

# Elämönhallinta ja sen tukeminen sosiaalipedagogisesta näkökulmasta

*Anne-Mari Röpelin*

*Elämän merellä  
on milloin työntä  
milloin myrskyisää.*

*Et voi säätä komentaa.  
- Vain taitojasi kasvattaa  
purtta ohjaamaan.*

*– Maria Alstedt (1999, 23) –*

## 1 Johdanto

Elämönhallinta kuuluu sosiaalipedagogiikan peruskäsitteisiin ja elämönhallinnan tukeminen on yksi sosiaalipedagogisen toiminnan tavoitteista (Hämäläinen 1999; Hämäläinen & Kurki 1997, 126). Oma kiinnostukseni elämönhallintakäsitettä kohtaan syntyi juuri sosiaalipedagogisesta viitekehystä käsin. Tämä viitekehys on

taustalla tutkimuksessa, joka koskee lisaalmen Lippuniemessä meneillään olevaa lähiöprojektia. Tutkijana tarkastelen kuinka sosiaalipedagogiset periaatteet – niistä erityisesti elämänhallinnan tukeminen – toteutuvat projektin toimintamuodoissa.

Elämänhallinta ei ole vain sosiaalipedagogiikassa käytetty käsite, vaan elämänhallinnasta on puhuttu suomalaisessa tieteessä ainakin 1980-luvulta lähtien ja sen suosio on kasvanut 1990-luvun aikana eri tieteenaloilla (Järvikoski 1996, 35). Erilaiset näkemykset elämänhallinnasta tuovat uusia näkökulmia sen sisältöön. Vertailenkin seuraavaksi erilaisia määritelmiä elämänhallinnasta. Sen jälkeen keskityn saksalaisen Lothar Böhnischin (1985; 1992; 1997) tapaan tarkastella eri ikävaiheita hallintautottuvuudesta käsin. Olen kiinnostunut etenkin hänen näkemyksistään, jotka koskevat elämänhallinnan tukemista sosiaalipedagogisesti.

## 2 Elämänhallinta käsitteenä

Monet tutkijat ovat kiinnittäneet huomiota elämänhallintakäsitteen epäselvyyteen, ja siihen että sitä käytetään eri tieteissä eri merkityksessä (mm. Riihinen 1996, 32; Järvikoski 1996, 35). Elämänhallinnan käsitettä saatetaan käyttää korvaamaan aiemmin käytettyjä käsitteitä, kuten kognitiivisia hallintakäsityksiä tai kontrolliodotuksia, koherenssin tunnetta ja tyytyväisyyttä elämään tai selviytymisstrategioita (Järvikoski 1996, 35). Käsitteellä voidaan myös tarkoittaa laadullisesti eri asioita eli esimerkiksi tunnetta tai kokemusta, psyykkistä kykyä tai taitoa, resurssia, prosessia, jossa toimija toimii tai toiminnan positiivista tulosta (Lehto-Trapnowski 1997).

Toisaalta elämänhallinta voidaan ajatella sateenvarjo- tai kattokäsitteeksi, jonka alle sijoittuu joukko suppeampia käsitteitä (Järvikoski 1996, 35–36; Vuorio 1996, 84). Itse näen elämänhallinnan kattokäsittteenä, joka kytkeytyy yksilön hyvinvointiin. Teela Jyrkisen (1989, 288) mukaan psyykkiseen hyvinvointiin kuuluukin elämyksellisesti elämänhallinnan tunne.

Elämänhallintakäsitteen tarkentuminen edellyttää teoreettisen ajattelun ja empiirisen tutkimuksen vuorovaikutusta, sillä vasta käsitteen operationalisointi pakottaa tutkijan täsmentämään, mitä hän käyttämillään käsitteillä tarkoittaa (Riihinen 1996, 32). Elämänhallintatutkimuksen kumuloituminen taas edellyttää, että eri tieteet määrittelevät elämänhallinnan tutkimuskohteena toisiaan tukevasti (Rusanen 1996, 77).

*Elämänhallinta elämäntapatutkimuksen näkökulmasta / J. P.*

*Roos*

Suomessa eräs uranuurtaja elämänhallinta-käsitteen jäsentämisessä on ollut J. P. Roos (1985; 1987; 1988; ks. myös Ahponen 1984). Hän tutki suomalaisten elämäntapaa elämäkertaineiston pohjalta ja totesi, että keskeisin elämäntapaan yhteydessä oleva ulottuvuus on elämänhallinta, joka on ”yhä vahvempaa suojaa ulkoapäin tulevia mullistuksia ja katastrofeja vastaan sekä toisaalta mahdollisuus (ja intressi) itse muuttaa elämää haluttuihin suuntiin”. Elämänhallinnalla on kaksi muotoa: ulkoinen ja sisäinen. (Roos 1985, 41; 1988, 132.)

Ulkoinen elämänhallinta tarkoittaa, että ihminen on pystynyt ohjaamaan elämäänsä ilman, että sen vaiheisiin ovat vaikuttaneet kovin monet hänestä itsestään riippumattomat tekijät (lukuun ottamatta yleisiä yhteiskunnallisia ja luonnollisia tekijöitä). Aineellisesti ja henkisesti turvattu asema on merkki elämän ulkoisesta

hallinnasta. Aineellisen vaurauden tavoittelu on näin ollen elämänhallinnan tavoittelua. (Ks. Roos 1985; 1988.)

Sisäinen elämänhallinta on kykyä sopeutua, tapahtuipa elämässä mitä tahansa. Tällaisen kyvyn elämänsä aikana oppinut ihminen pystyy katsomaan asioita parhain päin ja sisällyttämään elämäänsä dramaattisiakin tapahtumia. (Roos 1985, 42.) Näkemys sisäisestä elämänhallinnasta vähitellen opittavana kykynä on sosiaalipedagogiikan kannalta tärkeä: se saa kysymään, miten tätä oppimisprosessia voitaisiin tukea.

