

# Toipumista työtä varten: työn moraaliset järjestykset työuran katketessa mielenterveyssyistä

Maija Korhonen & Sanna Rikala



## Abstrakti

Artikkelissa tutkitaan, millä tavoin työn moraaliset järjestykset tulevat näkyviksi mielenterveyssyihin liittyvässä työuran katkoksisissa ja miten näitä moraalisia järjestyksiä mahdollisesti haastetaan. Aineistona ovat masennuksen vuoksi koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten aikuisten (N=49) ja työuupumuksen vuoksi kuntoutukseen hakeutuneiden keski-ikäisten työntekijöiden (N=15) haastattelut ja niissä rakentuvat selonteot. Selonteoissaan haastateltavat oikeuttivat sairauslomaa, selittivät masennusta ja uupumusta sukupolvikokemuksilla, jäsensivät toipumistaan työkykyiseksi tulemisena, perustelivat työhaluaan sekä asemoivat itsensä työmarkkinoiden altavastajiksi kritisoiden samalla nykytyöelämän kilpailua. Tulosten perusteella sama työnteon moraalista velvoittavuutta ja yksilön vastuuta työkykyisyydestään korostava moraalinen järjestys läpäisee ihmisten kokemuksia iästä, elämäntilanteesta ja työmarkkina-asemasta riippumatta, vaikka eletyt työelämäpositiot vaihtelevatkin. Tässä moraalisisessa järjestyksessä mielenterveysongelmista on toivuttava ennen kaikkea työelämää ja työntekoa varten. Selonteoissaan uupuneet ja masentuneet kuitenkin myös haastavat vallitsevia työn moraalisia järjestyksiä. Tästä kertovat esimerkiksi tulkinnat siitä, että oma pahoinvointi juontaa myös yhteiskunnallisista syistä, muukin mielekäs toiminta kuin palkkatyö edistää toipumista ja työllistymisen esteinä eivät ole vain yksilön heikentynyt terveys ja toimintakyky, vaan myös työelämän epätasa-arvoiset rakenteet ja käytännöt.

ASIASANAT: masennus, työuupumus, työkeskeinen yhteiskunta, työn moraaliset järjestykset, selonteot

## Johdanto

Työn arvostus istuu suomalaisissa vahvasti, ja viime aikaisten empiiristen tutkimusten mukaan uudet sukupolvet arvostavat ansiotyötä siinä missä suuret ikäluokatkin (Pyöriä ym. 2017; Rintamäki 2016). Yhteiskunnan modernisoituessa

palkkatyöllä saavutetusta omillaan pärjäämisestä muodostui kunnia-asia ja keskeinen oman arvonannon lähde (Kortteinen 1992). Vaikka globalisaatio, teknologian kehitys ja vapautunut markkinatalous ovat muuttaneet työn luonnetta ja työn tekemisen ehtoja, työyhteiskuntaa ja työar-

voja koskevien aikalaisanalyysien ja tutkimusten valossa merkkejä työn arvostuksen murenemisestä ei ole nähtävissä. Työ on edelleen ensisijainen tapa osallistua yhteiskuntaan sekä saada tunnustusta ja arvostusta. (Frayne 2015; Rintamäki 2016; Lindman 2015.) Useat työelämän muutoksen tutkijat ovat todenneet työn olevan henkilökohtaisen kasvun ja itsensä toteuttamisen väline sekä keskeinen elämäalue, jolle yksilöiden sosiaalisesti ja moraalisesti arvokkaat, ainutkertaiset identiteetit pohjautuvat (Julkunen 2008; Vähämäki 2003; Walker 2010).

Työn merkityksen yksilön identiteetin ja kansalaisuuden määrittelijänä on väitetty entisestään voimistuneen 2000-luvulla niin sanotun työkeskeisen talous- ja sosiaalipolitiikan myötä (Julkunen 2002; 2016). Työllisyyden kasvuun ja julkisten menojen keventämiseen tähtäävän uusliberalistisen politiikan ytimessä on ajatus tuottavuuden ja kilpailukyvyyn kasvattamisesta yksilöitä aktivoimalla. Sosiaalipolitiikan suunnanmuutosta on kuvattu siirtymäksi hyvinvointipolitiikasta (*welfare*) työkeskeiseen politiikkaan (*workfare*), jossa on Pohjois-Amerikan ja Ison-Britannian mallia seuraten painotettu makrotason politiikan sijaan yksilöiden vastuuta omasta työllisyydestään. (Julkunen 2016.)

Työkeskeiselle yhteiskunnalle on filosofi Maria Lindmanin (2015, 7) mukaan ominaista työn tarkasteleminen itsestään selvänä välttämättömyytenä ja lääkkeenä monenlaisiin ongelmiin. 2010-luvun talouskriisin myötä korostui sellainen poliittinen puhetapa, jonka mukaan jokainen ihminen tarvitsee työtä ja yhteiskunta tarvitsee enemmän tuottavaa työtä. Työ palkkatyön merkityksessä näyttäytyy yhteisenä moraalisen velvoitteena, jonka eteen kaikkien on ponnisteltava. (Lindman 2015, 7–11.) Empiiristen tutkimusten mukaan tämä näkyy esimerkiksi aktivointipolitiikan ideologisissa käytännöissä, joissa työn kuin työn ajatellaan kannustavan yksilöitä

muuntautumaan passiivisista hyvinvointivaltion kansalaisista autonomisiksi ja vastuullisiksi toimijoiksi (esim. Välimaa 2011; Järvensivu & Pulkki 2019; Lehto 2019).

