



MIELENTERVEYDEN TOIMIJAHAHMOT

Laadullinen tutkimus nuorista työntekijöistä kuntasektorilla

Johdanto

Mielenterveys on noussut nuorten työntekijöiden keskeiseksi työkykykysymykseksi. Mielenterveysperusteiset syyt näkyvät nuorilla työntekijöillä usein sekä sairauspoissaolojen että työkyvyttömyyseläkkeiden taustalla (Verdonk ym. 2008, Kaltenbrunner ym. 2013, Whiteford ym. 2013, Joensuu ym. 2019, Laaksonen & Blomgren 2020, Björkenstam ym. 2022). Työelämän ulkopuolelle jääminen nuorella iällä liittyy useimmin mielenterveyden kysymykseen (Mattila-Holappa 2018). Suurin yksittäinen mielenterveyssyy alle 35-vuotiaiden eläkkeelle siirtymiseen on jo pitkään ollut masennus (Eläketurvakeskus 2020), ja sairauspoissaoloissa erityisesti ahdistuneisuuteen liittyvät poissaolot ovat kasvaneet nuorilla työntekijöillä (Kela 2020). Ilmiö näkyy myös kunta-alalla, missä sairauspoissaolojen voimakkain kasvu ilmenee naisvaltaisten alojen nuorilla työntekijöillä (Työterveyslaitos 2021a). Kunta-alan laajassa kyselyssä eniten työpaineita ja työn hallinnan puutteita kokivat alle 30-vuotiaat (Työterveyslaitos 2021b). Hakeutuminen työterveyshuoltoon mielenterveyden kysymysten vuoksi on myös lisääntynyt (Varje ym. 2021).

Nuorten työkykyyn ja mielenterveyteen liittyvä tutkimus on perustunut pääosin

muuttujalähtöiseen määrälliseen tutkimukseen, jossa käyttäytymis- ja lääketieteelliset viitekehykset ovat korostuneet. Lääketieteellisiin diagnooseihin ja oireisiin perustuvat määrälliset mallinnukset eivät kuitenkaan tavoita mielenterveyden haasteiden koko kirjoa, niiden taustaa ja luonnetta. Tällaisessa tarkastelussa yhteiskunnan, kulttuurin ja työelämän muutosten ilmeneminen nuorten elämässä ja mielenterveydessä rajoittuu mittattuihin riskitekijöiden paikannokseen, eikä mielenterveys jäsenny arkisen toiminnan ja sen mahdollisuuksien viitekehystä.

Yhteiskuntatieteellisessä mielenterveyden tutkimuksessa on esitetty, että työhön liittyvissä mielenterveyshaasteissa on usein kyse työkykyyn heijastuvasta psyykkisestä haavoittuvuudesta, joka syntyy tietyissä historiallisissa olosuhteissa ja liittyy työelämän kehityskulkuihin (Väänänen ym. 2019, Varje ym. 2021). Hänninen (2011) on tarkastellut masennusta tilanteena, jossa yksilön muotoilemat pyrkimykset ja moraaliset standardit törmäävät elämäntilanteen epäsuotuisiin realiteetteihin. Rikala (2013, 2018) on tutkinut nuorten aikuisten mielenterveysperusteisen työkyvyttömyyden taustaa elämänpolkujen näkökulmasta. Hänen mukaansa työelämässä olevien nuorten aikuisten sairauspoissaolojaksojen taustalla yhdistyvät

usein opiskeluaikana alkanut mielenterveysoireilu ja akuutti kuormittava tilanne työelämässä.

Kuntoutuksen käytännöissä ja tutkimuksissa puolestaan on pyritty siirtämään huomiota lääketieteellisestä viitekehystä ja diagnooseista laajemmin yleisiin toimintakykymalleihin. Näkökulmaa on laajennettu toimijuuden suuntaan (Romakkaniemi 2010, Salminen & Häikiö 2022), jolloin mielenterveyskuntoutumista käsitellään sosiaalisena ilmiönä rakenteellisine kytkentöineen.

Tässä tutkimuksessa tarkastelemme alle 35-vuotiaiden kunta-alalla työskentelevien mielenterveyttä ja työkykyä yksilön toimintakykyä laajemmin, kulttuurisena ilmiönä. Tarkastelemme erilaisia psyykkisiä, sosiaalisia ja rakenteellisia prosesseja voidaksemme paremmin ymmärtää, miksi ihmiset ajattelevat ja toimivat tietyllä tavalla mielenterveyden kysymyksissä. Samalla pyrimme valottamaan, miksi mielenterveys on muodostunut erääksi keskeiseksi areenaksi työelämässä ja yhteiskunnassa esiintyvien arkisten haasteiden ratkomisessa.

Tutkimuksemme teoreettinen tausta nousee sosiaalitieteellisestä teoriasta, jossa on pyritty hahmottamaan ihmisten toimintaa yhteiskunnallisten rakenteiden ja taloudellissosiaalisten reunaehtojen sisällä. Tällaiset mallit ovat pyrkinneet ohittamaan pääasiassa rakenteelliseen determinismiin tai yksilölähtöisiin selitysmalleihin nojaavat lähestymistavat. Toiminnan luokka- ja kontekstisidonnainen luonne on jäsentynyt näissä teorioissa esimerkiksi sellaisiksi käsitteiksi kuin sosiaalinen habitus (Bourdieu 1984), identiteetti (Giddens 1991) tai sosiaalinen hahmo (Riesman ym. 1950). Erityisesti myöhäismodernin toimijuuden tutkimuksessa toimijuuden muuttuminen tuotantorakenteen ja kulttuurin muutoksen myötä on asettunut kiinnostuksen kohteeksi (esim. Sennett 1999, Archer 2000, 2012, Shilling & Mellor 2022). Sosiologi Margaret Archerin toimijuuden ja refleksiivisen harkinnan käsitteet (Archer 2000, 2003, 2012) toimivat tutkimuksemme meta-teorian, jonka avulla tarkastelemme psyykkisen haavoittuvuuden muotoutumista erilaisissa työelämän konteksteissa.

Mielenterveys toimijan projektina

Realistisen yhteiskuntateorian edustaja Margaret Archer on tuotannossaan pohtinut toimijuutta ja erityisesti refleksiivisyyden asemaa rakenteiden ja toimijan välisessä vuorovaikutuksessa (Archer 2003, Kuusela 2006, Archer 2012). Sosiaaliset rakenteet ja kulttuuri ovat aina historiallisesti yksilöä edeltäviä ja tulosta aikaisempien sukupolvien toiminnasta. Ne voivat vaikuttaa estävien ja mahdollistavien tekijöiden muodossa, mutta vaikutukset eivät ole irrallaan toimijoiden tulkinallisista prosesseista. Asioiden toiminnassa syntyvät merkitykset siis määrittävät niiden vaikutuksia, ja ihmiset suunnittelevat erilaisia toimintavaihtoehtoja saavuttaakseen tavoitteensa. Jotkin toimintavaihtoehdot näyttävät mahdollisemmilta kuin toiset. (Sayer 2000, 49, Archer 2003, 3–4.)

Archerin (2012) mukaan ihmiset muodostavat itselleen toimijan projekteja (*agents project*) merkityksellisistä asioista eli sitoumuksista (*concerns*). Ihmisellä voi olla sekä perimmäisiä sitoumuksia (*ultimate concerns*) että vähemmän tärkeitä sitoumuksia, joiden välillä hän joutuu tekemään kompromisseja löytääkseen tyydyttävän tavan elää (Archer 2003, 148–149). Arjen käytännöt muotoutuvat aina suhteessa toimijan tärkeinä pitämiin asioihin. Toimijan tärkein voima on refleksiivinen harkinta, jonka avulla hän suuntaa toimintaansa muuttuvissa olosuhteissa uudelleen arvioiden mahdollisia reittejä ja tehden kompromisseja. Reflektointi heijastaa aina ympäristöstä omaksuttuja asioita, eikä reflektointi Archerin ajattelussa palaudu yksilöpsykologiseksi kompetenssiksi. (Archer 2012.)

Joissain olosuhteissa toimijan projektin muodostaminen voi olla vaikeaa, ja käsitys tavoittelemisen arvoisista asioista, joiden eteen ponnistella, jää muodostumatta. Archerin (2012, 249) termi *fragmentoitunut refleksiivisyys* kuvaa puutteellisia mahdollisuuksia ja tapaa havainnoida omaa tilannetta. Toimintaa leimaa passiivisuus, epävarmuus ja riippuvuus muista sekä taipumus ajautua oman hyvinvoinnin kannalta huonoihin ratkaisuihin. Tällöin heikentynyt toimijuus voi johtaa haajannukseen ja ahdistuneisuuteen.