Olavi Riihisen (1996, 29, 32) mukaan jaottelu ulkoiseen ja sisäiseen elämänhallintaan ei ole ongelmaton. Hän kiinnittää huomiota mm. siihen, että ”ulkoisen” ja ”sisäisen” välisen vuorovaikutuksen vuoksi on vaikeaa sanoa, mikä on ulkoista ja mikä sisäistä. Riihinen pitää ongelmallisena myös sopeutumistermin liittämistä sisäiseen elämänhallintaan, sillä sopeutuminen on käsitteellisesti lähempänä alistumista kuin hallintaa. Roos (1985, 42) tosin on huomauttanut, että sisäistä elämänhallintaa ei tulisi sekoittaa alistumiseen, mutta kieltämättä sana sopeutua tuottaa helposti vääriä mielleyhtymiä.

Riihinen (1996) ei myöskään ole vakuuttunut siitä, että tapa jakaa elämänhallinta sisäiseen ja ulkoiseen ulottuvuuteen olisi oikeaan osunut. Hänen mukaansa esimerkiksi elämänhallinnan autonomisuus/konformistisuus näyttää tärkeältä ja mahdolliselta ulottuvuudelta. Myös Pirjo Nuutinen (1994, 24) on hahmotellut uusia ulottuvuuksia elämänhallintaan: individuaalinen – kollektiivinen ja mentaalinen – toiminnallinen.

*Elämänhallinnan määrittely coping-käsitteen pohjalta / Pauli Niemelä*

Nykyhetkessä elämänhallintakäsite helposti hämärtyy ja keskeistä on eteen tulevista elämäntilanteista selviytyminen. Kun

elämänhallintaa tarkastellaan selviytymisen kannalta, on coping-käsitteellä paljon annettavaa. Coping-tutkimus (ks. esim. Lazarus & Folkman 1984) on laaja tutkimusalue, johon tässä viitataan vain lyhyesti yhtenä elämänhallintakäsitteen kiinnittymismahdollisuutena. Suomessa elämänhallintaa on coping-käsitteen pohjalta analysoinut mm. Pauli Niemelä (vrt. Ruth 1998). Hän määrittelee elämänhallinnan ”kyvyksi kohdata vaikeita tilanteita ja ehkäistä niihin liittyviä ahdistavia kokemuksia” sekä valmiudeksi toimia uusissa tilanteissa. Myös Niemelä jakaa elämänhallinnan ulkoiseen ja sisäiseen: sisäinen elämänhallinta koskee tavoiteltuna olotilana itsehallintaa ja ulkoinen elämänhallinta ulkoisten riskien hallintaa. (Niemelä 1991, 12, 17; vrt. Raitasalo 1995.)

Coping-tutkimuksessa yksi kiinnostuksen kohde ovat ihmisen elämänhallintakeinot. Niemelä luokittelee elämänhallintakeinot tajunnallisiin/tunnesuuntautuneisiin ja toiminnallisiin/ongelmasuuntautuneisiin käsitteilytapastrategioihin sekä seurauksiltaan joko rakentaviin tai tuhoaviin. (Niemelä 1991, 12–15.)

Coping-tutkimus on kiinnostava ja elämänhallintaa konkretisoinut tutkimussuuntaus. Kun olen kiinnostunut elämänhallinnan tukemisesta lähiötyön keinoin, tuntuu tämä suuntaus kuitenkin liian psykologisesti ja ongelmakeskeisesti painottuneelta.

### *Sosiaalipedagoginen näkökulma elämänhallintaan / Lothar Böhnisch*

Saksalainen Lothar Böhnisch tarkastelee elämänhallintaa sosiaalipedagogisesta näkökulmasta. Hän kytkee elämänhallinnan sosialisointiin, sosiaalisen integraation ja ’elämäntilan’ (Lebenslage) käsitteisiin. Hänen näkemystään elämänhallinnasta on vaikea

ymmärtää irrallaan näistä käsitteistä, joten esittelen ne lyhyesti ja päädyn Böhnischin käsitykseen elämänhallinnasta.

*Sosialisaatio* on kasvuprosessi, jossa ihmisen persoonallisuus kehittyy vuorovaikutuksessa sosiaalisen ympäristön kanssa. Sosialisaatiota leimaavat työvoiman uusintamisvaatimukset, mutta sosialisaatio on enemmän kuin vain sopeutumista niihin – kyse on myös henkilökohtaisen identiteetin saavuttamisesta. Aikuistumisessa on olennaista elämänvaiheisiin liittyvien kehitystehtävien hallitseminen; samalla yksilön on omaksuttava aina uusia tasoja yhteiskunnallisesta todellisuudesta. (Böhnisch 1992, 80–81.)

*Sosiaalinen integraatio* on sisäänkasvamista yhteiskuntaan sekä yksilöllisten arvojen ja yhteiskunnallisten normien yhteen sovittamista. Konfliktit, hallintaongelmat ja oman elämäntavan etsiminen kuuluvat luonnollisena osana sosiaaliseen integraatioon. Yhteiskunnassa tulisikin suvaita myös elämämaailmoja ja alakulttuureja, jotka eivät halua tai voi sopeutua enemmistökulttuuriin ja vallitsevaan sosiaaliseen normiin; on rakennettava sosiaalipedagogisesti tuettuja erityisympäristöjä ja mahdollistettava sekundaarinen integraatio. (Böhnisch 1992, 11, 72–74; 1997, 33–34.)

Sosialisaatio ja sosiaalinen integraatio ovat lähikäsitteitä ja sosialisaatiolla onkin sosiaali-integratiivinen luonne. Onnistunut sosialisaatio tarkoittaa, että yksilö elää sopusoinnussa yhteiskunnallisten arvojen ja normien kanssa ja samalla on aidosti oma itsensä. (Böhnisch 1992, 82.)

'*Elämäntila*'-käsite (*Lebenslage*) on ajatuksellinen konstruktio, joka viittaa subjektiivisen käyttäytymisen ja objektiivisten olosuhteiden välirakenteeseen. 'Elämäntilassa' on keskeistä yksilön elämänehtojen kokonaisuus ja elämänongelmissa käytettävissä olevat hallintamahdollisuudet ja -mallit. 'Elämäntilan' rakentumiseen vaikuttaa mm. yhteiskuntapoliittinen kehitys. (Böhnisch 1985, 89, 93; 1992, 90–91.)