Työkeskeisen politiikan käytäntöineen on nähty lisäävän eriarvoistumista ja sysäävän vastuun työelämän paineista ja rakenteellisesta työttömyydestä yksilöille. Kun elämän arvoa mitataan osallisuutena työelämässä, jakavat työllisyys, työkykyisyys ja työssä suoriutuminen ihmisiä hyviin ja huonoihin (Hoikkala, Salasuo & Suurpää 2006). Työelämän ulkopuolella oleminen ja työkyvyttömyys edustavat poikkeavuutta tai ongelmaa (Walker 2010), joka yksilön on nopeasti kyettävä ratkaisemaan. Hänen on esimerkiksi otettava vastaan mikä tahansa työ, koska näin hän voi osoittaa parempaa asennetta ja kiinnostustaan työntekoon. Ellei työtä ole tai löydy, työn kaltaista otetta elämään on ilmennettävä muilla tuottavilla toimilla, kuten osallistumisella koulutukseen tai aktivoiviin toimenpiteisiin (Mutanen & Sivenius 2019; Lehto 2019). Työllistymisen sijaan puhutaankin työllistettävyydestä, jolla viitataan yksilön ominaisuuksiin ja kykyihin, kuten aktiivisuuteen, motivaatioon, joustavuuteen ja yritteliäisyyteen, joiden avulla tämä pystyy pitämään itsensä valmiina työhön sekä saamaan ja säilyttämään työpaikan kilpailuhenkisillä työmarkkinoilla (Komulainen ym. 2015).

Samanaikaisesti kun yhteiskunnassa korostetaan työtä ja itse kunkin työllistettävyyttä, työurat säköilevät ja katkeavat yhä useammin psyykkisen pahoinvoinnin takia. Masennuksen perusteella myönnetyt sairauslomamat ovat yleistyneet nopeasti niin nuorten kuin varttuneempienkin työntekijöiden keskuudessa, ja tällä hetkellä mielenterveys- syyt ovat yleisin työkyvyttömyyseläkkeen peruste Suomessa (Eläketurvakeskus 2020). Tässä artikkelissa tarkastelemme, *millaisina työkeskeisen yhteiskunnan ideaalit näyttäytyvät tilanteissa, joissa koulutus- ja työurat rakoilevat, ovat katkenneet tai*

*puuttuvat kokonaan mielenterveyteen liittyvien syiden vuoksi.* Aineistonamme ovat masennuksen vuoksi koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle joutuneiden nuorten aikuisten sekä pitkään työelämässä toimineiden uupuneiden keski-ikäisten haastattelut. Tarkastelemalla näiden ihmisten selontekoja omasta tilanteestaan kysymme, miltä työkeskeinen yhteiskunta näyttää työn katkoksista käsin.

## Mielenterveysongelmat työkeskeisessä yhteiskunnassa

Ensimmäisen kerran työssä jaksamisen ongelmat nousivat yhteiskunnallisen huolen aiheiksi ja politiikan kohteiksi jo 20 vuotta sitten, kun talouden globalisoitumisen ja kilpailun kiristymisen seuraukset alkoivat näkyä suomalaisten työntekijöiden hyvinvoinnissa. Suomessa koettiin 2000-luvun taitteessa työhyvinvoinnin murroskausi, jonka aikana työntekijöiden väsymysoireet, epävarmuuden kokemukset ja työuupumustapaukset yleistyivät selvästi (Lehto & Sutela 2008, 218–219). Työelämän olosuhteita seuraavat tutkimukset osoittavat, että työtahti kiristyi ja työn psyykinen kuormittavuus lisääntyi 2000-luvulle tultaessa kaikkialla Euroopassa (Green 2006, 66–67).

Kiireen ja aikapaineiden ohella nykytyön psyykinen kuormittavuus on yhdistetty myös työurien epävakauteen ja edellä kuvattuun yksilöllisen vastuun korostumiseen. Nykypäivän työelämässä yksilöt ovat aiempaa enemmän vastuussa omasta menestymisestään ja epäonnistumisestaan mutta myös rajojen asettamisesta omalle työlleen (Sennett 2002; Petersen 2011). Onkin esitetty, että masennus ja uupumus ovat seurausta jatkuvasta itsensä toteuttamisen ja itsearvioinnin vaatimuksesta, joka koskee etenkin työelämää (Ehrenberg 2010). Nykypäivän työelämässä stressi, työuupumus ja mielenterveysperusteiset sairauslomat ovat niin sanottu uusi normaali, johon suhtaudutaan uusliberalistisen politiikan hengessä pikemminkin

yksilöiden heikkoon työkykyyn kuin työoloihin tai työelämän rakenteisiin liittyvänä ongelmana (Wainwright & Calnan 2002; Julkunen 2008; Rikala 2016).

Yksi työkeskeisen politiikan keskeisistä tavoitteista Suomessa on jo mantraksi muodostunut työurien pidentäminen. Työurien pidentämispuheessa korostuu tuottavan, motivoituneen ja itsestään vastuullisen työllistettävän ihmisen ja työntekijän ihanne. Normiksi muodostuu ajallisesti pitkäkestoinen – mahdollisimman varhain aloitettu ja vapaaehtoisesti eläkeikäisenäkin jatkettu – työnteko, jonka toteutumista yksilön tulee aktiivisesti säädellä. Puhe työurien pidentämisestä sisältää ongelma- ja riskipuhetta koskien niin työuran alkupäässä olevia nuoria kuin varttuneita työntekijöitäkin. Tiettyjä ihmisryhmiä, kuten koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jääneitä ja työttömiä, pyritään erityisesti motivoimaan töihin ja näin pitämään työkyvyttömyydestä aiheutuvat kulut kurissa (Mutanen & Sivenius 2019; Lehto 2019). Myös mielenterveysongelmista kärsivät ja niiden vuoksi työkyvyttömät – ennenaikaisesti eläköityvät tai toistuvia ja pitkiä sairauslomia tarvitsevat – ihmiset näyttävät pitkien työurien näkökulmasta kulueränä. Työurien pidentämispolitiikka aktivoivine riskienhallinnan käytäntöineen (Saastamoinen 2010) pyrkii vaikuttamaan juuri näihin niin sanottuihin uupujatyyppeihin ja syrjäytyjiin, jotka työkeskeisen yhteiskunnan ongelmakategoriina edustavat ihannetyöntekijän vastakohtaa (Galvin 2002).