Archerin toiminnallisen viitekehyksen voi nähdä heijastavan erityisesti myöhäismodernissa kulttuurissa ja yhteiskunnassa korostuvaa aktiivista itseohjautuvuutta, valintojen pohdintaa ja projektimaisuutta (Honneth 2004, Boltanski & Chiapello 2005, Ehrenberg 2017). Hän näkeekin, että myöhäismoderniksi kutsuttu aika asettaa erityisiä haasteita refleksiivisyydelle. Modernin ajan ihmisen identiteetti rakentui tietyn sosiaalisen ryhmän jäsenyydelle ja oli suhteellisen vakaa ja muuttumaton (Kuusela 2006, 38). Asioita jaettiin tuttuun ja samannielisten kanssa ja reflektointiin tyyli oli traditioon suuntautunut. Tällainen tyyli kehittyi palvelemaan solidaarisuutta mutta on Archerin mukaan katoamassa moniarvoistuvassa yhteiskunnassa, kollektiivisten identiteettien haperutumisen myötä (Furedi 2004, Archer 2012, 21). Yhä yleisemmin toimijoiden projektit ovat yksilöllisiä identiteettiprojekteja, joissa edelliseen sukupolveen otetaan etäisyyttä ja samastumisen kohteita etsitään vertaisista. Muutokset sosiaalisissa ja kulttuurisissa rakenteissa altistavat yhä suurempaa osan nykyihmisistä toiminnan tyylille, jota Archer (emt., 40) kutsuu metarefleksiivisyydeksi, kriittiseksi ja tiedostavaksi asenteeksi omaa toimintaa kohtaan.

Archerin teorian pohjalta mielenterveys voidaan siis nähdä pyrkimyksenä mielekkääseen toimintaan ja mielenterveyden ongelmat mielekkään toiminnan estymisen ongelmina myöhäismodernissa yhteiskunnassa ja työelämässä. Hänninen (2011) ilmaisee asian kuvaamalla mielenterveyden muotoutumisen tilanteina, joissa pyrkimykset ja moraaliset standardit voivat törmätä elämäntilanteen epäsuotuisiin realiteetteihin. Tässä artikkelissa tarkastelemme empiirisen aineiston valossa, mitä tapahtuu, kun nuorten työntekijöiden pyrkimykset kohtaavat työelämän ja yhteiskunnan reunaehtoja. Mielenterveys-haasteet paikantuvat osaksi arjen toimintaa kehystäviä materiaalisia ja kulttuurisia olosuhteita, joissa tavoiteltavien asioiden toteutuminen mahdollisesti estyy tai vaikeutuu.

Aineisto ja menetelmät

Tutkimuksen haastatteluaineisto on kerätty

vuonna 2021 kunta-alalta, jolla nuorten työntekijöiden mielenterveysperusteiset poissaolot ovat kasvaneet voimakkaasti (Sumanen ym. 2020). Tutkimuksessa on mukana kasvatuksen, koulutuksen ja sosiaali- ja terveysalan ammattiryhmiä, joissa käytetään erityisen paljon työterveyshuollon palveluja. Haastattelimme myös kaikkia muita kuntien toimialojen edustajia kulttuuri- ja vapaa-ajan sektorilta, hallinnosta sekä kaupunkiympäristön hoidosta. Aineisto (N = 70) kerättiin kahdesta pääkaupunkiseudun kunnasta ja sisältää kolme ryhmää: alle 35-vuotiaat työntekijät (n = 37), työterveyshuollon edustajat (n = 21) sekä työpaikkojen esihenkilöt (n = 12). Aineistonkeruun tavoitteena oli saada laaja-alainen kuva nuorten työntekijöiden mielenterveyden haasteista ja ratkaisumalleista. Haastatelluista 63 ilmoitti sukupuolekseen naisen, neljä miehen, yksi ei halunnut kertoa sukupuoltaan ja kaksi ilmoitti sukupuolekseen jonkin muun. Nais-sukupuolen korostuminen aineistossa kuvaa työntekijöiden sukupuolijakaumaa kunta-sektorilla. Lähes poikkeuksetta haastateltavat olivat suomenkielisiä ja Suomessa syntyneitä.

Haastateltavat rekrytoitiin työterveyshuoltojen ja työpaikkojen kautta. Sote-alan ja opetustoimen ammattilaisia tavoitettiin myös muiden kontaktien avulla, kuten ammattialojen Facebook-ryhmien kautta. Emme rajanneet nuorten aikuisten osallistumista haastattelukutsussa siten, että se koskisi vain mielenterveysavun piirissä olevia nuoria. Suurin osa haastatteluihin hakeutuneista kuitenkin kertoi itse hakeneensa apua mielenterveyden oirehdintaan joko työterveyshuollosta tai muualta. Osa taas tuli haastatteluun kertomaan näkemyksiään oman ikäryhmänsä haasteista ja toimintamalleista työelämässä ja mielenterveyden kysymyksissä. Jälkimmäinen ryhmä ei joko kertonut kokevansa mielenterveyden ongelmia tai kuvasi esimerkiksi ahdistuksen tunteitaan pikemminkin eksistentiaalisina ongelmina. Mielenterveysavun hakemisen sijasta he kertoivat etsivänsä ratkaisuja toisenlaisen toiminnan kautta, kuten harrastuksesta tai uudesta ammatillisesta haasteesta.

Valitsimme aineiston keruun menetelmäksi puolistrukturoidun teemahaastattelun,

koska olemme kiinnostuneet haastateltavien asioille antamista subjektiivisista merkityksistä (Kvale 1996, Hirsjärvi & Hurme 2008). Halusimme selvittää muun muassa, millaisia kehityskulkuja nuoret työntekijät näkevät omien ja ikätovereidensa psyykkisten vaikeuksien taustalla ja mitä niille heidän mielestään voi tehdä. Haastateltavat nuoret työntekijät kertoivat omasta elämäntilanteestaan, ammatinvalinnastaan, toimintatavoistaan sekä näkemyksistään mielen hyvinvoinnin teemasta. Esihenkilöiden ja työterveyshuollon ammattilaisten haastattelussa keskustelimme nuorten mielenterveyden oirehdinnasta sekä keskeisistä haasteista ja toimintatavoista työpaikoilla ja työterveyshuollossa. Haastattelut olivat keskustelunomaisia, eikä ennalta päätettyjä teemoja käyty läpi kaikkien haastateltavien kanssa vaan kuulostellen, mihin asioihin haastateltava halusi keskustelua painottaa. Toteutimme kaikki haastattelut verkkokousohjelman avulla, ja ne olivat kolmea työterveyshuollon edustajien haastattelua lukuun ottamatta yksilohaastatteluja. Haastattelijoita oli paikalla yhdestä kahteen, joisakin työterveyshuollon edustajien haastatelussa oli neljä haastattelijaa. Haastattelut kestivät keskimäärin 75 minuuttia.

Aineiston litteroinnin ja anonymisoinnin jälkeen kävimme koko haastatteluaineiston systemaattisesti läpi ja luokittelimme sen sisällönanalyysin avulla Atlas.ti-ohjelmaa hyödyntäen. Etsimme luokitteluun teemoja aiemmasta työelämän ja mielenterveyden tutkimuksesta esimerkiksi seuraavien teemojen osalta: yhteiskunnan muutos, työelämän muutos sekä työn kognitiivisten, emotionaalisten ja sosiaalisten vaatimusten kiristyminen (Varje ym. 2021). Etsimme myös kuvauksia mielenterveysavun hakemiseen johtaneista tilanteista, ratkaisumalleista ja mielenterveyden oirehdintaan liitetystä selitysmalleista.

Tyypittelyn avulla tiivistimme aineistoa ja etsimme siitä teemoja koskevia yleistyksiä sekä yhdistäviä ja erottavia piirteitä (Eskola & Suoranta 1998, Tuomi & Sarajärvi 2009, 110, Laine 2011). Etsimme tyypillisiä kertomuksia ja esimerkkejä samasta ilmiöstä sekä sisältäpäin että ulkoa päin kuvattuina.

