- luuttista. Opinnäytteen tekeminen kosketti näin ollen monia sosionomin (AMK) osaamistavoitteita, sillä tutkimus pyrki omalta osaltaan saamaan uutta tietoa syr- jäytymisen ehkäisemisestä sosiaalisen hyvinvoinnin keinoin. Myös epätasa-arvoon liittyviä kysymyksiä jouduttiin pohtimaan köyhyyden aiheuttaman leimaavuuden näkökulmasta. Lisäksi asiakkaiden sosiaalisen hyvinvoinnin tarpeita pyrittiin arvi- oimaan teoriaan perustuvan tiedon, sekä asiakkaiden omien kokemusten esiin- tuomisen kautta.

Tutkimus lienee onnistunut löytämään uuden näkökulman kaikkein huono- osaisimman väestön hyvinvoinnin tukemiseen ja sitä kautta syrjäytymisen ehkäi- syyn. Ehkäpä juuri vastavuoroisuuteen ja tasa-arvoisuuteen perustuvalla yhteisöl-

lisyydellä ja yhteisötyöllä voidaan tukea yhteiskuntamme kaikkein heikoimmassa sosiaalisessa asemassa olevaa väestöä. Suomi on tunnettu kansalaistensa juroudesta ja jollain tapaa myös yksinäisyydestä. Ehkäpä yhteisötyön menetelmin ja yhteisöllisyyden kautta koettavan sosiaalisen hyvinvoinnin avulla voidaan vaikuttaa koko kansakuntamme sosiaaliseen hyvinvointiin? Seuraavia aihepiirin avauksia tutkimuskenttään voisikin olla erilaisten asiakasryhmien sosiaalisen hyvinvoinnin tukeminen erilaisten yhteisöjen kautta. Näyttäisi siltä, että ainakin yhteiskuntamme huono-osainen ja köyhä väestö kokee saavansa sosiaalista hyvinvointia hakeutumalla toisten saman tilanteen jakavien pariin. Tällöin vertaisuuteen perustuvilla sosiaalisilla suhteilla on arjessa jaksamisen kannalta suuri vaikutus. Samalla, kun yhteiskuntamme ei enää välttämättä pysty tarjoamaan ihmisille yhteisöllisyyden areenoja, niitä saattaa löytyä kolmannen sektorin ja vapaaehtoistoimintaan perustuvien yhteisöjen parista. Juuri tämän sektorin yhteisöllisyyden tukeminen voisi antaa sosiaalialalle uutta näkökulmaa ja osaamista, sekä opettaa yhä tärkeämmäksi muodostuvaa moniammatillisuutta.

LÄHTEET

- Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.
- Bauman, Z. 2001. Community: Seeking Safety in an Insecure World. Cambridge: Polity Press.
- Bourdieu, P. 1999. Site Effects. In: P. Bourdieu ym. The Weight of the World. Social Suffering in Contemporary Society. Cambridge: Polity Press.
- Castren, A-M. 2005. Verkostot voimavarana. Laadullinen verkostotutkimus suomalaisen ja venäläisen yhteiskunnan vertailussa. Teoksessa: P. Jokivuori (toim.) Sosiaalisen pääoman kentät. Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy, 147-169.
- Coleman, J.S. 1988. Social Capital in the Creation of Human Capital. American Journal of Sociology. Volume 94, 95-120.
- Doyal, L. & Gough, I. 1991. A Theory of Human Need. Macmillan: London.
- Elenius, A. 2007. Avaran diakonian puolustus. Teoksessa: K. Latvus & A. Elenius (toim.). Auttamisen teologia. Helsinki: Kirjapaja, 158–176.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Forss, P. & Vatula-Pimiä, M-L. 2007. Sosiaalinen turva ja hyvinvointi. Helsinki: Edita Publishing Oy
- Gothoni, R. & Jantunen, E. 2010. Käsitteitä ja käsityksiä diakoniatyöstä ja diakoniesta työstä. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A. Tutkimuksia 25.
- Grönlund, H. & Hiilamo, H. 2006. Diakoniatyö hyvinvointivaltion mittarina. Teoksessa E. Juntunen, H. Grönlund & H. Hiilamo (toim.) Viimeisellä luukulla. Helsinki: Kirkkohallitus, 29-50.
- Heinonen, U. 2008. Sähköinen yhteisöllisyys. Kokemuksia vapaa-ajan, työn ja koulutuksen yhteisöistä verkossa. Pori: Kulttuurituotannon ja maisemantutkimuksen laitoksen julkaisuja.
- Helin, M., Hiilamo, H., & Jokela, U. 2010. Diakoniatyö asiakkaan palveluksessa. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Hiilamo, H. & Hiilamo, K. 2007. Apua? Lähimmäisyyden perusteet. Helsinki: Kirjapaja.