On oletettavaa, että työuran puuttuminen tai säröily rikkoo työn *moraalista järjestystä* eli kulttuurisia käsityksiä siitä, miten tiettyssä tilanteessa tulee toimia ja käyttäytyä (Juhila 2012, 132–133) myös silloin, kun katkoksen syynä on psyykinen pahoinvointi. Moraalisen järjestyksen murtuma asettaa yksilöiden arvon ja arvokkuuden vaalakaualle sekä tuottaa *selontekovelvollisuuden* suhteessa työkeskeisen yhteiskunnan ihanteisiin

(Korhonen & Komulainen 2018). Selontekoja annetaan tilanteen ja sosiaalisen ympäristön vaatimuksiin vastaamiseksi. Niiden tarkoituksena on esimerkiksi oman ongelmalliseksi määrittävän toiminnan selittäminen, oikeuttaminen ja puolustaminen sekä viime kädessä moraalisesti arvokkaan identiteetin ylläpitäminen. Samalla selonteot tekevät erityisen näkyväksi vallitsevia moraalisia järjestyksiä ja käsityksiä siitä, mikä on kussakin tilanteessa oikein ja väärin, normaalia ja epänormaalia. (Juhila 2012.)

Masennus ja uupumus voidaan nähdä työuran katkoksen ohella elämänkulun ja identiteetin katkoksenä, joka luo tarpeen tehdä sairaus ymmärrettäväksi itselle ja toisille (Korhonen & Komulainen 2019). Sosiologisen terveystutkimuksen mukaan ihmiset käsittelevät sairauden tuottamaa katkosta neuvotellen – usein jännitteisesti – terveyden ja sairauden ideologisista käsityksistä, jotka koskevat esimerkiksi sitä, mikä oikeuttaa sairauden ja mitä on olla ”hyvä potilas” (Radley & Billig 1996; Horton-Salway 2001; Townsend, Wyke & Hunt 2006). Nykyinen yksilöä vastuullistava hallinnan tapa koskee paitsi työtä ja työelämää, myös terveyttä ja sairautta: moraalisesti kunnollinen kuntoutuja on hyvinvointinsa aktiivinen, autonominen ja tavoitteellinen työstäjä (Brown & Baker 2012; Galvin 2002; Järvensivu & Pulkki 2019; Korhonen & Komulainen 2018).

Seuraavaksi tarkastelemme, millaisia selontekoja omasta tilanteesta annetaan, kun työura puuttuu tai säröilee mielenterveyssyistä. Kysymme, millä eri tavoilla työn moraaliset järjestykset tulevat näkyviksi masentuneiden nuorten aikuisten ja uupuneiden keski-ikäisten selonteoissa ja miten näitä moraalisia järjestyksiä mahdollisesti haastetaan ja vastustetaan neuvotellen samalla terveyteen ja sairauteen liittyvistä ideologisista käsityksistä. Kahden erilaisen aineiston asettaminen vuoropuheluun mahdollistaa erojen ja yhtäläisyyksien tarkastelun nuorten ja keski-ikäisten

kokemuksilleen antamien tulkintojen välillä. Mikä yhdistää eri ikäisten ja työuran eri vaiheissa olevien ihmisten tulkintoja elämäntilanteestaan? Entä koetaanko moraalinen velvollisuus työhön eri tavoin silloin, kun opinnot ovat kesken ja työelämä on vain kaukainen haave verrattuna tilanteeseen, jossa jaksamisongelmat ovat seuranneet pidempään jatkunutta tai hyvin pitkää työuraa? Onko esimerkiksi nähtävissä viitteitä siitä, että mielenterveysongelmiin liittyvä stigma olisi hellittänyt nuoremman ikäluokan kohdalla? Entä mikä tekee koetusta tilanteesta erityisen keski-ikäisille työntekijöille?

## Aineisto ja analyysitapa

Aineistomme koostuu masennuksen vuoksi koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten aikuisten (N=49) sekä työuupumuksen vuoksi kuntoutuksessa olevien keski-ikäisten työntekijöiden (N=15) haastatteluista. Haastatteluaineistoja yhdistää haastateltavien samankaltainen elämäntilanne: psyykkisestä pahoinvoinnista johtuva työuran puuttuminen, säröily tai katkos. Nuorten aikuisten kohdalla kyseessä on työuran puuttuminen kokonaan tai sen totaalinen katkeaminen työuran varhaisessa vaiheessa, työuupuneilla keski-ikäisillä puolestaan kokopäiväisen työnteon ja suhteellisen vakaan työuran säröily pidemmän tai lyhyemmän sairausloman vuoksi.

Nuorten aikuisten haastatteluaineisto on kerätty *Poissa pelistä?* -tutkimushankkeen puitteissa sosiaalisessa mediassa levitetyn haastattelupyynnön avulla keväällä 2016. Haastateltujen joukossa on 12 miestä, 36 naista ja yksi muunsukupuolinen. He ovat syntyneet vuosina 1981–1995 eli he olivat haastatteluhetkellä iältään 22–34-vuotiaita. Koulutustaustat vaihtelivat peruskoulusta maisterintutkintoon. Haastattelut olivat luonteeltaan elämänkulkuhaastatteluja, jotka keskittyivät nuoruuden siirtymävaiheisiin. Lisäksi haastattelut käsittelivät nuorten aikuisten nykyistä elämänti-

lannetta, arkea sekä tulevaisuutta ja työllistymistä koskevia ajatuksia. Haastattelut kestivät tunnista kolmeen tuntiin. Haastattelut nauhoitettiin ja litteroitiin sanasta sanaan.