Alasuutarin (2011) mukaan ideaalityyppien etsinnän aineistosta ajatellaan perustuvan siihen, että asiaa eri suunnista katsovat informantit voivat antaa samankaltaisen kuvauksen jostain asiasta. Kerronta kuvaa aina yksittäisen vastaajan lisäksi vallitsevia käsityksiä sekä ympäröivää yhteiskuntaa ja kulttuuria. Tulkitsimme luokittelun tuloksia liittämällä niitä muun muassa subjektin kulttuurista muutosta, individualismia ja merkityksellisyyttä käsittelevään tutkimuskirjallisuuteen (mm. Giddens 1991, Furedi 2004, Côté 2019, Mellor & Shilling 2021). Hyödynsimme analyysissä makrotason ajattelukehyksenä Margaret Archerin (2012) teoriaa toimijuuden muodostumisesta. Pyrkimyksemme ei ollut testata Archerin teoriaa sinänsä, vaan se palveli toimijan ja rakenteiden välistä vuorovaikutusta koskevana tulkinnallisena kehyksenä analysoitaessa, miten arjen käytännöt muotoutuvat suhteessa toimijan tärkeinä pitämiin asioihin.

Rakensimme analyysimme tuloksena nuorten aikuisten mielenterveyden kulttuurisia toimijahahmoja, joiden avulla kuvaamme mielenterveyttä osana arjen toimintaa ja sen mahdollisuuksia, ei yksilön työkyvyn heikentymistä kuvaavana psykiatrisena häiriönä. Toimijahahmot ilmentävät tiettyjen ammattialojen haasteita sekä näköpiirissä olevia ratkaisumalleja. Nostimme analyysissä esille erilaisia hankauspisteitä, jotka generoivat erityyppisiä haasteita työssä käyvillä nuorilla aikuisilla. Jotkin hankauspisteet kiinnittyivät vahvasti työn konkreettisiin puitteisiin ja resurssivajaukseen. Toisten kohdalla taas korostuivat enemmänkin kulttuuriset ajattelu- ja toimintamallit. Haastatelussa ilmenneet ratkaisumallit ja hahmojen perustat kiinnittyivät usein ammattialaan ja koulutustaustaan. Myös historiallisen tilanteen ja työmarkkinakentän raamittamat yksilöiden elämänhistoriat kietoutuvat eri hahmojen tarinaan ja vaikuttavat osaltaan siihen, millaiseksi hahmon toiminta muodostuu. Koska sitoumukset liittyvät toiminnan suuntaan ja merkityksellisyyteen, toiminta ilmentää aina myös toimijahahmon moraalista luonnetta.

Toimijahahmoja kertyi aluksi kymmenen. Valitsimme niistä seitsemän lopulliseen hahmotypologiaan, jotta saimme aineiston

tiivistämisen kautta keskeisiä tutkimustuloksia esille. Teimme valintoja sen perusteella, miten suuren painoarvon hahmo sai aineistossa ja miten olennaisesti sen nähtiin liittyvän nuorten mielenterveyden oirehdintaan työelämässä. Valitsimme mukaan sellaisia toimijahahmoja, jotka voimme tunnistaa kaikkien haastatteluryhmien kuvauksissa ja joista on sekä nuorten aikuisten sisäpuolista että toisten ulkopuolista kuvausta. Näin typologian ulkopuolelle jäi toimijahahmoja, joita työterveyshuollon edustajat, esihenkilöt ja toiset nuoret aikuiset kuvasivat mutta joista emme kuulleet nuorilta työntekijöiltä sisäpuolista kuvausta.

Tulokset: hahmotypologian esittely

Esittelemme seuraavassa seitsemän toimijahahmoa. Typologian avulla emme pyri luokittelemaan yksilöitä johonkin tiettyyn kategoriaan, vaan muodostimme sen kuvaamaan kulttuurisia hahmoja, jotka kohtaavat toimintaympäristöilleen tunnusomaisia haasteita ja käyttävät kulttuurisia, sosiaalisesti jaettuina tulkintoja itsestään ja ympäristöstään (esim. Hänninen 1999). Kuvaamme toimijahahmoja aluksi kahden aineistoesimerkin kautta, jolloin äänessä on ensin nuori työntekijä ja sitten joko esihenkilö tai työterveyshuollon edustaja.

Ideaalinsa kadottava ammattilainen

Varhaiskasvatuksen opettaja, nainen, syntynyt 1990-luvulla: "Meille on jopa oikeesti tullut välillä kielto ylempältä taholta kertoa perheille et meillä on liian vähän aikuisia, kun ite on silleen 'mites lasten turvallisuus, et ei me voida, niin-kun... ei tää voi toimia näin.' Mut kun meitä ohjeistetaan hymyilemään ja joustamaan, niin perheet saa sen kuvan et me pystytään ja sit me oikeesti uuvutaan."

Yhtenäiskoulun rehtori, nainen, syntynyt 1970-luvulla: "Et onhan ne aika semmosia idealistisia, että tuntuu, että kuka niitä tavoitteita sitte onkaan sinne luonut tai luo, niin jotenkin tuntuu että ei välttämättä oo ihan niin hirveesti käsitystä

siitä arjesta ja siitä todellisuudesta, mikä siellä kentällä menee."

Ideaalinsa kadottava ammattilainen työskentelee eettisesti kuormittavassa työssä varhaiskasvatuksen, opetustoimen tai sote-alan ammatissa. Työ on jo lähtökohtaisesti tiukkaan mitoitettua ja alan rekrytointiongelmat huonontavat tilannetta entisestään. Yhteiskunnan muutoksen koettiin heijastuvan voimakkaasti työhön. Haastateltavamme kertoivat lasten ja nuorten pahoinvoinnin lisääntymisestä ja perheiden ongelmista. Myös maahan muuttaneen väestön kasvava osuus asiakasperheissä ja väestön ikääntyminen hoivapalveluissa nähtiin työelämän kasvaneiden vaatimusten taustalla.

Haastatteluissa kuulumme kuvauksia sinnittelystä ja jatkuvasta venymisestä. Myös kokemus työn huonosta arvostuksesta puhutti usein työyhteisössä. Sairaspoissaololle lähteminen koettiin epäsolidaariseksi teoksi työtovereita kohtaan ja sitä pyrittiin välttämään viimeiseen asti. Joskus se kuitenkin jäi ainoaksi keinoksi säädellä omaa jaksamistaan ja löytää reitti ulos jo pitkään jatkuneesta kuormittavasta tilanteesta. Tähän hahmokehykseen kuuluvissa kuvauksissa työntekijä koki olevansa omalla alallaan, mutta toiveiden ja todellisuuden välinen epäsuhta saattoi ajaa miettimään alan vaihtoa.

Keskeinen psyykkistä jaksamista rapauttava tekijä tällä toimijahahmolla oli työn ideaalien romuttuminen: työtä ei voi tehdä omien arvojen tai ammattialan ideaalien mukaisesti. *Ideaalinsa kadottavan ammattilaisen* toimijan ammatilliset pyrkimykset, hoiva tai kasvun tukeminen, vaikeutuvat resurssipulan ja työn arvostuksen puutteen vuoksi. Toimijahahmon on vaikeaa löytää aktiivista roolia työn arjen kohentamiseen, koska työn rakenteet näyttävät vääjäämättömiltä tosiseikoilta.

Hauras ihmistyön ammattilainen

Varhaiskasvatuksen lastenhoitaja, nainen, syntynyt 1990-luvulla: "Mulla oli esimerkiksi aika vaikea parisuhde siinä just ja oli paljon ongelmia siellä, oli vuokranantajan kanssa aika paljon

ongelmia ja vähän pieniä juttuja monessa asiassa. Nekin sitten usein laukasee sen ahdistuksen.”

Psykiatrinen sairaanhoitaja, nainen, syntynyt 1970-luvulla: ”He on ihania ihmisiä, jotka on useimmiten hakeutuneet alalle suuresta mielenkiinnosta ja halusta työskennellä lasten ja nuorten kanssa ja mielellään sitä haluavat useimmiten tehdä. Mut sitten heillä voi valitettavasti olla siellä tosiaan paljon haavoittavia kokemuksia elämän varrella ja hyvinkin vaikeita asioita moni on joutunut kokemaan sitten siellä jo ihan lapsuudenperheissä, koulumaailmassa.”

Hauras ihmistyön ammattilainen työskentelee pääasiassa matalasti palkatulla naisvaltaisella alalla, usein lähihoitajana tai lastenhoitajana, samoissa paikoissa kuin Ideaalinsa kadottava ammattilainenkin. Eettisesti kuormittavan työn lisäksi psyykkistä haavoittuvuutta hänelle aiheuttivat lapsuuden tai nuoruuden kuormittavat kokemukset sekä aikuisuudessa kasautuneet henkilökohtaisen elämän haasteet. Myös omien lasten erityistarpeet saattoivat heijastua jaksamiseen. Haastatteluissa toimijahahmon empaattisuus ja halu työskennellä ihmistyön ammatissa tulivat vahvasti esille. Etenkin työterveyshuollon edustajat näkivät hahmon toiminnassa riskiksi alttiuden unohtaa omat rajansa ja pyrkiä ratkomaan oman elämänsä ongelmia auttamalla toisia.