*Elämönhallinta* tarkoittaa Böhnischin (1992, 78, 84) mukaan psyykkisten ja sosiaalisten kompetenssien käytettävissä oloa elämäntapahtumien hallintaan; se on sosialisatioteoreettinen vastine kehityspsykologiselle coping-käsitteelle.

Böhnisch (1992, 84) erittelee elämönhallinnan suhdetta sosialisatioon, sosiaaliseen integraatioon ja 'elämäntilaan'. Elämönhallinta on sosialisatioon ohjausmekanismi. Elämönhallinnan ja sosiaalisen integraation välillä taas vallitsee Böhnischin (1997, 36–38) mukaan jännitteinen suhde. Tämän jännitteen psykososiaalisia ulottuvuuksia ja niistä johdettavia sosiaalipedagogisia työperiaatteita ovat:

1) Oman arvontunnon menetyksen kokemus ja kaipaus sen takaisin saamiseen → huomioimisen ja ymmärtämisen erityinen professionaalinen taito.

2) Sosiaalinen näköalattomuus ja kaipuu kohti parempaa tai apatia → strukturoitumismahdollisuuksien tarjoaminen.

3) Puuttuvan sosiaalisen tuen kokemus ja tuen etsiminen → ympäristön muovaaminen ja sosiaalisten tilojen tarjoaminen.

4) Tasapainon (normalisoitumisen) etsiminen. Halu saavuttaa toimintakyvyn ja integraation tasapaino → empowerment, verkostojen vahvistaminen.

Sosiaalipedagogiikan ja sosiaalityön tehtävä on tarjota apua, kun ihmisen toimintakyky ja sosiaalinen integraatio ovat uhattuna; yksilölle kyse sen sijaan on elämönhallinnasta (Böhnisch 1997, 26, 29).

Ihmisen elämönhallinta ja sosiaalinen 'elämäntila' ovat yhteydessä toisiinsa; 'elämäntila' vaikuttaa siihen, että eri ihmiset hallitsevat samantyyppiset elämäntapahtumat eri tavoin. Elämönhallinta taas on 'elämäntilan' subjektiivinen puoli – siihen sisältyvien mahdollisuuksien hyödyntämisen subjektiivinen prosessi. 'Elämäntila' ei kuitenkaan determinoi elämönhallintaa, vaan antaa sille

rakenteellisen kontekstin. Yhteiskunnassa toteutuva sosiaalipolitiikka vaikuttaa sekä 'elämäntilaan' että elämänhallintaan. (Böhnisch 1985, 86, 90; 1992, 90–93.)

*Sosiaalipedagoginen näkökulma / Juha Hämäläinen*

Suomalaisessa sosiaalipedagogisessa tutkimuksessa elämänhallintaa pohtinut Juha Hämäläinen jaottelee elämänhallinnan Roosin ja Niemelän tavoin sisäiseen ja ulkoiseen:

”Sisäisessä elämänhallinnassa on kyse ihmisen valmiudesta selviytyä itsenäisesti elämänkaaren eri vaiheisiin kuuluvista kehitystehtävistä ja kyvystä tehdä omaa elämänkulkua myönteisesti ohjaavia ratkaisuja. Ulkoinen elämänhallinta viittaa osallisuuteen riittävästä toimeentulosta, ihmissuhteista, työstä, koulutuksesta, edunvalvonnasta, palveluista, harrastustoiminnasta ja muista elämisen laadun kannalta merkittävistä yhteiskunnan instituutioista ja toimintajärjestelmistä” (Hämäläinen 1999, liite 1).

Hämäläisen (1996, 11) mukaan heikon sisäisen elämänhallinnan tunnusmerkkejä ovat aloittekyvyttömyys, yleinen kiinnostumattomuus, irrallisuuden kokemus ja jopa elämänhalun kadottaminen, yhteiskunnan normeista piittaamattomuus, päihteiden väärinkäyttö sekä mahdollisesti myös ihmissuhdeongelmat. Lista osoittaa, miten esimerkiksi masennukseen liittyy usein elämänhallinnan heikentyminen; samalla on muistettava, että elämänhallinta ei ole staattinen resurssi vaan elämänhallintakyky voi tilapäisesti heikentyä ja taas vahvistua.

Ajatus elämänhallinnan tukemisesta sosiaalipedagogisesti ei Hämäläisen (1998, 160) mukaan merkitse omnipotenttia uskoa ihmisen mahdollisuuksiin hallita elämänsä. Kyse on pikemminkin sellaisten voimavarojen vahvistamisesta, jotka ovat välttämättömiä, jotta



ihminen selviytyy jokapäiväisestä elämästä ja kokee elämänsä arvokkaaksi ja mielekkääksi. Näin nähtynä elämönhallinnassa keskeisiä ovat arjen elämäntilanteissa tehdyt realistiset, elämän arvokkuutta ja mielekkyyttä edistävät valinnat.

### *Pohdintaa elämönhallintamääritelmien pohjalta*

Yllä mainittu Hämäläisen tarkennus elämönhallintakäsitteen merkitykseen on tärkeä, sillä ”eihän elämää voi hallita” -kommentit kertovat yhdestä, ehkä yleisestäkkin tavasta suhtautua tähän käsitteeseen. Itsekin suhtauduin elämönhallintakäsitteeseen aluksi epäillen. Pohdin käsitettä mm. kristinuskon kannalta ja puntaroin, miten Jumalan johdatus ja ihmisen pyrkimys hallita elämäänsä soveltuvat yhteen. Elämönhallinnan määritelmiin perehdyttyäni sain tarkemman kuvan siitä, mitä elämönhallinnalla tarkoitetaan ja edellä mainitut pohdinnat eivät tunnu enää kovin oleellisilta. Mielestäni olisi kuitenkin syytä miettiä, onko hallintatermi sittenkään paras mahdollinen. Tähän on kiinnittänyt huomiota myös Sakari Suominen (1996, 80); hän katsoo elämönhallintakäsitteen painottuvan liikaa hallintaan ja pohtii, onko yksilön kannalta edes hyvä, jos hallinnan tunne ei hetkeksikään väisty.