Työuupumuksen vuoksi kuntoutukseen hakeutuneiden keski-ikäisten haastattelut on tehty Kelan työuupumus kuntoutuskursseilla syksyllä 2016. Haastattelut ovat osa laajempaa laadullista seurantatutkimusta, jossa tarkastellaan työuupumusta aikuisen elämänkulun katkoksenä ja tämän katkoksen virittämiä siirtymiä. Haastateltavat ovat iältään 36–63-vuotiaita, keskimäärin yli viisikymppisiä palkkatyössä olevia henkilöitä (14 naista ja yksi mies). Valtaosa on korkeasti koulutettuja ja moni toimii asiantuntijatehtävissä. Muutaman työ on luonteeltaan suorittavaa. Haastateltavat luonnehtivat itseään kokeneina, pätevinä ja sitoutuneina työntekijöinä. Useimmilla heistä on takanaan suhteellisen vakaa työura. Lähes kaikki ovat vakituksessa kokopäivätyössä. Suurimmalla osalla on uupumuksen lisäksi masennusdiagnoosi ja takanaan lyhyempiä tai pidempiä sairauslomia. Osa heistä on kuntoutuksen alkaessa sairauslomalla. Uupumus ja siihen limittyvä masennus on siis merkkinnyt monille pidempi- tai lyhyempikes-toista katkosta työntekoon.

Tämän tutkimuksen aineistona olleet kuntoutuksen alkuhaastattelut olivat luonteeltaan elämäkulullisia teemahaastatteluja. Niissä käsiteltiin työuupumuksen historiaa ja taustoja, työhistoriaa ja muuta elämänhistoriaa keskeisine tapahtumineen, nykyistä elämäntilannetta, tulevaisuuden näkymiä, huolia ja toiveita sekä kuntoutusta koskevia odotuksia ja tavoitteita. Haastattelut kestivät keskimäärin kolme tuntia, ja ne nauhoitettiin ja litteroitiin sanasta sanaan.

Ajatus kahden haastatteluaineiston analysoimisesta rinnakkain syntyi aineistolähtöisestä havainnosta: erilaisista työelämätaustoista, työmarkkina-aseamista ja elämänvaiheista huo-

limatta elämäntilanteen pohdinnat sairauden ja työelämän osalta näyttäytyivät kahdessa eri aineistossa usein yllättävän yhdenmukaisina. Sekä kaksikymppisenä masennuksen takia koulutus- ja työurilta tipahtaneilla että työelämässä pitkään toimineilla uupuneilla työntekijöillä mielenterveyden ongelmista johtuva työuran säröily kutsui esiin hyvin samankaltaisia selontekoja. Päätimme tutkia systemaattisesti, millaisia yhteneväisyyksiä ja eroja haastateltavien selonteosta löytyy. Näkökulmavalintaamme vaikuttivat aikaisempien tutkimustemme havainnot siitä, että masennuksen ja työuupumuksen käsittelyyn liittyy oman tilanteen kivuliastakin suhteuttamista sosiaaliskulttuurisiin normeihin ja odotuksiin (Korhonen & Komulainen 2018; 2019; Rikala 2019a; 2019b). Aikaisemmassa tutkimuksessamme on myös kehitelty moraalisiin järjestyksiin ja selontekoihin keskittyvää teoreettis-metodologista lähestymistapaa ilmiön tutkimiseen (Korhonen & Komulainen 2018).

Analyyysin ensimmäisessä vaiheessa kiinnitimme huomiota toistuviin teemoihin, jotka virisivät haastateltavien jäsentäessä omaa elämäntilannettaan. Tunnistimme aineistosta viisi toisiinsa osin kietoutuvaa teemaa, joita olivat 1) mielenterveys-syihin liittyvän sairausloman ongelmallisuus ja häpeällisyys, 2) psyykinen pahoinvointi osana sukupolvikokemuksia, 3) opiskelu- ja työkykyisyys 4) työllistettävyyden ja työmarkkina-arvo sekä 5) työllistymisen esteet työmarkkinoilla.

Analyyysin toisessa vaiheessa rajasimme tarkemman luennan kohteeksi näitä viittä teemaa koskevan kerronnan ja erittelimme, millaisia selontekoja haastateltavat antoivat niihin liittyen. Aineistomme selonteot esiintyivät erilaisissa puheyksiköissä: ne olivat yhtäältä tapahtumia, toimintaa tai tilaa kuvaavia, ajallisia ja juonellisia kertomuksia, mutta selontekoja annettiin myös argumentoivan puheen muodossa (Linde 1993). Selontekojen analyysissa erittelimme, millaisia

TAULUKKO 1: Elämäntilannetta koskevissa jäsenyksissä toistuvat teemat, teemoittain analysoiduissa selonteoissa näkyviksi tulleet moraaliset järjestykset sekä niitä koskevat neuvottelut

TOISTUVAT TEEMAT	MORAALISET JÄRJESTYKSET	SELONTEOISSA RAKENTUVAT MERKITYSNEUVOTTELUT
1. Mielenterveyssyihin liittyvän sairauslomien ongelmallisuus ja häpeällisyys	Yksilö on vastuussa omasta sairastumisestaan ja työkyvystään.	Sairastuminen ei ole oma syy, on oikeus sairastaa ja voida pahoin.
2. Psykkinen pahoinvointi osana sukupolvikokemuksia	Vain heikot sairastavat, psykkinen pahoinvointi ei oikeuta joutenoloa.	Pahoinvoinnin taustalla on myös yhteiskunnallisia ja sosiaalisia syitä.
3. Neuvottelu opiskelu- ja työkykyisyydestä	Työkyvyn palautuminen on toipumisen mittari.	Hyvä elämä tukee toipumista.
4. Oman työllistettävyyden ja työmarkkina-arvon arviointi	Palkkatyö on arvokkainta inhimillistä toimintaa, ja kaikki työ on hyvästä.	Työtä ei tehdä työn itsensä vuoksi, vaan sen pitää olla motivoivaa ja mielekästä.
5. Työllistymisen esteet työmarkkinoilla	Työllistyminen on itsestä ja omasta aktiivisuudesta kiinni.	Yksilön työllistymisen esteinä ovat keho työllisyystilanne, työmarkkinoiden ulossulkevuus ja ikäsyrintä.

positiointeja ja sosiaalista kategorisaatiota selonteot sisälsivät (Korhonen & Komulainen 2018). Selontekojen ja positioinnin aineksina toimivat kategoriat ovat jaettuja kulttuurisia resursseja, joita käytetään tehtäessä omia kokemuksia ymmärrettäväksi (Juhila 2012; Välimaa 2011). Koska selonteot ovat vuorovaikutusta eli ne annetaan aina jollekin yleisölle, tarkastelimme myös, millaista vuoropuhelua itsen ja konkreettisten toisten ihmisten sekä yleistetyin toisen (Mead 1972) kanssa niissä käytiin (Korhonen & Komulainen 2017; 2018).