- Hiilamo, H., Pesola, U. & Tirri, S. 2008. Kirkon ruoka-apu. Teoksessa: S. Hänninen, J. Karjalainen, K-M. Lehtelä & T. Silvasti (toim.) Toisten pankki – ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Helsinki: Stakes, 115–124.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uud. p. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud. p. Helsinki: Tammi.
- Hursti, V. 2014. Ylen aamu-tv. [Tv-ohjelma]. Yle TV 1, 16.12.2014.
- Hyyppä, M. T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyyppä, M. T. 2005. Me-hengen mahti. Helsinki: Otava
- Hänninen, S., Karjalainen, J., Lehtelä, K-M. & Silvasti, T. 2008. Toisten pankki: Ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Helsinki: Stakes
- Jantunen, E. 2008. Osalliseksi tuleminen: masentuneiden vertaistukea jäsentävä substantiivinen teoria. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diakonia ammattikorkeakoulun julkaisuja. A. Tutkimuksia 18.
- Jokela, U. 2011. Diakoniatyön paikka ihmisten arjessa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A. Tutkimuksia 34.
- Juhila, K. 2008. Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön areenat. Teoksessa: A. Jokinen & K. Juhila (toim.) Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino, 48-81.
- Juntunen, E. 2006. Seurakuntadiakonian taloudellinen apu ja viimesijainensosiaaliturva. Teoksessa: E. Juntunen, H. Grönlund & H. Hiilamo. Viimeisellä luukulla. Helsinki: Kirkkohallitus, 53–77.
- Juntunen, E., Grönlund, H. & Hiilamo, H. 2006. Viimeisellä luukulla. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet: näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. 5. uud. p.. Helsinki: WSOYpro.

- Karjalainen J. 2008. Nälkä-äläkästä Nälkäryhmään. Tutkimus, ruokapankit ja politiikka lehdistössä. Teoksessa: S. Hänninen, J. Karjalainen, K-M. Lehtelä & T. Silvasti (toim.) Toisten pankki. Ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Helsinki: Stakes, 69–114.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.
- Kiiski, J. 2013. Diakoniatyöntekijä – rinnallakulkija ja kaatopaikka: Diakoniabarometri 2013. Helsinki: Kirkon tutkimuskeskus.
- Kivelä P. & Siisiäinen M. 2007. Sosiaalinen pääoma ja verkostot – teoriasta empiriaan. Teoksessa: L. Alanen, V-M. Salminen & M. Siisiäinen. Sosiaalinen pääoma ja paikalliset kentät. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 139-181.
- Koivula, U-M., Ohisalo M. & Saari J. 2013. Kyselytutkimus ruoka-avusta Tampereella: ”Tää on Tampereen paras paikka”. Tampere: Tampereen kaupunki.
- Koskinen, I., Alasuutari, P. & Peltonen, T. 2005. Laadulliset menetelmät kauppatieteissä. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Kotiranta, T., Haaki, R & Niemi, P. 2011. Sosiaalisuus ja sosiaalinen hyvinvointi. Teoksessa: T. Kotiranta, P. Niemi & R. Haaki. Sosiaalisen toiminnan perusta. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press, 241-248.
- Kuivalainen, S. & Niemelä, M 2009. Universalismista selektivismiin? Miten köyhyyspolitiikka vakiintui 1990- ja 2000-luvun Suomessa? Teoksessa: J. Kananen & J. Saari (toim.) Ajatuksen voima. Ideat hyvinvointivaltion uudistamisessa. Helsinki: Minerva-kustannus, 187–219.
- Kumpusalo, E. 1991. Sosiaalinen tuki, huolenpito ja terveys. Helsinki: Valtion painatuskeskus. Raportti, Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus, 8/1991.
- L 26.11.1993/1054. Kirkkolaki.
- Lääti, S. 2013. Sosiaalinen hyvinvointi mielenterveyskuntoutujan elämässä: Tutkimus sosiaalisen hyvinvoinnin merkityksistä nuorempien ja varttuneiden mielenterveyskuntoutujien keskuudessa. [Verkojulkaisu]. Helsinki: Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu-työ. Julkaisematon. [Viitattu 10.2.2015]. Saatavana: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/40975/Gradu_Laati.pdf?sequence=2
- Mäkelä, P. & Ruokonen, F. 2005. Luottamus sosiaalisen pääoman teorioiden ydinkäsitteenä. Teoksessa: P. Jokivuori (toim.) Sosiaalisen pääoman kentät. Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy, 21-44.