Elämönhallinnan tunnusmerkkejä eri elämönhallintamääritelmissä ovat siis:

- kyky kohdata elämä; erityisesti uudet elämäntilanteet ja vastoinkäymiset
- kyky ohjata omaa elämää ja tehdä sitä koskevia myönteisiä päätöksiä
  - rakentavien elämönhallintakeinojen käyttö
  - aineellisesti turvattu asema
  - psyykkisten ja sosiaalisten kompetenssien käytettävissä olo

Lista osoittaa, että elämänhallintaan sisältyy monia erillisiä sosiaalitieteissä käytettyjä käsitteitä; esimerkiksi toinen kohta merkinnee lähes samaa kuin subjektiivisuus tai itsemääräämiskyky. Pohtimisen arvoinen kysymys on se, mitä hyötyä on tiettyjen käsitteiden kokoamisesta elämänhallintakäsitteen alle ja mikä on kokoamisperuste.

Elämänhallintakäsitteen äärellä voi tietoisesti peilata itseään ja arvioida elämänhallintakykyään ja -keinojaan ymmärtääkseen käsitettä paremmin. Omassa elämässäni elämänhallintakäsite tuntuu melko vieraalta; syynä lienee se, että elämänmottoni on pikemminkin elää päivä kerrallaan kuin suunnitella ja ohjaila tulevaisuutta. Tällaisen elämänasenteen voi tulkita joko elämänhallinnan puutteeksi tai realistiseksi ja elämän yllätyksellisyydelle sijaa jättäväksi tavaksi elää. Elämänhallinnan arvioinnissa kohdataan siis myös arvokysymyksiä sen suhteen, mitkä elämänhallinnan tunnuspiirteet ovat tärkeimpiä ja minkä asteinen elämänhallinta on riittävää tai suotavaa.

Elämänhallintakäsite olisi mielestäni hyvä kytkeä jäsenneytyksi arkielämään ja sen osa-alueisiin. Sosiaalitieteissä on eritelty ihmisten ongelmia eri elämänalueilla, mutta onko niitä juurikaan jäsenneytyksi hallintakysymyksiä? Ronald Wiman (1994) on tarkastellut elämänhallintaa tämänsuuntaisesti jaotellen suoriutumisongelmat eri elämänsektoreille. Suoriutumisongelmista eri sektoreilla Wiman johtaa tilanteeseen soveltuvat auttamiskeinot. Wimanin jäsenneytyksen etuna on sen konkreettisuus, mutta samalla se on mielestäni liian viranomaislähtöinen ja ongelmakeskeinen.

### 3 Elämänhallinta ja sen tukeminen sosiaalipedagogiikan keinoin eri ikävaiheissa

Elämänhallinnan määrittelyn lisäksi tulisi pohtia ja tutkia sitä, miten elämänhallintaa voitaisiin tukea. Erilaisten määritelmien pohjalta näyttää siltä, että tukea voidaan esimerkiksi yleistä elämänhallinnan tunnetta, rakentavia hallintastrategioita tai ulkoista elämänhallintaa. On kuitenkin syytä muistaa elämänhallinnan eri ulottuvuuksien keskinäinen vuorovaikutus. Esimerkiksi ulkoisen hallinnan tukeminen vaikuttaa myönteisesti myös sisäiseen elämänhallintaan (Jyrkinen 1989, 289).

Lothar Böhnisch (1992; 1997) on tarkastellut eri elämänvaiheita elämänhallinnan näkökulmasta ja esittänyt näkemyksensä siitä, mikä elämänhallinnan tukemisessa kussakin elämänvaiheessa on keskeistä. Tuon esille hänen lapsuuteen, nuoruuteen ja työikään liittyviä näkemyksiään. Vanhuutta elämänhallintakäsitteeksi en tässä artikkelissa käsittele.

Böhnischin ajatusten taustaksi on hyvä ymmärtää hänen yleinen näkemyksensä yhteiskunnan kehitymisestä viime vuosikymmeninä. Böhnischin mukaan ihmisten elämään suhteessa yhteiskuntaan on vaikuttanut keskeisesti elämän individualisointi- ja pluralisointisuuntaus (Böhnisch 1992, 86). Yhteiskunnallinen individualisointiprosessi näkyy yksilötasolla elämän biografisoinnina. Biografisoinnin käsitteellä Böhnisch viittaa siihen, että ihmisestä itsestään on tullut sosiaalisen maailmansa keskipiste ja järjestelijä; biografisoinnin varjopuoli on avuttomuus ja riski joutua yhteiskunnan ulkopuolelle. (Böhnisch 1997, 49–50, 66–67.)

### 3.1 Elämänhallinta lapsuudessa

Böhnischin (1985, 93) mukaan jo lapsuuteen sisältyy elämänhallintatehtäviä. Elämänhallinnan ja sosiaalisen integraation jännite ei kuitenkaan ole lapsuudessa vielä kovin keskeinen, koska se liittyy irtautumiseen perheestä, sukupolvikonfliktiin ja oman statuksen etsimiseen (Böhnisch 1992, 119).

Olennainen piirre lapsissa on se, että he suuntautuvat sosiaaliseen ympäristöönsä (sozialräumlich). Paikoilla ja rakennuksilla on lapsille erilainen merkitys kuin aikuisille, jotka suuntautuvat etupäässä positioihinsa ja rooleihinsa. (Böhnisch 1997, 82.)