Taulukkoon 1 on koottu elämäntilannetta koskevissa jäsenyksissä toistuvat teemat, teemoittain analysoiduissa selonteoissa näkyviksi tulleet moraaliset järjestykset sekä niitä koskevat neuvottelut. Seuraavissa luvuissa esittelemme analyysin tulokset teemoittain ryhmiteltyinä. Kaikki tekstissä esiintyvät nimet ovat pseudonyymejä. Olemme häivyttäneet myös tarkat tiedot koulutuksesta ja

ammattista haastateltavien yksityisyyden suojaamiseksi.

## Onko minulla oikeus olla sairauslomalla?

Kertoessaan elämäntilanteestaan sekä nuoret että keski-ikäiset haastateltavat puhuivat usein mielenterveyssyihin liittyvän *sairauslomasta häpeästä*. Kuten seuraavassa näytteessä, oma oikeus sairauslomalla olemiseen saatettiin myös kyseenalaistaa. Kaikkiaan sairauslomaa koskevissa selonteoissa olikin kyse oman tilanteen oikeuttamisesta.

### Näyte 1

ELLA: Must tuntuu jotenkin nololta olla sairauslomalla, kun ei oo mitään niin sanotusti oikeeta sairautta. Ei oo fyysisesti kipee tai ei oo mikään paikka rikki. Vaikka mä ymmärrän, että mielisairaus

on ihan oikea sairaus, psyykkiset sairaudet on ihan yhtä oikeita kun mikä tahansa muukin sairaus, ja hyväksyn sen, jos joku toinen olisi vaikka ihan täysin samalla diagnoosilla kun minä pitkällä sairaslomalla, niin sen mä pystyisin sulattaa ja ymmärtään. Mut sit jotenki omalla kohalla, se on niin, kun se ei näy päällepäin eikä oo mitään semmosta mustaa valkosella, nämä labrakokeet sanovat nyt, että minä olen kipeä. Sit se on jotenki tosi vaikee hyväksyy sitä, että ei oo kunnossa. Jos joku, joka olisi täysin samassa tilanteessa kuin minä, täysin samoilla oireilla ja kaikki ois identtistä, mut se en ois minä, niin kyllä mä pystyisin näkemään, että joo ei missään nimessä ja ihan hyvä vaan, että on sairaslomalla ja terapiassa ja kuntoutetaan. Mut omalle kohalle se on hirveen vaikee ollu millonkaan sulattaa. Ja nyt, kun tää on vielä tämmönen pitkä sairasloma, niin tää on ihan kauheeta.

MEERI: Se [sairaslomalle jääminen] tuntuu vähän luovuttamiselta jotenki [...] mulle se oli jotenki noloa [...] kun monet oli ystävät ja tuttavat ollu, että miten sä jaksat noin paljon tehdä töitä ja mä olin ihan et kyl mä jaksan, kun mä tykkään siit niin paljon, nyt mä en yhtäkkiä jaksakaan [...] mä en halunnu ehkä myöntää sitä, et nyt mä en vaan jaksa [...] jos joku mun ystävä olis ollu siinä samassa tilanteessa, niin mä olisin sanonu sille jo ajatit, et herran jumala tee tolle asialle jotain, mee lääkäriin. Ja se olis musta ollu täysin hyväksyttävää ja normaalia. Mutta kun se tapahtu mulle itelleni, niin mä mä syyllistin siitä itteeni tosi paljon, et miten sä voit olla aina noin heikko että sä et tällasta asiaa kestä, että koita nyt vähän skarpata ja sit mä aattelin myös sitä, että et oonkohan mä oikeesti uupunu vai liioittelenskä mä nyt näitä oireita itelleni, et onko mä laiska [...] et oonkskä mä nyt vaan jotenki normaali heikompi yksilö [...] en mä ehkä voi olla laiska, et mä oon kuitenkin aina ollu koulussa hyvä ja varsinki [korkeakoulussa] [...] siellä pitää tehdä paljon töitä, et ei tässä voi olla kyse siitä, et mä oon laiska.

26-vuotias Ella on menestynyt opinnoissaan hyvin ja työskennellyt useita vuosia oman alansa töissä. Ennen sairaslomalle jäämistään Ella oli valittu hänelle itselleen mieluisaan ja kiinnostavaan työtehtävään, josta pois jääminen oli hänelle kova pala. Haastattelussa Ella tulkitsee pitävänsä työstään ja kertoo haluavansa palata tehtäviinsä mahdollisemman pian. Näytteessä 1 Ella selittää, miksi mielenterveysyihin liittyvä sairauslomalla olo tuntuu nololta vertaamalla masennusta fyysisiin sairauksiin: ”kun ole niin sanotusti oikeaa sairautta”, ”ei oo fyysisesti kipee tai ei oo mikään paikka rikki” ja ”se ei näy päällepäin” (ks. myös Rikala 2013). Masennus näyttäytyy fyysiseen sairauteen nähden vähemmän hyväksyttävänä perusteena työstä poissaololle. Ella käy vuoropuhelua toisten masentuneiden kanssa (”jos joku, joka olisi täysin samassa tilanteessa”), jolloin sairausloma, terapiassa oleminen ja kuntouttaminen näyttäytyvät perusteina sille, että kyseessä on hoitoa vaativa oikea sairaus. Ella myös oikeuttaa tilannettaan itselleen ja kuulijalle tulkitsemalla, että ”psyykkiset sairaudet on ihan yhtä oikeita kun mikä tahansa muukin sairaus”. Näin hän samalla ottaa kriittistä etäisyyttä mielenterveysongelmiin liittyviin enakkoluuloihin.