- Niemelä, P. 2006. Hyvinvoinnin käsite toiminnan teorian valossa. Teoksessa: P. Niemelä & T. Pursiainen (toim.) Hyvinvointi yhteiskuntapoliittisena tavoitteena: Juhlakirja professori Juhani Laurinkarin täyttäessä 60 vuotta 8.10.2006. Kuopio: Kuopion yliopisto, 67-79. Sosiaalipoliittisen yhdistyksen tutkimuksia: nro 62.
- Nikkinen, T. Ei päiväystä. Nuorten kokemuksia perheen taloudellisesta tilanteesta. [Verkkoartikkeli]. Mannerheimin lastensuojeluliitto. [Viitattu 26.3.2015]. Saatavana: <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/5ca0d4df1bb63298fe134dcfe4c5d36a/1428671549/application/pdf/13132260/Nuorten%20kokemuksia%20perheen%20taloudellisesta%20tilanteesta%20LOW%20RES.pdf>
- Ohisalo, M. & Saari, J. 2014. Kuka seisoo leipäjonossa?: Ruoka-apu 2010 –luvun Suomessa. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: KAKS - Kunnallisan alan kehittämisyhtiö. [Viitattu 18.2.2015]. Saatavana: http://www.kaks.fi/sites/default/files/TutkJulk_83_net.pdf
- Ohisalo, M. 2013. EU:n ruoka-apuohjelman vaikutus ruoka-apun vakiintumiseen Suomessa. Teoksessa: M. Niemelä & J. Saari. Huono-osaisten hyvinvointi Suomessa. Helsinki: Kela, 146-170.
- Okulov, S. 2008. "Yksinolo on aika orpo" – vanhusten palveluasumisen yhteisölliset tekijät palvelutalon asukkaiden kokemuksissa. [Verkkojulkaisu]. Lisensiaatin tutkimus. Kuopion yliopisto. Sosiaalityön ja sosiaalipedagogiikan laitos. [Viitattu 28.1.2015]. Saatavana: <http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=8b97024e-f15b-4794-b2f5-a6d8cb920bd8>
- Peltomaa, M. 2005. Kuntoutusvalmius tarpeenmukaisen mielenterveyskuntoutuksen suunnittelun perustana. [Verkkojulkaisu]. Lisensiaatin tutkimus. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. [Viitattu 15.1.2015]. Saatavana: <http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=8230ac8f-8bee-42f4-9301-fe023228dda1>
- Pesola, U. Ei päiväystä. EU-elintarviketuki - ruokaa tarvitseville. [Verkkosivu]. Kirkkopalvelut. [Viitattu 9.10.2014]. Saatavana: <http://www.kirkkopalvelut.fi/eu-elintarviketuki>
- Pessi, A-B, 2009. Spirit of altruism? On the role of the Finnish Church as a promoter of altruism of individuals and of society. In: K. Monroe & S. Scuzzarello (ed.) On behalf of others: the psychology of care in a global world. S-C. Kinnvall, K. Renwick Monroe. [Verkkokirja] Oxford : Oxford University Press, 184-210. [Viitattu 10.11.2014]. Saatavana Ebrary-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Putnam, R.D. 2000. Bowling Alone. The collapse and Revival of American Community. New York: Simon & Schuster.