Hallintavaatimuksia lapsille aiheuttaa mm. heidän asemansa aikuisten vallan alaisina. Lapset ovat muita ikäryhmiä alttiimpia väkivallalle, ja yksi keino yrittää hallita kokemuksia väkivallasta on turvautua itse väkivaltaan. (Böhnisch 1985, 108; 1992, 121.) Hallintavaatimuksia aiheuttaa myös se, että lapset joutuvat tasapainoilemaan lapsi- ja aikuismaailman välillä. Lapset toisaalta erotetaan aikuismaailmasta (esimerkiksi päiväkoteihin), mutta toisaalta aikuismaailma tulee lasten elämään mm. median kautta. Jännite kasvatuksen ja lapsen 'luontaisen kehityksen' välillä aiheuttaa lapsille hallintaongelmia. (Böhnisch 1992, 120.) Lapsille tulisi tarjota omia paikkoja ja tiloja sekä mahdollisuuksia toimia aikuisten kanssa myös muualla kuin perheessä (Böhnisch 1997, 103).

Koulu asettaa lapselle monenlaisia hallintavaatimuksia. Koulun aloitettuaan lapsi joutuu oppimaan uuden aikastruktuurin, abstraktia ajattelua ja tulevaisuudessa tarvittavia taitoja; hän oppii myös ohjaamaan elämäänsä rationaalisesti ja sopeutumaan. Böhnisch hahmottelee kolme sosiaalipedagogista näkökulmaa kouluun liittyvien jännitteiden hallintaan. Ensinnäkin lapsille tulisi kehittää

toimintamahdollisuuksia, jotka eivät lisää paineita ja normeja, vaan jättävät tilaa lapsen luontaiselle kehitykselle, vapaalle leikille ja ryhmäkokemuksille. Toiseksi tulisi lieventää koulun tulevaisuuspainotteisuuden ja lapsen arkielämän nykyisyyspainotteisuuden välistä jännitettä. Kolmas sosiaalipedagoginen näkökulma liittyy koulun rationalisuuteen sekä instituutionaalisten ja organisatoristen vaatimusten ensisijaisuuteen; myös näiden koulun ominaispiirteiden aiheuttamiin jännitteisiin voidaan tarttua sosiaalipedagogisesti. (Böhnisch 1997, 113–115.)

### **3.2 Nuoruvaihe elämönhallintakysymyksenä**

Nuoruus on identiteetin rakentamisen sekä separaation ja integraation aikaa. Yhteiskunnallisen kehityksen myötä nuoruudesta on tullut yhä vaativampi elämänvaihe. Se ei ole enää selkeä ylimenovaihe stabiiliin yhteiskuntaan, vaan uudelleenrakenteistunut, individualisoitunut ja pluralisoitunut elämänvaihe, jonka rajat ovat hämärtyneet. Böhnisch tarkoittaa individualisoinnilla nuorten 'elämäntilan' biografista individualisoinnista; esimerkiksi koulua ja työelämään siirtymistä nuoret eivät voi edelleenkaan väistää, mutta kanssakäyminen niiden kanssa on tullut yksilölliseksi. (Böhnisch 1997, 43, 129, 133; 1992, 91, 133, 159; vrt. Scherr 1997, 26, 32.)

Myös sosialisointiprosessi on pluralisoitunut ja tullut vähemmän itsestään selväksi individualisoinnin myötä. Traditionaalisten ympäristöjen hajotessa sidokset traditioihin, arvoihin ja ryhmiin yhteiskunnassa ovat vaarassa jäädä heikoiksi, jolloin sosialisointin murto-osat yleistyvät. Ympäristöstä tulevan tuen sosialisatorinen merkitys ja puute näkyvät mm. nuorten kiinnostuksena ääriryhmiin; nuoret haluavat kuitenkin integroitua

johonkin. Sosiaalisen integraation ongelma ja sen hallinta ovatkin nykyisin nuoria yleisesti koskettavia ongelmia. Erityisesti aika peruskoulun päättämisen jälkeen on riskialtista, kun koulu ei enää tasoita eroja ja liitä yhteiskuntaan. Koulutuskilpailu on kiihtynyt ja työelämään siirtymisestä on tullut sosiaalinen hallintakysymys. (Böhnisch 1992, 12, 80–82; 1997, 135–136, 156–157.)

Nuorten minäkuvaan, persoonallisuuden muotoutumiseen ja sosiaaliseen kehitykseen vaikuttavat koulun ohella monet koulun ulkopuoliset sosialisaatiovaikutteet, kuten samanikäiskulttuuri, media ja kulutus. Medialla voi olla positiivista tai sosiaalista desintegraatiota vahvistavaa vaikutusta – median hyödyn edellytys onkin mediallyinen kompetenssi. Myös kulutukseen liittyy hallintakysymyksiä ja se voi laajentaa tai kaventaa toimintakykyä. Kulutukseen liittyvä vaara on itsekontrollin menetys. Sosiaalipedagogisesti tärkeitä ovat projektit, joissa nuoret tekevät jotain itse ja luovat näin uuden suhteen kulutukseen. (Böhnisch 1992, 80, 187–194; 1997, 138–143, 149–150.)

Böhnisch (1992, 207–211) ei näe nuoria yhtenäisenä ryhmänä. Hän kuvaa esimerkiksi eri sukupuolten hallintamallien eroja, joskaan ei näe niitä stereotyyppisinä. Poikien elämänhallinnassa tunnusomaista on 'ulos' suuntautuminen (voi johtaa väkivaltaan); myös kilpailu muodostuu jo varhain hallintamalliksi. Miehin hallintamalli voi aiheuttaa paineita ja estää suhteen kehittymisen omaan itseen; poikien voi myös olla vaikeaa reflektoida käytöstään. Sosiaalipedagogisesti pojille voidaan rakentaa ympäristöjä, joissa statusmenetyksen vaara on pienempi ja statusvaihtoehtoja tarjolla. Pojille tulisi myös osoittaa käytöksensä vaikutus muihin. Tyttöjen hallintaperiaatteena on suuntautua 'sisään'. Hallintamallin etuja ovat pääsy omaan sisimpään, tunteiden ilmaisu ja herkkyys muiden tunteille; heikkoutena taas taipumus pitää elämänongelmat itsellä. Sosiaalipedagogisessa 'tyttötyössä' korostuvat vaitelaisuuden

rikkominen, tyttöjen vahvuuksien ja arvon esilletuominen sekä erillisten tilojen tarjoaminen.