Alle nelikymppinen Meeri työskentelee arvostetussa asiantuntija-ammattissa ja hän on haastatteluhetkellä jo palannut lyhyehköltä sairaslomalta töihin. Meeri kertoo olevansa työlleen omistautunut ihminen, jolle työ itsessään on intohimo ja jonka uupumus juontaa varsinkin organisaatiomuutoksesta seuranneista ongelmista työpaikalla. Ellan tavoin Meeri selittää tilannettaan sosiaalisen vertailun avulla ja arvioi omia mahdollisia reaktioitaan, mikäli joku hänen ystävistään kärsisi samoista oireista. Näin Meeri oikeuttaa uupumusta ennen kaikkea itselleen ja tulkitsee, että hänen tilanteensa on ”hyväksyttävä”, ”normaali” ja ”huolestuttava” eikä hävettävä. Itseä syyttävässä selonteossa Meeri silti pohtii, ”liioittleeko” hän uupumusoireitaan. Uupumus

näyttää tuottavan katkoksen Meerin pärjäävän ja menestyvän henkilön työidentiteettiin. Meeri antaa uupumukselle syyselfityksiä turvautumalla psykologiseen kategorisaatioon (Juhila 2012) eli määrittelemällä itsensä ”laiskaksi ja normaalia heikommaksi”. Hän kuitenkin torjuu syytöksen laiskuudesta ja heikkoudesta sekä asemoituu hyväksi työntekijäksi antamalla selonteon, jossa akateeminen opintomenestys toimii todisteena ahkeruudesta ja tuotteliaisuudesta Meerin aitoa itseä luonnehtivina määreinä.

Sairausloma rikkoo työssäolon normia. Lisäksi mielenterveysongelmissa sairaan status joudutaan ansaitsemaan, koska psyykinen pahoinvointi ei näy päällepäin. Erityisesti työuupuneet pyrkivät selittämään omaa tilaansa, koska diagnostisesti hämärä työuupumus ei näyttäytyä sairautena, joka tekisi työstä poissaolon sallituksi. (Ks. myös Korhonen & Komulainen 2018.) Myös masentuneiden nuorten aikuisten selonteoissa käydään neuvotteluja siitä, onko masennus oikea, luotettavasti tutkimuksilla todennettava sairaus ja siitä johtuva sairausloma ansaittu. Vaikka masennus ja muut mielenterveyden ongelmat ovat yleisiä ja hyväksytympiä nuorten keskuudessa eikä masennukseen itsessään haastattelujenkaan perusteella liity häpeäleimaa, masennus näyttää kuitenkin ei-suotavana työstä poissaolon synnä. Esimerkiksi Ella toteaa näytteessä 1: ”nyt, kun tää on vielä vielä tämmönen pitkä sairasloma, niin tää on ihan kauheeta”, mikä ilmentää ajatusta siitä, että mielenterveysongelmia voi olla, mutta niistä olisi kuntouduttava nopeasti takaisin tuottavaksi kansalaiseksi. (Ks. myös Rikala 2019b.)

## Olenko sukupolveni taakan kantaja?

Toinen keskeinen aineistoissamme toistuva teema oli omalle *sukupolvelle leimalliseksi nähtyjen kokemusten, ajattelutapojen ja arvojen* käyttä-

minen omien mielenterveysongelmien tulkin-tapintana. Kyse oli omien ongelmien kausaaliselityksille (Juhila 2012) pohjaavista selonteoista. Keski-ikäiset työuupuneet selittivät uupumustaan tulkiten omaksuneensa suurille ikäluokille tyypilliseksi nähdyin työnteon mallin, jota luonnehtii ahkeruus, tunnollisuus ja vastuuntuntoisuus. Tällaisen työorientaation koettiin altistaneen uupumiselle ja joutuvan törmäyskurssille nykytyö-elämän vaatimusten kanssa. Nuoret masentuneet aikuiset eivät pohtineet niinkään sukupolvensa suhdetta työhön ja työntekoon, vaan varsinkin 1990-luvun laman vaikutusta omien ongelmien synnylle.

### Näyte 2

VEETI: Näistä -87 syntyneistä, joka ite oon, ni niistä on... tehty semmonen joku pitkä tutkimus, just että... se on aino vissan, tietääkseni ainoo sukupolvi [...] neljäsosalla vai viidesosalla, on mielenterveysongelmia [...] ei taida olla mikään paras vuosimalli tai näin ku, kaikki oli melkein, tai oli joko mielenterveysongelmisii, päihdeongelmisii, sitte työttömii tosi paljo [...] ehkä se johtuu siitä, että kärsiny... silleen, ysärin lama, ollu työttömäs perheessä. Että on menny vitun huonosti. Ja nyt heitetään, toinen lama putkeen, ni, no ei tää lama mua haitannu yhtään, tai pätkääkään, vaikka kummalki vanhemmalla meni duuni. Emmä tiä, sen otti ehkä jotenki skidinä rankemmin sen ysärin laman, ku sillon sä oot niin, sä oot semmosen niin kehittyvässä iässä tai näin. Sitte ku koko ajan kaikkee rahahuolia ja tällasta ni... ehkä se oli vaan jotenki rankempi.

SATU: Meillä kotona ollu aina se kasvatust, isä on yksityisyrittäjä ollu ni.. Et töitä töitä töitä töitä töitä. Että meillä elämässä ollukkaa ku töitä, et jos et töitä tee ni sinä oot [...] ku se on iskostettu nii pienestä asti se töitä töitä. Että pitäst tehä niitä töitä ja sitten kokkee alemmuutta, ku ei tee niitä töitä.



ESKO: Näihin työuupuneisiin, niin mä uskallan väittää, näihin liittyy aivan ilmiömäisesti tää, et me kaikki ketkä on työssä uupuneita haluttais hoitaa niitä omia töitä parhaalla mahdollisella tavalla. Mutta sen hoitamisen pelimerkit käy nyt tällä hetkellä vaan liian kovaks [...] mulla itsellä vaan ollu tämmönen ajattelu, kun mä oon miettiny tätä kulttuuria, mihin viiskyt kuuskymmentä luvun kasvatit on opetettu [...] ja sitte se, että ku se on kotoota opittu, sinä menet töihin perkele vaikka ois pää kainalossa, semmonen oli entisaikaan, että velkaa on maksettava.