- Rauhala, T. 2014. Suomessa ei kuolla nälkään mutta leipäjonot syntyvät tarpeesta. [Verkkoartikkeli]. Seinäjoen Sanomat 15.4.2014. [Viitattu 17.2.2014]. Saatavana: <http://www.seinajoensanomat.fi/artikkeli/290653-suomessa-ei-kuolla-nalkaan-mutta-leipajonot-syntyvat-tarpeesta>
- Raunio, K. 1995. Sosiaalipolitiikan lähtökohdat. Helsinki: Gaudeamus.
- Riches, Graham 2008. Ruokapankit ja oikeus ruokaan. Teoksessa: S. Hänninen, J. Karjalainen, K-M. Lehtelä & T. Silvasti (toim.) Toisten pankki. Ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Helsinki: Stakes, 23-43.
- Ruoka-apu vähävaraisille. 2015. [Verkkosivu]. Helsinki: Työttömien Valtakunnallinen Yhteistoimintajärjestö. [Viitattu 2.4.2014]. Saatavana: <http://www.tvy.fi/EU-ruoka-apu/297-ruoka-apu-vahavaraisille>
- Ruokapankki. 2014. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Seinäjoen seurakunta. [Viitattu 10.4.2015]. Saatavana: <http://www.seinajoenseurakunta.fi/ruokapankki>
- Ruuskanen, P. 2002. Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Saari, J. & Kainulainen, S. & Yeung, A-B. 2005. Altruismi. Antamisen lahja Suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa. Helsinki: Yliopistopaino Kustannus.
- Saari, J. 2010. Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki: WSOY pro Oy.
- Saari, J., Hämäläinen, L., Kaitokari, P. & Honkalampi, K. 2012. Kuopion ruokajonot 2012. Hyvinvointi, palvelujen ja tulonsiirtojen käyttö ja ruokajonojen laatu. [Verkkójulkaisu]. Kuopion kaupunki ja Itä-Suomen yliopiston Kuopion hyvinvointitutkimuskeskus. [Viitattu 19.2.2015]. Saatava: <http://www.kuopio.fi/documents/12167/3231614/Kuopion+ruokajonot+2012.pdf>
- Saaristo, K. & Jokinen, K. 2004. Sosiologia. Helsinki: WSOY
- Salo, T. 2007. Lapsiperheiden köyhyys: häpeää ja eristäytymistä. [Verkkotiedote]. Helsinki: Helsingin yliopisto. [Viitattu 26.3.2015]. Saatavana: <http://savotta.helsinki.fi/halvi/tiedotus/lehti.nsf/504ca249c786e20f85256284006da7ab/df1c12fcf387190cc225737e002b9cde?OpenDocument>
- Salovaara, R. & Honkonen, T. 2011. Rakenna hyvä luokkahenki. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sauli, H. & Simpura, J. 2005. Hyvinvoinnin käsite pohjoismaisen tilastollisen elinolotutkimuksen historiassa. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti Janus 1/2005 (13), 5-20.