Böhnisch korostaa, että tytöt ja pojat tarvitsevat ainakin ajoittain erillisiä tiloja. Tilallisilla kokemuksilla on vaikutus omanarvontuntoon ja tilat voivat olla myös mahdollisuus kokeilla uusia roolimalleja ja oppia tilan antamista muille. Työntekijän persoonallisuudella on sukupuolisuhteutetussa työssä suuri merkitys; työntekijä on nuorille myös oman sukupuolensa edustaja. (Böhnisch 1992, 180, 206–207; 1997, 145–147.)

Nuoret joutuvat kohtaamaan jo varhain sosiaalisia ongelmia ja hallintakysymyksiä kehitystehtävien ohella. Median ja kulutuksen lisäksi etenkin koulumenestyksestä on tullut hallintakysymys; nuorten arki on instituutioiden vaatimusten hallintaa. (Böhnisch 1985, 114; 1992, 75, 162; 1997, 129.)

Elämönhallinta nuoruudessa perustuu Böhnischin (1992, 93) mukaan kolmelle tasolle, joista erityisesti ensimmäinen ja toinen taso ovat sosiaalipedagogiikalle tärkeitä.

- Toimintataso: elämönhallinta elämän ohjaamisen normalisoinnin yksilöllisenä strategiana ja toimintakyvyn etsintänä kuormittavissa arjen tilanteissa
- Sosialisatorinen taso: elämönhallinta sosialisatioprosessiin kytkeytyvien ongelmien hallintana
- 'Elämäntilan' taso: elämönhallinta itsensä toteuttamisena vallitsevissa yhteiskunnallisissa olosuhteissa, biografisten mahdollisuuksien mukaan

Edellä mainituista tasoista Böhnisch (1992, 93–94) johtaa kolme sosiaalipedagogista toimintakategoriaa elämönhallinnan tukemiseen:

- Arjen normalisointitoiminnan tukeminen
- Apu sosialisatioon liittyvissä siirtymä- ja integraatio-ongelmissa

- Auttamistyö, joka suuntautuu paitsi biografisiin mahdollisuuksiin ja riskeihin nuoruudessa, myös mahdollisiin 'elämäntilaan' liittyviin valintamahdollisuuksiin

Böhnisch (1992, 94) konkretisoi vielä edellä mainituista toimintakategorioista kolme funktiota, joita sosiaalipedagogiikalla voi lapsi- ja nuorisotyössä olla:

- Käyttätymisen tukeminen ja laajentaminen esimerkiksi kasvatusavun ja vapaa-ajan toiminnan avulla

- Apu koulu- ja ammatinvalintakysymyksissä sekä integraatio-apu poikkeavasti käyttäytyville

- Infrastruktuuriset toimet, kuten sosiaalisten verkostojen rakentaminen ja nuorisokulttuuristen ympäristöjen tukeminen

Elämänhallinta normalisointina tarkoittaa Böhnischin (1992, 84–85) mukaan sitä, että joka elämäntilanteessa tarjotaan mahdollisuus tulla jollakin tavalla 'normaaliksi'. Onnistunut socialisaatio ei enää tarkoita vain keskivertopalkkatyöläisyyden toteutumista vaan viittaa myös kykyyn hyödyntää mahdollisuuksia sen ulkopuolella.

Sosiaalipedagogisen lapsi- ja nuorisotyön kolme pääalaa ovat Böhnischin (1992, 246–274) mukaan kasvatusapu, nuorisotyö ja neuvonta. Toiminnan työperiaatteita ovat:

- 1) *Omanarvontunnon vahvistamisen periaate*: Vaikeuksissa olevilla nuorilla voi olla heikko omanarvontunto. Tärkeää on tarjota ympäristöjä ja tiloja, joissa omanarvontunto voi vahvistua.

- 2) *Ryhmäperiaate*: Vertaisryhmät ovat lasten ja nuorten sosiaaliselle kehitykselle tärkeitä. Jos näitä ryhmiä ei synny luontaisesti, niitä tulee tuottaa pedagogisesti.



3) *Sosiaaliseen ympäristöön suuntautuminen*: Lapset ja nuoret suuntautuvat sosiaaliseen ympäristöön (sozialräumlich). Sosiaalipedagogiikassa tilat ja mahdollisuudet niissä ovat oleellisia.

4) *Aikaperiaate*: Lasten ja nuorten nykyisyyskeskeisyys tulisi ottaa huomioon ja hyväksyä. Nykyisyyskeskeisyys voi johtaa hallintaongelmiin – esimerkiksi itsekontrolli alkoholin suhteen voi olla vaikeaa. ”Nolladiskoissa” ei painoteta alkoholin väärinkäytön pitkäaikaisvaikutuksia vaan osoitetaan, että positiivisia kokemuksia voi saada ja rajoja kokeilla ilman alkoholia.

5) *Yksilön biografisten edellytysten ja mahdollisuuksien huomioon ottaminen*: Biografisesta näkökulmasta korostetaan nuoren vahvuuksia, joita voidaan edistää esimerkiksi kulttuuristen projektien avulla. Biografinen interventio on tärkeä varsinkin ammatinvalintaan liittyvässä avussa.

6) *Sosiokulttuurinen periaate*: Nuoret tarvitsevat omia ilmaisumuotoja ja sosiaalipedagoginen apu tulee välittää nuorisokulttuurisesti. Sosiokulttuurisen työn avulla nuoren omanarvontunto voi kasvaa ja toimintakyky laajeta.

7) *Ympäristöperiaate*: Ympäristöllä (Milieu) Böhnisch viittaa tapojen ja yhteisten arvojen pohjalle rakentuviin sosiaalisten suhteiden vastavuoroisuusrakenteisiin. Ympäristö auttaa hallitsemaan yhteiskunnallista monimutkaisuutta. Sosiaalipedagogiikassa rakennetaan parempia elin- ja kasvuympäristöjä lapsille ja nuorille.