*Toimijahahmolla oli taipumusta hakea apua akuuttiin ahdistukseen ja väsymykseen terveydenhuollosta ja päätyä usein sairauspoissaolojaksoille. Haastatteluissa tämän nähtiin kuormittavan työyhteisöä. Samalla se saattoi johtaa selän takana puhumiseen, minkä *Hauras ihmistyön ammattilainen* koki haavoittavana. Toimijahahmo kaipasi enemmän esihenkilön ja tiimin tukea. Ajatuksena oli, että tuen varassa hänen ammatillisuutensa voisi päästä kehittymään, koska hahmo ongelmistaan huolimatta koki työnsä merkitykselliseksi. Esihenkilöt kuitenkin kertoivat kokevansa auttamisen mahdollisuudet vähäisinä silloin, kun jaksamisongelmiensa juurisyyt olivat työntekijöiden yksityiselämässä.*

Työterveyshuollon edustajat olivat haastatteluissa huolestuneita niistä tämän ryhmän työntekijöistä, joilla on erikoissairaanhoidetasoisia psykiatrisia ongelmia ja joilla ei tuettuunakaan näyttänyt olevan edellytyksiä jaksaa työssään. Heidän mukaansa toimijahahmon ongelmat kumpusivat voimavarojen ja toimintamahdollisuuksien niukkuudesta, esimerkiksi yksinäisyydestä, toimeentulon ongelmista ja ylisukupolvisesta huono-osaisuudesta. Toimijahahmo tavoitteli työyhteisöön kuulumista, mutta hän jäi helposti ulkopuoliseksi kriittisistä sosiaalisista ja materiaalisista voimavaroista.

Riskitietoinen reflektioja

Liikuntatoimen työntekijä, nainen, syntynyt 1990-luvulla: ”Kyllä musta tuntuu, että vaikka mulla on nytten kaksi [oman ammattialan] tutkintoa pohjalla, niin se ei riitä nykypäivänä. Jos sulla on jo työ, niin sun pitää olla vähän niin kuin moniosaaja. Sitä kautta ehkä näihin sairauspoissaoloihin miettien, niin ei kaikilla riitä voimavarat tällaiseen tykittämiseen jatkuvasti.”

Työterveyspsykologi, nainen, syntynyt 1980-luvulla: ”Sitte on vaikka semmosia aktiivisia ja just nuoria, joilla on vaikka määräaikainen työsopimus, joilla on tarve näyttää sitä, et tätä sopparii kannattaa jatkaa ja muuta, et sitte he myös ehkä haalii aika paljon sitä tekemistä ja joskus yli voimavarojenkin.”

Haastatteluaineistostamme hahmottui toimijahahmo, joka näyttää kehittyneen työelämän kilpailullistumisen myötä. *Riskitietoinen reflektioja* työskenteli jossain suhteellisen matalasti palkatussa tehtävässä mutta kouluttautui jatkuvasti työn ohella, koska toivoi näkevänsä itsensä tulevaisuudessa turvattumassa asemassa. Haastatteluissa ilmeni, että toimijahahmolla on taipumus kokea työelämä kilpailun areenana, jossa on parasta tarttua kaikkiin haasteisiin ja pyrkiä todistamaan omaa osaamistaan. Työstä saatu hyvä palaute ei rauhoittanut, koska kollegat pelasivat samaa nollasummapeliä.

Tälle toimijahahmolle erilaisten riskien ja mahdollisuuksien arvioinnista oli tullut ole-massaolon tapa. Ahdistus kumpusi tule-vaaisuudesta – sekä sen globaaleista riskeis-tä, kuten ilmastonmuutoksesta, että omaa uraa koskevista huolenaiheista. *Riskitie-toisen reflektioijan* ongelmat nousivat sekä resurssien niukkuudesta että runsaudesta, sillä toimijahahmo ei ollut täysin irti tradition ohjaamasta elämäntyylistä: hän pyrki tavoittelemaan varmuutta ja jatkuvuutta epävarmassa ajassa ja samaan aikaan hyödyntämään resurssien runsautta ja tarjoutuvia kehittämismahdollisuuksia.

Autonominen itsensä kehittäjä

Viestintäasiantuntija, nainen, syntynyt 1990-luvulla: "Ja sen takii oon eksisten-tiaalisessa kriisissä siitä, että mikä mua motivoi tässä mun työssä, kun mä koen et mä en täl hetkel sit opi kauheesti eli niin sanotusti en kehity."

Työterveyspsykologi, nainen, syntynyt 1970-luvulla: "Ja sit on tavallaan se toi-nen ääripää, missä sit se ylikuumenemi-nen tulee just sen toisen logiikan kautta, et on mahdollisuuksia, on kapasiteettia ja on paljon mielenkiintoa erilaisia asioita kohtaan ja sitten niin kun vähän haali-taan se elämä täyteen erilaisia projekte-ja."

Autonominen itsensä kehittäjä työskenteli yleensä korkeakoulutusta vaativassa asian-tuntijatyössä. Hänelle autonomia ja kehityminen olivat varmuuden ja jatkuvuuden edelle meneviä, perimmäisiä sitoumuksia. Nuoret haastateltavamme kertoivat, että työssä heitä rasittaa vanhanaikainen johta-minen, joka sai heidät pohtimaan esimer-kiksi työpaikan vaihtamista. Toimijahahmon suhde esihenkilöön kuvautui ristiriitaiseksi: Hahmo toivoi esihenkilön tukea työnsä ra-jaamisessa ja kalenterin hallinnassa. Samaan aikaan hahmo peräänkuulutti oman auto-nomiansa säilymistä. Myös suhde kehitty-miseen aiheutti ristiriitaa: mahdollisuuksi-en sulkeutuminen masensi, kun taas niiden avautuminen uuvutti ja ahdisti.

Haastatteluissa kuulumme varsinkin nuor-ten naisten kokemasta paineesta etsiä täyt-tä potentiaaliaan kaikilla elämän osa-alu-eilla. Aktiivisen sosiaalisen median kanavi-en seuraamisen nähtiin vaikuttavan asiaan, vaikkakin toimijahahmo tiedosti, että tietty algoritmi syöttää hänelle valittuja ideaaleja. Paradoksaalisesti yksilöllisyyden tarvekin tuli lopulta ulkopuolelta tulevista odotuksista.

Autonomisen itsensä kehittäjän psyyk-kinen haavoittuvuus kumpusi vaihtoehto-ten runsaudesta, individualistisesta elämän-projektista, jossa koordinaatit ovat omas-sa itsessä. Haastatteluissa ilmeni, että toi-mijahahmolla on usein takanaan burn out -kokemuksia, joihin ei kuitenkaan hänen lä-himpiirissään liittynyt erityistä mielentervey-den stigmaa. Toiminnan kokonaisuudessa sairauspoissaolot koettiin väliaikaisiksi sei-sakkeiksi, jotka mahdollistivat työelämästä vetäytymisen uuden toimintastrategian luo-miseksi. Toimijahahmon keskeinen vahvuus olikin hänen kykynsä kyseenalaistaa sekä omaa toimintaansa että yhteiskunnassa vallit-sevia normeja ja pyrkiä löytämään jokin tyy-dyttävämpi tapa elää.

Perinteisen työmoraalin ammattilainen

Ruokapalvelun työntekijä, nainen, syn-tynyt 1990-luvulla: "Et jotenki vanhem-milla ihmisillä se työmoraali on paljo korkeemmalla, koska silloin on kasvettu siihen, että mennään töihin ja hankitaan rahaa. Ja niinku se on se tavallaan mi-hin sä elämässä pyrit. Mut se ei oo ehkä enää sit nuorilla kuitenkaa semmosta, et kaikki halua jotenki enemmän. Ne halua, et se työ on merkityksellistä ja on ura, ja pitäis saada enemmän rahaa. Jotenki olla niinku menestynyt, korkeemmalla tasol-la. Ku ennen se oli jotenki ihan ookoo, että sä olit koulun keittäjä ja sä olit ylpee siitä."

Työterveyspsykologi, nainen, synty-nyt 1970-luvulla: "Mä tunnistan mei-käläisten sukupolvessa vielä sitä, mi-tä ei sit ehkä enää myöhemmillä ole. On vielä semmonen joku verenperin-tö, että mennään aika paljon se työ ja

työsitoutuneisuus edellä, koska niin kuuluu tehdä, et on tää luterilainen verenerintö. Mä ajattelen, että tää on vahvasti tämmönen sukupolviasia.”