- Seinäjoen Helluntaiseurakunta - Diakonia. 2014. Opas. Julkaisematon.
- Siiki, A-M. 2008. Myllypuron ruokajono: Esimerkki hyvinvointiköyhyydestä. Teoksessa: S., Hänninen, J. Karjalainen, K-M. Lehtelä & T. Silvasti (toim.) Toisten pankki. Ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Helsinki: Stakes, 127-161.
- Sillanpää, R. 2014. Pitkäaikaistyöttömällä ruokajakelu on korvaamattoman suuri apu. Ilkka. 15.11.2014, 17.
- Silvasti, T. 2008, Elintarvikejärjestelmä globalisoituu - Ruokaturvasta yksityinen liikesuhde? Teoksessa: S., Hänninen, J., Karjalainen, K-M., Lehtelä & T. Silvasti (toim.) Toisten pankki. Ruoka-apu hyvinvointivaltiossa. Helsinki: Stakes, 241-262.
- Social well-being. 2012. [Verkkojulkaisu]. Guiding Principles for Stabilization and Reconstruction. Washington: United States Institute of Peace. [Viitattu 22.1.2015] Saatavana: <http://www.usip.org/guiding-principles-stabilization-and-reconstruction-the-web-version/10-social-well-being/return-and->
- Sosionomin (amk) -tutkinto. 2015. [Verkkosivu]. Sosiaalialan AMK-verkosto. [Viitattu 8.4.2015]. Saatavana: <https://www.innokyla.fi/sosionomi-amk-tutkinto>
- Talentia. 2005. Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattieettiset ohjeet. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Ammattieettinen lautakunta.
- Thoits, P. 2011 Mechanisms Linking Social Ties and Support to Physical and Mental Health. [Verkkolehtiartikkeli]. Journal of Health and Social Behavior 52 (2), 145–161. [Viitattu 12.3.2015]. Saatavana Ebsco-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Tomperi, J. 2012. Sosiaalinen hyvinvointi ja kunta hyvinvoinnin tukijana: Kemi terveeksi 2015 –kuntakyselyn tuloksia sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Kemi- Tornion ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäyte-työ. Julkaisematon.
- Tuomela, R & Mäkelä, P. 2011. Sosiaalinen toiminta. Teoksessa: T. Kotiranta, P. Niemi & R. Haaki (toim.) Sosiaalisen toiminnan perusta. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press, 87-112.
- Tuomela, R. Ei päiväystä. Joint intention, we-mode and i-mode. [Verkkosivu]. Helsinki: Helsingin yliopisto. [Viitattu 12.3.2015]. Saatavana: http://www.helsinki.fi/tint/tuomela/materials/Midwest_Studies_paper_Tuomela.htm
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uud. p. Helsinki: Tammi.

Tönnies, F. 2001. Community and Civil Society. [Verkkokirja]. West Nyack: Cambridge University Press. [Viitattu 12.3.2015]. Saatavana Ebrary-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Yeung A-B. 2007. Diakonia ristipaineiden aallokossa? Diakonian työnäky ja suhde hyvinvointivaltioon. Diakoniatutkimuksen aikakauskirja 1/2007, 5-25.

9 LIITTEET

LIITE 1. TEEMAHAASTATTELURUNKO

Teemahaastattelurunko

Taustatiedot

- ikä
- asuinpaikka
- tulonlähteet & toimeentulon riittävyys
- perhetilanne
- Muut elämässä vaikuttavat ihmissuhteet
- Terveystila
- Huono-osaisuus
- Yksinäisyys

Ruoka-apu

- Asiointi
- Syyt ruoan hakemiseen
- Tieto ruoka-avusta
- Ruoka-avun tärkeys
- Ruoka-avun vaikutus päivärutiiniin
- Kokemuksiasi ruoan hakemisesta
- Miellyttävät, negatiiviset, neutraalit

Sosiaalinen hyvinvointi

- Onnellisuus
- Elämänhallinta
- Ruoka-avun vaikutus edellisiin

Ruoka-avun yhteisö

- Ruoka-avun merkitys sosiaalisena tapahtumana
- Asiakkaiden kokemus
 - Asiakkuuden yhdistävä vaikutus
 - Ruoka-avun yhteisöllisyydestä
 - Kokemuksesta porukkaan kuulumisesta

Sosiaalinen pääoma

- Yleinen ilmapiiri

- Muiden asiakkaiden tunteminen
- Luottamus
- Avun tarjoaminen ja saaminen
- Turvallisuus ruoka-avussa

Sosiaaliset suhteet yhteisössä

- Asiakkaiden suhde toisiinsa
- Ystävyysuhteet
- Juttelu
- Kuppikunnat
- Asiakkaiden tapaaminen ruoka-avun ulkopuolella
- Ruoka-avun sosiaalisten suhteiden eroavaisuudet muista sosiaalisista suhteista

Sosiaalinen tuki

- Onko ruoka-avulla tukea tarjoava vaikutus asiakkaille