Sosiaalipedagogisessa työssä Böhnisch (1997, 265–284) lisäksi korostaa sitä, että työntekijä voi auttaa sekä pedagogisen suhteen kautta että välittämällä resursseja. Asiakkaan tulee olla aktiivisesti mukana, jotta interventio hänen elämäänsä onnistuisi ja oma toimintakyky tulisi esille. Böhnisch käyttääkin empowerment-käsitettä sosiaalipedagogisen työn yhteydessä.

### 3.3 Elämänhallinta työiässä

Työikäisten elämänhallintakysymykset Böhnisch (1997, 191–230) liittää ennen kaikkea eri sukupuolten hallintamalleihin, perheeseen, parisuhteeseen ja työelämään; lisäksi hän kuvaa erikseen mm. alkoholisimia hallintakysymyksenä. Böhnisch korostaa yhteiskunnallisen muutosprosessin vaikutuksia elämänhallintaan: ihmisten ajattelutapa ei aina muutu yhteiskunnallisen kehityksen tahdissa, jolloin syntyy jännitteitä vanhojen ajatustapojen ja nykypäivän realiteettien kohdatessa.

Myös aikuisuuteen liittyy identiteettikysymyksiä identiteetin vakiintumisessa ja uudistumisessa. Aikuiselle on tärkeää pysyä tasapainossa itsensä suhteen. Myös sosiaalisen integraation kysymyksiä on käsiteltävä aikuisenakin. (Böhnisch 1997, 43, 191–196.)

Elämänhallinnassa aikuinen on Böhnischin (1997, 193–194) mukaan nuorta autonomisempi ja itseohjaavampi. Aikuinen haluaa muuttaa itseään, tavoitella päämääriä ja luoda jotain pysyvää. Böhnisch (1997, 37, 52–53, 197–198) tarkastelee elämänhallinnan ulottuvuuksia aikuisen kannalta. Ensinnäkin integriteettikysymykset ilmenevät erityisesti sukupuoli-identiteettiin liittyen; elämänkriisit voivat johtaa integriteettikriisiin. Toiseksi etenkin työttömyys voi aiheuttaa suuntautumsvaikeuksia ja heikentää integriteetin- ja omanarvontunnetta. Kolmanneksi psykososiaalinen tuki ei perinteisen ympäristön hajotessa ja sosiaaliturvan heikentyessä ole enää itsestäänselvyys. Aikuisena turvallisuus on tärkeää elämänhallinnan kannalta. Neljänneksi aikuisille on ominaista, että kriisitilanteissa he yleensä etsivät tasapainoa turvautumatta avoimen poikkeavaan käytökseen. Toimintakykyä etsitään esimerkiksi perheen parista tai

itsetutkistelun avulla; vaarana on kriisin johtaminen esimerkiksi perheväkivaltaan tai sosiaaliseen eristäytymiseen.

Eri sukupuolten elämänhallintamalleissa näkyvät Böhnischin (1997, 201–203; vrt. 1992, 207–211) mukaan samat erot kuin aiemmissa elämänvaiheissa. Miehillä hallintamallina on ulkoistaminen, johon liittyy halu hallita ongelmat rationaalisesti, kun taas naiset suuntautuvat sisäänpäin.

Perheessä elämänhallintakontekstina näkyvät hyvin yhteiskunnallisen kehityksen aiheuttamat muutokset sekä uuden ja vanhan kohtaamisesta syntyvät jännitteet. Böhnischin (1997, 206–213) mukaan perheiden sisäinen rakenne on muuttunut ja jännitteet perinteisen perhemallin ja perheenjäsenten yksilöllisten intressien välillä aiheuttavat riitasointuja perhe-elämään. Perheen funktiot ovat muuttuneet siten, että sosiaalisen turvallisuuden takaaminen ja kasvatusfunktio ovat siirtyneet enenevästi yhteiskunnalle, kun taas perheen emotionaalinen merkitys on korostunut. Hallintaongelmia voivat aiheuttaa erilaiset odotukset perhettä kohtaan: perheen on oltava yhteiskunnallisesti toimiva ja samalla perheenjäseniä sosiaalisesti integroiva voima. Vanhempien parisuhteeseen liittyvät vielä omat hallintakysymyksensä.

E erityisenä hallintakysymyksenä Böhnisch (1997, 226–228) ottaa esille aikuisiän alkoholismien. Kontrollinmenetykset ja sosiaalisten verkkojen rapistuminen ovat alkoholiongelmassa keskeisiä kysymyksiä. Alkoholiongelmaista autettaessa on psykososiaalisen kompetenssin uudelleen rakentaminen ja jälkihoidon varmistaminen tärkeää. Alkoholismien vaikutuksien ulottuminen alkoholistin lähipiiriin laajentaa auttamistehtävää.

Böhnischin (1997, 197) mukaan sosiaalityö ja sosiaalipedagogiikka tarjoavat aikuisille apua ennen kaikkea psykososiaalisen toimintakyvyn edistämiseksi ja sosiaaliseen

desintegraatioon ja syrjäytymiseen liittyvissä kysymyksissä. Avuntarvetta esiintyy erityisesti kriittisissä elämäntapahtumissa ja niihin liittyvissä identiteettikriiseissä. Empowerment ja sosiaalisten ympäristöehtojen parantaminen (Milieubildung) soveltuvat sosiaalipedagogisen työn periaatteiksi myös työikäisten parissa. (Böhnisch 1997, 268–272.)

### *Pohdintaa elämänhallinnan tukemisesta*

Böhnisch nostaa ansiokkaasti esille eri ikävaiheisiin liittyviä elämänhallintakysymyksiä ja osoittaa joitakin konkreettisia periaatteita ja välineitä elämänhallinnan tukemiseen. Böhnisch tuo myös esiin yhteiskunnan kehityksen vaikutuksen elämänhallintaan sekä yleensäkin yksilön ja yhteiskunnan suhteen elämänhallinnassa. Elämänhallinnan tukemisen keinoja voisi mielestäni kuitenkin vielä konkretisoida ja pohtia sitä, mitä kautta esimerkiksi yksilökohtaisilla tai ryhmämuotoisilla toimintamodoilla voidaan tukea ihmisen elämänhallintaa. Työikäisten kohdalla voisi lastenkasvatuskysymyksissä tukemista tarkastella lähemmin.