Toisin kuin kahdella edellisellä toimijahahmolla, *Perinteisen työmoraalin ammattilaisen* toimijuuttaan kehystivät normatiivisesti sitovat tavat. Hän työskenteli usein fyysisesti kuormittavassa ammatissa rutiininomaisissa tehtävissä. Työnteon tavassaan hän samastui enemmän vanhempaan kuin omaan sukupolveensa: työ on työtä, ei niinkään itsensä toteuttamisen areena. *Perinteisen työmoraalin ammattilainen* ei kovin helposti turvautunut työterveyshuollon palveluihin yksityiselämänsä kriiseissä vaan selvisi ilman ammattiapua, puhumalla läheistensä kanssa ja tekemällä töitä. Hahmo oli toiminnassaan solidaarinen samanimielisiä työtovereita kohtaan, mutta tunteiden reflektointi ja erilaisuuden kohtaaminen saattoivat aiheuttaa hänelle haasteita.

Koska ihminen arvioi omaa tilannettaan myös suhteessa saamaansa sosiaaliseen arvostukseen, *Perinteisen työmoraalin ammattilainen* saattoi joskus kokea, että ahkeraa tavallisen työn tekijää ei enää arvosteta. Haastatteluissa kuulumme ammatillisista haaveista, jotka olivat kariutuneet oppimisen haasteisiin tai taloudelliseen niukkuuteen. Työn tekemisen kehys tällä toimijahahmolla oli resurssien niukkuus: työssäkäynti on välttämättömyys elannon kannalta. Toimijahahmo pyrki löytämään tyydyttävän elämäntavan olosuhteissa, joita hän ei ole kailta osin itse valinnut.

Alisuoriutuva toimijahahmo

Puhelinpalvelun työntekijä, nainen, syntynyt 1990-luvulla: ”Mie koen olevani älyllisesti ihan kykenevä ja miulla on sisäistä motivaatiota. Mie en saa ikään kuin sitä täyttä potentiaalia käyttöön itsessäni [...] kokemus itsestä, omasta toimijuudesta, omasta taitotasosta on siinä mielessä vääristynyt, et mie tiedän jatkuvasti aliarvioivani itseni.”

Työterveyslääkäri, nainen, syntynyt 1960-luvulla: ”Näitten jaksamis- ja pärjäämiskysymysten takaa näyttää olevan isona ryhmänä tämmöset lapsuudessa ja nuoruudessa hoitamattomat ja diagnosioimattomat oppimishäiriöt.”

Haastatteluissa etenkin työterveyshuollon edustajat toivat esille huomionsa siitä, että osa mielenterveydellään oireilevista nuorista ei ole tyypillisesti masentuneita tai ahdistuneita, mutta jostain syystä työssä tulee ongelmia. Ongelmien juurisyyt voivat liittyä diagnosoimattomiin oppimis- ja tarkkaavaisuushäiriöihin, jotka tulevat esille työelämän kiristyneiden vaatimuksien ja monimutkaistuneen toimintaympäristön myötä. *Alisuoriutuva toimijahahmo* voi olla vaikeasti tunnistettava, vaikka hänellä itsellään oli saattanut jo pitkään olla epäily ongelmien kognitiivisesta tai neurologisesta alkupeirästä. Ulospäin hänen ongelmansa saattoivat näyttää masennukselta tai puutteelliselta elämänhallinnalta, mikä vaikeutti asianmukaisen tuen saantia.

Toimijahahmo saattoi suoriutua osasta työtehtäviään erinomaisesti mutta kompastua johonkin sinänsä yksinkertaisena pidettyyn asiaan. Usein kyse oli yksilön ja ympäristön yhteen sovittamisen vaikeuksista, esimerkiksi työhön käytettävän ajan suhteen. Haastatteluissa tuli esille, että mielenterveyshaasteiden ilmaukset saattoivat voimistua tilanteissa, joissa yrittäminen ei tuottanut toivottua tulosta ja yksilö leimautui laiskaksi tai tyhmäksi. Epäonnistumiset vähensivät uskoa omiin mahdollisuuksiin ja saivat vetäytymään oman elämän aktiivisesta suuntaamisesta. *Alisuoriutuva toimijahahmo* etsi työelämästä itselleen sopivaa tehtävää, miettien kuinka paljon uskaltaa tuoda esille toiveitaan työn muokkaamisesta suuntaan, jossa sekä hänen tuentarpeensa että vahvuutensa huomioitaisiin.

Puhumaton mies

Nuorisotoimen työntekijä, mies, syntynyt 1990-luvulla: ”On se hankala, en tiedä, jossain vaiheessa ehkä päästään tämmösestä suomalaisesta jurottamisesta,

miehet ainakin. Semmosesta, että 'perkele, ei mulla oo mitään, menen hakkaamaan tonne liiteriin klapeja kahdeksi tunniksi, kyl se siitä lähtee.'"

Työterveyslääkäri, nainen, syntynyt 1970-luvulla: "Se tunnekylmä on tavaltaan väärä sana, koska ne on vaan jotenkin sementoineet ne kaikki [tunteet], että ne ei saa tulla esiin edes itselleenkään missään tilanteessa, niin näitä mä en naisissa ole kauheesti nähnyt."

Useissa kohdin aineisto viittasi sukupuolituneeseen mielenterveyteen. Klassisena mielenterveyden "riskityypinä" aineistossamme kuvattiin *Puhumatonta miestä*. Työterveyshuollossa havaittiin tämän toimijahahmon tulevan vastaanotolle usein jonkin somaattiseen vaivan takia. Selvittelyn myötä taustalta saattoikin löytyä mielenterveyden haurautta ja usein myös päihteiden riskikäyttöä, jonka puheeksi otto koettiin haasteelliseksi, koska ongelmien peittely on osa ongelmaa.

Jos *Puhumaton mies* haki apua nimenomaan mielenterveysongelmiinsa, se tapahtui pakon edessä, esimerkiksi kun parisuhde romahti ja toi pintaan aiemmin käsittelemättömän pahan olon. Tällöin ahdistusoireet olivat toimintakykyä lamauttavia ja vaativat pikaista psykiatrista diagnoosiarviota. Työterveyshuollon edustajat kuvasivat *Puhumatonta miestä* toimijatyypiksi, jonka auttaminen oli joskus palkitsevaa mutta jonka kanssa oltiin toisinaan aivan kädettömiä ja pahimmillaan liian myöhässä.

Puhumatonta miestä kuvattiin haastatteluissa paitsi kliinisenä tapauksena, myös historiallisena toimijahahmona, johon nykymiehen edistymistä ja muuttumisen tarvetta verrattiin. Aiemmin toimijahahmo oli pärjännyt työelämässä kovalla työnteolla ja noussut sinne aina uudestaan juomaputkien jälkeen. Nykyajan vaatimukset saattoivat kuitenkin pudottaa hänet työelämästä. *Puhumattoman miehen* toimintamallien nähtiin siirtyneen sukupolvesta toiseen. Hän ei kuitenkaan erityisemmin reflektoinut toimintaansa, vaan omat ajatukset ja tunteet jäivät hänelle itselleenkin jäsentymättömiksi ja arjen toimintaresurssit heikoiksi.

Pohdintaa

Tutkimustuloksista piirtyy kuva erityyppisistä toimijahahmoista, jotka tavoittelevat mielekkyyttä ja parempaa psyykkistä hyvinvointia omista lähtökohdistaan käsin. Ongelmat muuntuvat mielenterveyden haasteiksi, kun arjen esteet koetaan yksilön subjektiivisella alueella, vaikka ne usein juontuvat rakenteellisten toimintakehysten rajoista eikä yksilö syystä tai toisesta pysty uudelleen suuntaamaan toimintaansa. Esteet ja haasteet voivat kummuta myös kulttuurisista ajattelu- ja toimintamalleista. Ne voivat olla esimerkiksi ideaaleja, joihin ei olemassa olevilla resursseilla voi yltää.

Toimijahahmoista osa tavoittelee työsään itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia ja autonomiaa, arvostusta tai taloudellista turvaa. Toisille taas työyhteisössä hyväksytyksi tuleminen, omia ominaisuuksia vastaavan työn löytäminen tai eettisten ideaalien toteutuminen ovat arvostuksista korkeimmalla. Myös Hänninen (1999, 2011) ehdottaa mielenterveyden ilmiöiden tutkimista prosesseina, joissa pyrkimykset ja moraaliset standardit törmäävät historiallis-yhteiskunnallisesti muodostuneisiin olosuhteisiin. Toimijoiden arvioiden subjektiivisuus ei kuitenkaan tarkoita sitä, että objektiivisesti ottaen kuormittavia työoloja ei olisi olemassa (Sayer 2000). Esimerkiksi *Ideaalinsa kadottavan ammattilaisen* kohdalla työolot näyttyivät niin vääjäämättömänä tekijänä, että keskeiseksi asiaksi nousee niiden korjaaminen. Myös asiantuntijatyössä, missä *Autonominen itsensä kehittäjä* työskentelee, työn raamit voivat olla kohtuuttomat, koska toimialoja koskevat lakisääteiset veloitteet tai kuntasektorin toimialojen tehtävien paisuminen ovat lisänneet työtehtäviä huomattavasti.