SIRU: Tää työ on mulle niin keskeinen asia ja se johtuu mun lapsuudesta jo. Mun isä ja äiti on tehny aina ihan jumalattomasti töitä [...] ja mä ite lähin kolmetoist vanhana mä olin jo huoltoaseeman kahviossa kassana [...] kävin kouluu ja menin töihin iltapäiväks ja mulla on pitkä työura [...] Meit on opetettu siihen [...] että elämässä ei oo mitään muuta kun se työ. Et se on se lähtökohta [...] myös osatekijä jotenki tähän mun [työuupumukseen].

Veeti viittaa paljon julkisuutta saaneeseen, vuoden 1987 syntymäkohorttia koskevaan tutkimukseen (Paananen ym. 2012), jossa mielenterveysongelmat paljastuivat hälyttävän yleisiksi. Ironinen toteamus omasta ikäluokasta ("ei taida olla mikään paras vuosimalli") peilautuu kolmekymppisen Veetin omiin kokemuksiin. Hän on jäänyt sairauslomalle masennuksen perusteella 18-vuotiaana kesken ammattiopintojen ja ollut siitä lähtien työn ja opintojen ulkopuolella. Veetin lapsuusajaka leimasivat vanhempien työttömyys, päihteet ja väkivalta. Nostaessaan esille "ysärin laman", jonka aikana monissa perheissä meni huonosti, hän puhuttelee ikätovereitaan ja positioi itsensä kulttuurisesti tuttuun laman lapset -kategoriaan. Näin hän tekee omia mielenterveysongelmiaan sekä itselleen että kuulijalle ymmärrettäväksi. Elämänolosuhteiden nimeäminen masennuksen taustatekijöiksi mahdollistaa mielenterveysongelmien tarkastelun henkilökohtaisen epäonnistumisen sijaan asiana, joka selit-

tyy tietyssä yhteiskunnallis-historiallisessa ajassa elänyttä nuorten joukkoa koskettaneilla jaetuilla kokemuksilla.

Kuuttakymmentä lähestyvä Esko puhuttelee tulkinnassaan työuupuneita yhtenäisenä joukkona ja positioi itsensä "50-60-luvun kasvatiksi". Esko viittaa ikäpolvensa kasvatuksessa omaksumaan työnteon malliin, jossa työ näyttäytyy kunniasiana ja yksilön velvollisuutena yhteiskunnalle. Itsen luonnehtiminen aina ollut -tyyppisesti ahkerana työntekijänä eli positioituminen hyvän työntekijän kategoriaan on tulkittavissa keinoksi pitää yllä moraalisesti kunnollista kuvaa itsestä uupumuksen muodostamassa katkoksesta. Myös Eskoa hieman nuorempi Siru selittää työkeskeyttään, jonka hän tulkitsee uupumuksensa osatekijäksi, lapsuudessa omaksutulla opilla "elämässä ei oo mitään muuta kun se työ".

Mielenkiintoista on, että nuorten aikuisten haastatteluissakin rakentuu tulkintoja suurten ikäluokkien työmoraalista haastateltavien pohtiessa omien vanhempiensa käsityksiä ja odotuksia työnteosta. 25-vuotias, perinteiseen työntekijäammattiin valmistunut ja muutaman työvuoden jälkeen sairausloman kautta työttömäksi päätenyt Satu käy haastattelussa vuoropuhelua yrittäjäisänsä kanssa. Hän tulkitsee, että työelämän ulkopuolella olemiseen liittyvä alemmuudentunne kumpuaa isän asenteesta työntekoon. Monet muutkin nuoret aikuiset liittävät haastatteluissa sairauslomahäpeän omien vanhempien työkeskeiseen asenteeseen. Tulkinat ovat siis toisaalta myös itseä ja omaa perhettä syyllistäviä, kun omaksuttu työasenne määrittellään ongelmalliseksi.

## Olenko (taas) joskus työkunnossa ja mistä sen tietää?

Kolmas elämäntilanteiden jäsenyksissä esiin noussut teema oli *työkykyiseksi tulemista tai palautumista* koskevat neuvottelut. Tämä koski

kaikkia nuoria haastateltavia ja työuupuneista varsinkin parhaillaan sairauslomalla olevia.

### Näyte 3

**LOTTA:** Mä oon siirtäny [opiskelun] alotusta nytten [...] ens syksyyn [...] ku en ainakaan täl hetkel oon työkykyinen tai opiskelukuntonen [...] halus kovasti ja kova halu ois mennä opiskeleen ja sitku kaikki kaverit opiskelee ja tuntuu, et ite vaan jämähtäny paikalleen, et [...] äiti hirveesti puskee, että kyllä pitäs mennä opiskeleen, edes mennä kokeileen, että jaksako ja onko voimii. Mut sit taas polin työntekijän kaa oon puhunu, niin se on taas sitä mieltä, et ei kannata alottaa, jos ei oo varma, että jaksaa, ettei tuu sit taas pettymys, että ei pystykään ja jaksakaan. Sit voi mennä taas sen takii huonompaan [...] Mut sit toisaalt on aika toivoton olo, että ei täst, on mahdollista nousta [...] hetken on ehkä parempi olo, mut sit jossain kohtaa taas romahtaa [...] Sit noi just opiskelukuviot ahistaa, että pystytkö ikinä enää opiskeleen.

**NOORA:** Mun piti täyttää, että olen, haen täysipäiväistä työtä, niin ku laittaa siihen rasti ja musta tuntuu todella valheelliselta se, koska mä en pysty siihen [...] tää on ihan kauheeta, mut mä en jaksaa alkaa hakee sairauslomaa, ja sit ku mä en ees koe, että mä oon totaalisen sairas. Tää yhteiskunta on sairas. Siis täällä ei ole vaihtoehtoja. Tää on ehdoton. Siis joko olet täysin työkykyinen tai sitten et ole ollenkaan.