Tärkeä kysymys on se, mitä uutta puhe elämänhallinnan tukemisesta tuo esimerkiksi suomalaiseen sosiaalityöhön. Missä määrin elämänhallinnan tukeminen sosiaalipedagogisin työperiaattein eroaa jo kauan toteutetusta auttamistyöstä? Mielestäni elämänhallintakäsité tuo ainakin uudenlaisen lähestymistavan ihmisen auttamiseen. Viranomaislähtöisyyden sijaan elämänhallintakäsité lähtee ikään kuin yksilöstä käsin ja hänen tarpeestaan hallita omaa elämäänsä. Elämänhallintakäsité korostaa myös ihmisen omaa panosta elämänongelmista selviytymisessä – elämänhallinnan tukemisen painottaminen ehkäisee ihmisen muuttumista avun kohteeksi.

## Lähteet

*Ahponen, P. 1984.* Elämänfilosofiasta elämänhallintaan. Lähtökohtia elämäntapatutkimuksen metodologiseen arviointiin. Joensuun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia n:o 1. Kasvatussosiologia. Joensuu.

*Alstedt, M. 1999.* Elämäniloa sinulle: runoja. Helsinki: Otava.

*Böhnisch, L. & Schefold, W. 1985.* Lebensbewältigung. Soziale und pädagogische Verständigungen an den Grenzen der Wohlfahrts-gesellschaft. Weinheim und München: Juventa Verlag.

*Böhnisch, L. 1992.* Sozialpädagogik des Kindes- und Jugendalters. Weinheim und München: Juventa Verlag.

*Böhnisch, L. 1997.* Sozialpädagogik der Lebensalter. Eine Einführung. Weinheim und München: Juventa Verlag.

*Hämäläinen, J. 1996.* Sosiaalipedagoginen strategia koulutuksesta ja työstä syrjäytyneiden ja syrjäytymisuhan alla elävien nuorten auttamiseksi. Kanto-, Silta- ja Tekevä -projektien teoreettisen viitekehyksen perusteiden hahmottelua. Snellman-instituutin arkistosarja 1/1996. Kuopio.

*Hämäläinen, J. 1998.* Seikkailu- ja elämyspedagoginen orientaatio sosiaalipedagogisessa ajattelussa ja toiminnassa. Teoksessa T. Lehtonen (toim.) Elämän seikkailu – Näkökulmia elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä: Atena, 149–167.

*Hämäläinen, J. 1999.* Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopion yliopiston koulutus- ja kehittämiskeskus. Opetusjulkaisuja 1/1999. Kuopio.

*Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997.* Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.

*Jyrkinen, T. 1989.* Psykykinen hyvinvointi. Teoksessa E. Kalimo & V. Kallio (toim.) Juhlakirja Jaakko Pajula, 2. osa. Ihminen, tutkimus ja sosiaalivaikutus. Kela. Keuruu: Otava, 287–298.

*Järvikoski, A. 1996.* Sisäinen elämänhallinta ja sosiaaliset paineet. Teoksessa R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki, 35–48.

*Lazarus, R. S. & Folkman, S. 1984.* Stress, Appraisal and Coping. New York: Springer Publishing Company.

*Lehto-Tropnowski, P. 1997.* Pennin ja pinnan venytystä. Lama ja pääkaupunkiseudun lapsiperheet. Helsingin kaupungin tilastokeskuksen tutkimuksia 1997:5. Helsinki.

*Niemelä, P. 1991.* Väestön turvattomuus- ja elämänhallintatutkimuksen käytännölliset ja teoreettiset lähtökohdat. Teoksessa P. Niemelä (toim.) Turvattomuus, sen syyt ja hallintakeinot eri ikävaiheissa. Osa 1. Kuopion yliopiston julkaisuja. Yhteiskuntatieteet. Alkuperäistutkimukset 3/1991, 7–24.

*Nuutinen, P. 1994.* Lapsesta subjektiksi. Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja n:o 18. Joensuu.

*Raitasalo, R. 1995.* Elämänhallinta sosiaalipolitiikan tavoitteena. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 1. Helsinki.

*Riihinen, O. 1996.* Elämänhallinta-käsitteen erittelyä ja ongelmia. Teoksessa R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki, 16–34.

*Roos, J. P. 1985.* Elämäntapaa etsimässä. Tutkijaliiton julkaisusarja 34. Jyväskylä.

*Roos, J. P. 1987.* Suomalainen elämä. Tutkimus tavallisten suomalaisten elämäkerroista. Hämeenlinna: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

*Roos, J. P. 1988.* Elämäntavasta elämäkertaan – Elämäntapaa etsimässä 2. Jyväskylä: Tutkijaliitto.

*Rusanen, T. 1996.* Mitä tutkia elämänhallinnasta. Teoksessa R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki, 77–78.

*Ruth, J-E. 1998.* Elämänhallinta ikäännyttäessä. Teoksessa J. P. Roos & T. Hoikkala (toim.) Elämänpolitiikka. Tampere: Gaudeamus, 314–329.

*Scherr, A. 1997.* Subjektorientierte Jugendarbeit: eine Einführung in die Grundlagen emanzipatorischer Jugendpädagogik. Weinheim: Juventa Verlag.

*Suominen, S. 1996.* Elämänhallinta – luottamusta vai voimavarojen hallintaa? Teoksessa R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki, 80–83.

*Vuorio, S. 1996.* Mitä tarkoitamme puhuessamme elämänhallinnasta: kadoksissa käsiteviidakossa. Teoksessa R. Raitasalo (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki, 84–96.

*Wiman, R. 1994.* Elämänhallinnan ongelmien kartoituskehikko. Stakes. Aiheita 11/1994. Helsinki.