Haastatteluista nouseva typologia tukee aikaisempien määrällisten tutkimusten havaintoa siitä, että osa työelämässä näkyvistä mielenterveyden ongelmista, sairauspoissaoloista ja hoitoon hakeutumisesta liittyy eriarvoistumiseen ja ammattiluokkaeroihin (esim. Sumanen ym. 2017, Harkko ym. 2021). Tämä tulee esille erityisesti *Hauraan ihmistyön ammattilaisen* kohdalla,

joka kuvaa naisvaltaisten matalapalkka-alojen ongelmia, puuttuvia resursseja, ylisukupolvista huono-osaisuutta ja mielenterveysavun saamisen vaikeuksia. Sosioekonomiset erot voivat näkyä osin myös *Puhumattoman miehen* toimijahahmon kohdalla, koska perinteiseen maskuliinisuuteen liittyvät toimijaidealit ovat usein luokkasidonnaisia. Näin tutkimuksemme löydökset kiinnittyvät tutkimushavaintoihin siitä, että mielenterveyden haasteet voivat liittyä prekaariin työelämäasemaan tai heikkoon toimeentuloon (Rönnblad ym. 2019). Samalla kuitenkin ilmiön sukupuolittuneisuus, julkisen sektorin resurssikysymykset ja ylisukupolvisuus korostavat myös muiden tulkintakehysten tärkeyttä ja ilmiön intersektionaalista luonnetta.

Keskeisiksi mielenterveyshaasteita esiin työntäviksi tekijöiksi nousivat heikot työpaikan ja oman arjen toimintaresurssit. Kun toimintaedellytykset sakkaavat, ratkaisua haetaan mielenterveyden kentältä. Eettiset ristiriidat tai työn väärä mitoitus johtavat avun etsimiseen työterveyshuollosta, vaikka lähtökohtaisesti on kyse työn resursoinnin ongelmista. Myös *Alisuoriutuvan toimijahahmon* kohdalla on kyse sopivien toimintaedellytysten estymisestä työelämän kiihtyneessä vauhdissa, joka uhkaa pudottaa ihmisiä kyydistä (Rosa & Trejo-Mathys 2013). Useat toimijahahmot, kuten *Alisuoriutuva toimijahahmo* ja *Hauras ihmistyön ammattilainen*, voisivat hyötyä työpaikkatason toimenpiteistä, kuten mentoroinnista ja työtehtävien räätälöinnistä. Varhaisen työkyvyn tukemisen kannalta yksi haastava kysymys on, missä määrin työntekijän tarpeiden täyttäminen voi tai sen pitää tapahtua työpaikalla ja kuinka paljon työyhteisö voi joustaa yksilöllisten tarpeiden edessä. Toimenpiteiden yksilölähtöisyyden sijaan kuntoutuksen tutkimus on nostanut esille tarpeen työpaikkalähtöisyyteen ja arjen kokonaisuuden tarkasteluun (Juvonen-Posti 2018, 76, Järvi-Koski ym. 2018, 48). Tutkimuksemme nostaa kuitenkin esiin myös työpaikkatason toimien rajalliset mahdollisuudet mielenterveyden kentän haasteiden ratkaisussa.

Tulostemme valossa osalla toimijahahmoista ongelmat saattavat kummuta pikemminkin runsaudesta kuin niukkuudesta:

vaihtoehtojen suuresta määrästä tai käytettävien etuuksien tarjolla olosta. Tutkimuksista löytyy viitteitä siihen, että yhteiskunnan tarjoamia sosiaalietuuksia, kuten palkallista sairauspoissaolojaksoa, saatetaan käyttää siihen mittaan kuin niitä on tarjolla (Esping-Andersen 1990). Aineistosta löytyi herkästi sairauspoissaolojaksoja hakeva toimijatyypin, jonka jätimme hahmotypologian ulkopuolelle, koska saimme siitä ainoastaan ulkopuolista kuvausta. Toimijahahmon ongelmien nähtiin johtuvan heikosta työhön sitoutumisesta. Hänen asenteensa nähtiin vastakkaisena *Perinteisen työmoraalin ammattilaiselle*, joka tekee työnsä hyvin silloinkin, kun se ei maistuisi, ja sinnittelee työssä, vaikka psyykkisiä ongelmia olisikin. Erityisesti elämäntilanteen ongelmien ja työmotivaation puutteeseen liittyvät kuvaukset jäivät aineistossamme ulkopuolisen kuvauksen varaan, emmekä saaneet niistä sisäpuolista kuvausta. Haluttomuus osallistua haastatteluihin voi johtua siitä, että tuottamattomuus on työn yhteiskunnassa leimaavaa ja siihen kohdistuu moraalista paheksuntaa (Jacobsen 2020, 234). Toisten toimijahahmojen moraalinen tausta koettiin todennäköisesti hyväksyttävänä, ja niiden kautta nuorten työntekijöiden oli helpompaa tulla kertomaan omasta tilanteestaan haastatteluun. Elämäntilanteen ongelmat itsessään myös voivat johtaa haastatteluiden ulkopuolelle jäämiseen.

Havaintojemme mukaan Archerin teoria auttaa jäsentämään erityyppisiä 2020-luvun alun toimijan projekteja ja niiden ongelmia. Vaihtoehtojen runsaus mielenterveyskysymysten yleistymisen taustalla tulee selkeänä esille *Riskitietoisien reflektioijan* ja *Autonomisen itsensä kehittäjän* kohdalla. Myöhäismoderni aika avaa uusia mahdollisuuksia, jotka samalla voivat tuoda elämään uusia riskejä ja epävarmuutta. Psykkistä painetta voi aiheuttaa myös yksilöllistymiskehitys ja siitä johtuva lisääntyvä vaatimus kyetä reflektoimaan omaa ajatteluaan ja tekemiään valintoja (Furedi 2004, Archer 2012). Vaikka refleksiivisyys auttaa jäsentämään toiminnan suuntaa ja siten edistää hyvinvointia, suunta on löydettävä itse, koska ihmisestä itseltään on tullut etiikan lähde (Taylor 1995, Rosa & Trejo-Mathys 2013, Côté 2019, 80).

Reflektointi voi myös johtaa ”tulevaisuuden kolonisointiin”, jolloin ahdistusta tuottavat uhkakuvat, jotka eivät ehkä toteudukaan (Saastamoinen 2006, 142–144). Ongelmia voi syntyä etenkin silloin, kun myöhäismodernit refleksiiviset toimijan projektit kohtaavat emotionaalisesti, kognitiivisesti ja sosiaalisesti vaativan työelämän ja sosiaalisen median mahdollistaman vertailun.

Tutkimuksen vahvuutena oli laaja ja moninäkökulmainen haastatteluaineisto. Yleistettävyyden ja valikoitumisen osalta on tärkeää ottaa huomioon, että mielenterveyden kysymysten käsittelyssä tutkimus rajautui työssä oleviin nuoriin aikuisiin. Lisäksi haastatteluun tuleminen vaati kohtalaisesti omaa aktiivisuutta. Siten tutkimuksen ulkopuolelle jäivät vakavista mielenterveyden haasteista kärsivät, eivätkä välttämättä kaikki yksityiselle sektorille olennaiset erityispiiret nousseet esille julkisen sektorin aineistosta. Kunta-alan henkilöstörakenteen ja mielenterveysteemojen sukupuolittuneisuuden vuoksi aineisto oli huomattavan naisvaltainen.

Mielenterveyttä ja työkykyä tarkastellaan yleensä yksilön tilana, vaikka ne rakentuvat laajemmassa yhteydessä, työelämän ja kulttuurisen muutoksen kontekstissa (Kuokkanen ym. 2020, Varje ym. 2021). Mielenterveyden diagnosoilähtöinen tarkastelu riisuu helposti mielenterveyden sosiaalisesta kontekstistaan. Historiatietoinen toimijanäkökulma puolestaan vaatii juuri syntyolosuhteiden palauttamista analyysin piiriin. Toimijahahmot ratkovat elämänsä ongelmia tässä ajassa mielenterveyden kentällä ja heijastelevat tämän hetken yhteiskunnallista ja kulttuurista todellisuutta, sen rajoja, arvoja ja mahdollisuuksia. Jos yksilölähtöiset mielenterveyden ratkaisukeinot edelleen yleistyvät, on riskinä, että todelliset epäkohdat voidaan nähdä enenevässä määrin itsetuotetuiksi. Toisaalta toimijanäkökulma korostaa ajassa muuttuvan subjektiviteetin roolia ja työntekoon kytkeytyvän mielen rakenteellista luonnetta, joka liittyy myös jaettuihin toimintamalleihin. Toimijahahmot peräänkuuluttavat mielenterveyden irrottamista vahvasta medikaalisesta ja yksilöpsykologisesta viitekehystä ja yksilöiden

palauttamista sosiaalisiin olosuhteisiin. Se mahdollistaa myös itse ongelman luonteen uudelleen arvioinnin.

Jotta mielenterveyteen liittyvässä työkyvyssä voisi tapahtua laajempia muutoksia, muutosten tulisi tapahtua yhteiskunnan, sen instituutioiden ja jaettujen toiminta- ja ajattelumallien tasolla. Tällöin mielenterveys ja työkyky määrittyisivät osaksi merkityksellisyyteen tähtäävää sosiaalista toimintaa eivätkä arjen kehyksistä erottuviksi yksilön ongelmiksi, joita pyritään ratkomaan pääosin terveydenhuollon piirissä diagnostisin käsittein ja hoitomuodoin. Tuloksienne valossa on selvää, että merkittävä osa toimijahahmojen ongelmista on niin syvällä yhteiskunnan ja kulttuurin uusien toimijuiden haasteita, muotoja ja ratkaisuja tuottavissa mekanismeissa, että niiden korjaamiseksi tarvitaan terveydenhuollon – ja usein myös työpaikkojen – ulkopuolella tapahtuvia muutoksia.

Tulosten merkitys: Toimijahahmotyologiaa voidaan käyttää erilaisten mielenterveyteen liittyvien työkykyongelmien tunnistamisessa. Se nostaa myös esille laajempien muutosten tarpeen yhteiskunnan, sen instituutioiden ja jaettujen toiminta- ja ajattelumallien tasolla.

Tiivistelmä

Alle 35-vuotiaiden työssä käyvien aikuisten mielenterveyden haasteet ovat kasvaneet voimakkaasti Suomessa ja muissa länsimaissa. Tutkimus on painottunut työelämän riskitekijälähtöiseen tarkasteluun, ja ratkaisujen etsinnässä on korostunut sekä lääketieteellinen että yksilölähtöinen viitekehys. Tässä artikkelissa tarkastellaan nuorten työntekijöiden työkykyä työelämän ja kulttuurisen muutoksen näkökulmasta. Lisäksi pyritään rakentamaan uudenlaista tutkimusperustaista näkökulmaa mielenterveyteen liittyvän työkyvyn tukemiseksi. Aineistona tutkimuksessa on käytetty Työterveyslaitoksen ”Mitä jos mielen hyvinvointia

rakennettaisiin uudestaan?” -hankkeessa pääkaupunkiseudun kunta-alalta vuonna 2021 kerättyä haastatteluaineistoa (N = 70), jossa on haastateltu nuoria aikuisia, työterveyshuoltojen edustajia sekä esihenkilöitä. Tutkimusaineiston sisältöanalyysissä hyödynnetään Margaret Archerin teoriaa toimijuuden muodostumisesta refleksiivisen harkinnan kautta. Tuloksissa esitellään seitsemän erilaista nuorten työntekijöiden mielenterveyden toimijahahmoa. Kukin toimijahahmo pyrkii mielekkääseen toimintaan ja ratkaisuun omista arvoistaan, normeistaan ja moraalista lähtökohdistaan käsin. Toimintaa raamittavat käytettävissä olevat resurssit. Hahmotyologia osoittaa, että mielenterveyskategorian alle on kertynyt joukko erilaisia yhteiskuntaan, työelämään ja yksilön elämänkulkuun kietoutuvia haasteita, joita ratkotaan työterveyshuollossa yksilötasolla. Hahmojen sosiaalisen ja rakenteellisen taustan moninaisuus korostaa sitä, kuinka mielenterveyteen liittyvä työkyky jäsentyy osaksi sosiaalista ja institutionaalista toimintaa. Tällöin on syytä myös kysyä, onko perusteltua pyrkiä ratkomaan nuorten työntekijöiden mielenterveyden haasteita pääsääntöisesti yksilötasolla diagnostisin käsittein ja hoitomuodoin.

Asiasanat: laadullinen tutkimus, nuoret aikuiset, mielenterveys, toimijuus, kunta-ala

Abstract

Social characters of mental health. A qualitative study of young employees in the municipal sector.

The mental health challenges faced by working adults aged under 35 have grown rapidly in Finland and other Western countries. Studies have emphasized risk-based observation of work life, and the search for solutions has centered around two frameworks: medical and individual

oriented. This article examines the work ability of young employees from the viewpoint of work life and cultural change. It also attempts to build a new kind of study-based viewpoint to support mental health-related work ability. The data used in this study were collected during the *What if mental health could be constructed differently?* project of the Finnish Institute of Occupational Health, in which young adults, occupational health service representatives, and supervisors (N=70) from the municipal sector in the capital area were interviewed in the year 2021. Content analysis of the study data used formation through reflexive deliberation from Margaret Archer's theory of agency. Seven different social characters of young employee's mental health are presented in the results. Every social character strives towards meaningful action and a solution based on their own values, norms, and moral starting points. Action takes place within the limits of available resources. The character typology shows that the mental health category has accumulated many different challenges, which are intertwined with society, work life and the individual life course, and are solved on an individual level by occupational health services. The diversity of a characters' social and structural background highlights how mental health-related work ability is structured as part of social and institutional action. Thus, we may ask whether striving to resolve the mental health challenges of young employees on mainly an individual level, using diagnostic terms and types of treatment, is justified.

Keywords: qualitative research, young adults, mental health, human agency, municipal sector

Kiitämme kaikkia haastatteluihin osallistuneita; Työterveyslaitosta tutkimuksen rahoittamisesta; Helsinki työterveyshuoltoja ja Espoon Työterveyspalveluja yhteistyöstä; tutkimusavustaja, valtiotieteiden kandidaatti

Elisa Falckia osallistumisesta aineiston keräämiseen sekä sosiologian yliopiston-lehtori Antero Olakiveä käsikirjoituksen kommentoinnista.

Kristiina Lehmuskoski, YTM, tutkija, Työterveyslaitos, Työkyky ja työurat -yksikkö; jatko-opiskelija, sosiaalitieteiden tohtori-ohjelma, Helsingin yliopisto

Ari Väänänen, YTT, PhD, tutkimusprofessori, Työkyky ja työurat -yksikkö, Työterveyslaitos

Pirjo Juvonen-Posti, LT, Kun-PD, kuntoutuksen erityispätevyys, johtava asiantuntija, Työkyky ja työurat -yksikkö, Työterveyslaitos

Pauliina Mattila-Holappa, PsT, työ- ja organisaatiopsykologian erikoispsykologi, työterveyspsykologi, johtava asiantuntija, Työkyky ja työurat -yksikkö, Työterveyslaitos

Lähteet

- Alasuutari P (2011) Laadullinen tutkimus 2.0. Neljäs, uudistettu painos. Vastapaino, Tampere.
- Archer M (2000) *Being Human: The Problem of Agency*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Archer M (2003) *Structure, agency and the internal conversation*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Archer M (2012) *The Reflexive Imperative in Late Modernity*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Björkenstam E, Helgesson M, Gustafsson K, Virtanen M, Hanson LLM, Mittendorfer-Rutz E (2022) Sickness absence due to common mental disorders in young employees in Sweden: are there differences in occupational class and employment sector?. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 57, 5, 1097–1106.
- Boltanski L, Chiapello E (2005) *The new spirit of capitalism*. International journal of politics, culture, and society, 18, 3, 161–188.
- Bourdieu P (1984) *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Côté J (2019) *Youth Development in Identity Societies: Paradoxes of Purpose*. Routledge, Lontoo.
- Ehrenberg A (2017) *What We Talk About When We Talk About Mental Health: Towards an Anthropology of Adversity in Individualistic Society*. Teoksessa S Neckel, AK Schaffner, G Wagner (toim.) *Burnout, Fatigue, Exhaustion*, 153–171. Palgrave Macmillan, Cham.
- Eläketurvakeskus (2020) *Mielenterveyden sairauDET yleisin työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen syy*. Verkkosivusto osoitteessa: [Mielenterveyden sairauDET yleisin työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen syy - Eläketurvakeskus \(etk.fi\)](https://www.elaketurva.fi/). Katsottu 8.3.2022.
- Eskola J, Suoranta J (1998) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Vastapaino, Jyväskylä.
- Esping-Andersen G (1990) *The Three Worlds of Welfare Capitalism*. Princeton University Press, Princeton.
- Furedi F (2004) *Therapy culture: Cultivating vulnerability in an uncertain age*. Routledge/Taylor & Francis Group, Abingdon, England.
- Giddens A (1991) *Modernity and Self-identity*. Stanford University Press, Stanford.
- Harkko J, Nordquist H, Pietiläinen O, Piha K, Mänty M, Lallukka T, Rahkonen O, Kouvonon A (2021) Frequent Short Sickness Absence, Occupational Health Service Utilisation and Long-Term Sickness Absence Due to Mental Disorders among Young Employees. *International Archives of Occupational and Environmental Health* 94, 7, 1549–58. <https://doi.org/10.1007/s00420-021-01728-5>.
- Hirsjärvi S, Hurme H (2008) *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Gaudeamus, Helsinki.
- Honneth A (2004) *Organised Self-Realization: Some Paradoxes of Individualization*. *European Journal of Social Theory*, 7, 4, 463–478.
- Hänninen V (1999) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Väitöskirja. Tampereen yliopisto.
- Hänninen V (2011) *Masennus toiminnallisena loukkuna*. Teoksessa A Oksanen, M Salonen (toim.) *Toiminnallisia loukkuja. Hyvinvointi ja eriarvoisuus yhteiskunnassa*. Tampere University Press, Tampere.
- Jacobsen MH (2020) *Emotions, everyday life and sociology*. Routledge, London.
- Joensuu M, Mattila-Holappa P, Ahola K, Kivimäki M, Tuisku K, Koskinen A, Virtanen M (2019) Predictors of employment in young adults with psychiatric work disability. *Early Intervention in Psychiatry*, 13, 5, 1083–1089.
- Juvonen-Posti P (2018) *Work-related rehabilitation for strengthening working careers. A multiperspective and mixed methods study of its mechanisms*. Väitöskirja. Oulun yliopisto.
- Järvikoski A, Takala E-P, Juvonen-Posti P, Härköpää P (2018) *Työkyvyn käsite ja työkykymallit kuntoutuksen tutkimuksessa ja käytännössä*. Sosiaali- ja terveysturvan raportteja 13, 2018.
- Kaltenbrunner B, Grees N, Jacobson R, Geltner U, Bergendorff S (2013) *Young adults on disability benefits on 7 countries*. *Skand J Public Health* 41, 12, 3–26.
- Kela (2020) *Sairausvakuutus tilasto 2020. Verkkosivusto osoitteessa: Kelan sairausvakuutus tilasto 2020 (helsinki.fi)*. Katsottu 8.2.2022.
- Kuokkanen A, Varje P, Väänänen A (2020) *Struggle over employees psychological wellbeing. The politization and depolitization of the debate on employee mental health in the Finnish insurance*

- sector. *Management & Organizational History* 15, 3, 252–272.
- Kuusela P (2006) Realismi ja sosiaalisen identiteetin episteeminen status. Teoksessa P Rautio, M Saastamoinen, M Itäpuisto (toim.) *Minuus ja identiteetti: sosiaalipsykologinen ja sosiologinen näkökulma*. Tampere University Press, Tampere.
- Kvale S (1996) *Interviews: An Introduction to Qualitative Research Interviewing*. Sage Publications, Thousand Oaks, California.
- Laaksonen M, Blomgren J (2020) The level and development of unemployment before disability retirement: a retrospective study of Finnish disability retirees and their controls. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020, 17,5, 1756.
- Laine T (2011) Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa J Aaltonen, R Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittavalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökoihtiin ja analyysimenetelmiin*. PS-kustannus, Jyväskylä, 26–43.
- Mattila-Holappa P (2018) Mental health and labour market participation among young adults. *KELA: Studies in social security and health* 152.
- Mellor PA, Shilling C (2021) Edgework, Uncertainty and Social Character. *Sociological Research Online* 26, 4, 959–75. <https://doi.org/10.1177/13607804211002841>.
- Riesman D, Glazer N, Denney R (1950) *The Lonely Crowd. A Study of the Changing American Character*. Yale University Press, New Haven.
- Rikala S (2013) Työssä uupuvat naiset ja masennus. Väitöskirja. Tampere University Press, Tampere. <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/94442>.
- Rikala S (2018) Masennus, työkyvyttömyys ja sosiaalinen eriarvoisuus nuorten aikuisten elämäntilanteissa. *Yhteiskuntapolitiikka* 83, 2, 159–170.
- Romakkaniemi MK (2010) Toimijuus masennuksen sosiaalisuutta jäsentämässä. *Janus: sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti* 18, 2, 137–152.
- Rosa H, Trejo-Mathys J (2013) *Social Acceleration: A New Theory of Modernity*. New Directions for Critical Theory. Columbia University Press, New York.
- Rönndblad T, Grönholm E, Jonsson J, Koranyi I, Orellana C, Kreshpaj B, Chen L, Stockfelt L, Bodin T (2019) Precarious employment and mental health: a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Scandinavian journal of work, environment & health*, 45, 5, 429–443.
- Saastamoinen M (2006) Yksilö, riskitietoisuus ja psykokulttuuri. Teoksessa P Rautio, M Saastamoinen, M Itäpuisto (toim.) *Minuus ja identiteetti: sosiaalipsykologinen ja sosiologinen näkökulma*. Tampere University Press, Tampere.
- Salminen J, Häikiö L (2022) Kuntoutuminen toimintamahdollisuuksina – ammattilaisten käsitykset nuorten kuntoutujien toimijuudesta. *Kuntoutus* 45, 1, 18–28.
- Sayer A (2000) *Realism and Social Science*. Sage, London.
- Sennett R (1999) *The Corrosion of Character: The Personal Consequences of Work in the New Capitalism*. Norton, New York.
- Shilling C, Mellor PA (2022) ‘Social character, interdependence, and the dualities of other directedness’, *The British Journal of Sociology*, 73, 1, 125–138. doi: 10.1111/1468-4446.12902.
- Sumanen H, Harkko J, Lahti J, Ketonen, Pietiläinen O, Kouvonen A (2020) Nuorten työntekijöiden työkyky ja työterveyshuollon palvelujen käyttö. *Amk tutkii* 13, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu.
- Sumanen H, Lahelma E, Pietiläinen O, Rahkonen O (2017) The Magnitude of Occupational Class Differences in Sickness Absence: 15-Year Trends among Young and Middle-Aged Municipal Employees. *Int J Environ Res Public Health* 14, E625.
- Taylor C (1995) *Autenttisuuden etiikka*. Gaudeamus, Helsinki.
- Tuomi J, Sarajarvi A (2009) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi, Helsinki.
- Työterveyslaitos (2021a) Työelämätieto: Sairauspoissaolot kunnissa. Verkkosivusto osoitteessa: Sairauspoissaolot kunnissa | Työelämätieto | www.tyoelamatieto.fi Katsottu 16.2.2022.
- Työterveyslaitos (2021b) Työelämätieto: Kunta-alan työ ja työntekijöiden hyvinvointi. Verkkosivusto osoitteessa: Kunta-alan työ ja työntekijöiden hyvinvointi | Työelämätieto | www.tyoelamatieto.fi. Katsottu 16.2.2022.
- Varje P, Turtiainen J, Lehmuskoski K, Kuokkanen A, Väänänen A (2021) Mielenterveys työelämän murroskohdissa: lääketieteellisen intervention muuttuva rooli. *Kulttuurintutkimus* 2-3/2021.
- Verdonk P, de Rijk A, Klinge I, de Vries A (2008) Sickness absence as an interactive process: gendered experiences of young, highly educated women with mental health problems. *Patient Education and Counseling* 73, 2, 300–306.
- Väänänen A, Turtiainen J, Kuokkanen A, Petersen A (2019) From silence to diagnosis: the entry of the mentally problematic employee into medical practice. *Social Theory & Health* 17, 4, 407–426.
- Whiteford HA, Degenhardt L, Rehm J, Baxter AJ, Ferrari AJ, Erskine HE, Vos T (2013) Global burden of disease attributable to mental and substance use disorders: findings from the Global Burden of Disease Study 2010. *The Lancet*, 382, 9904, 1575–1586.