**SOILE:** Mä olin niin huonossa kunnossa, et mulla alko tämmösillä fyysisillä oireilla, että tipuin ihan suoraan jaloilta, et ajattelin, et mä kuolen sydänhalvaukseen [...] yhden yön aikana, että et kun se viimenen tippa sieltä ämpäristä tippu [...] ensin viikon välein, sitte kahen viikon välein, se oli tosi raskasta, aina piti mennä lääkäriin ja aina mietti, että oonko mä työkunnos vai enks mä oo työkunnossa ja kunnes sitten, kun piti saada psykiatrin b-lausunto, niin hän siis suoraan laitto vuoden loppuun [sairausloman], niin se helpotti kyllä suuresti [...] sit vasta niinku

oikeesti, se sellanen, että ai että, et nyt mä pääsen kunnolla, et mun ei tarvi jatkuvasti ajatella sitä, että olenks mä työkunnossa vai enks mä oo työkunnossa [...] Sitä sitten mietti tavallaan, että minkälainen olotila [...] siitä linksahtaa, että nyt mä oon työkuntonen. Et miten sitä saa sitä [...] että tulee se semmoinen rohkeus, että nyt mä voin lähteä töihin.

22-vuotias Lotta, joka on ollut ylioppilaaksi valmistumisesta asti sairauslomalla ja määräaikaikaisella työkyvyttömyyseläkkeellä, tulkitsee tilannettaan ”paikalleen jämähtämiseksi”, jolloin tilanne näyttäytyy nuoruuteen liitettyjen koulutus- ja työelämäodotusten näkökulmasta pulmallisena. Lotalla on tiedossa opiskelupaikka, mutta kysymys siitä, milloin olisi sopiva aika aloittaa, näyttäytyy hänelle itselleen sekä lähipiirille ongelmallisena asiana. Hän käy vuoropuhelua konkreettisen toisen, oman äitinsä, kanssa, jonka äänellä esitetään painostava vaatimus opiskelusta. Lotan tilanteen tulkaluutta ja ahdistavuutta alleviivaa sosiaalinen vertailu ikätovereihin: ”kaikki kaverit opiskelee ja tuntuu, et ite vaan jämähtäny paikalleen”. Lotta kuitenkin oikeuttaa poliklinikan työntekijän äänellä sitä, miksi ei ole vielä siirtynyt kuntoutustuelta opiskelijaksi, eli käyttää auktorisoitua selittämistä (Juhila 2012) oman tilanteensa jäsentämiseen. Samaan tapaan 58-vuotiaan Soilen kertomuksessa pidemmän sairausloman myöntävä psykiatri ikään kuin antaa Soilelle luvan ja oikeuden olla sairauslomalla ja keskittyä toipumiseen.

Soilen kerronnassa, kuten aineistoissamme laajemminkin, työkykyisyys näyttäytyy joko- tai-asiana ja töihin palaaminen ”rohkeutta” vaativana tekona. Sekä Lotan että Soilen tulkinnoista käy ilmi, että työelämän ajatellaan edellyttävän ehdotonta ja ”varmaa” jaksamista. Näin ollen kuntoutustuella ja sairauslomalla olemisestakin tulee jatkuvaa oman jaksamisen tilan tarkkailua ja kontrollointia (”oonks mä työkunnossa vai enks mä oo työkunnossa”), mikä ilmentää ajatusta aktiivisesta terveyden ja sairauden hallinnasta

(Brown & Baker 2012). Toipujan on valmistettava itseään työhön, mutta samalla säädeltävä sekä ajallisesti että psyykkisesti työhön menemistä, jotta ei joutuisi kokemaan pettymystä, jonka jak-samattomaksi osoittautuminen tuottaa. Pätkissä myönnetty sairausloma tai kuntoutustuki ovat tässä suhteessa ongelmallisia, sillä ne ikään kuin vievät lupauksen olla ”kunnolla” sairas ja työ-kyvytön. Toisaalta sairausloma on itsessään on-gelmallinen tilanne, koska se määrittää ihmisen ”totaalisesti sairaaksi” ja siten vahvistaa mustavalkoista jakoa työkykyisiin ja ei-tökykyisiin, kuten Nooran esimerkki ilmentää. Noora asettuikin tulkinnassaan kritisoimaan työkykyinen-tökyvytön-kahtiajakoa ja irtisanoutuu totaalisen sairaan kategoriasta.

Kaikkiaan masennuksesta tai uupumuksesta toipuminen jäsenyi haastatteluisissa ”kuntoutu-misena” – aktiivisena ja vastuullisena toimintana – jonka päämääränä keski-ikäisillä uupuneilla on kunniallinen työssä pysyminen ja nuorilla aikuisilla työmarkkinoille sijoittuminen. Toipumista ei siis tulkittu niinkään esimerkiksi palautuneeksi kyvyksi nauttia elämästä ja tuntea myönteisiä tunteita. Nuorelle aikuiselle tarkoitettu työkyvyt-ömyyseläke myönnetään tavallisesti niin kut-suttuna kuntoutustukena, jonka tavoitteena on kuntouttaa tuen saaja jatkamaan opintojaan tai palaamaan työelämään (Ahola ym. 2014). Mielen-terveysongelmien kanssa kamppaileville nuoril-le kuntoutustuen saamiseen liittyvät velvoitteet tuottavat usein ”kuntoutuspaineita” eli painei-ta lunastaa yhteiskunnan odotukset tuottavaan toimintaan osallistumisesta (Rikala 2019b). Myös keski-ikäisten työuupuneiden kerronta sairaus-loma-ajasta painottaa hyödyllistä ja aktiivista toimintaa muualla kuin työelämässä, esimerkik-si kotitöitä ja liikuntaa, jolloin sairauslomastakin tulee työn kaltaista suorittamista (Korhonen & Komulainen 2018).

Työkykyisyyttä koskevat selonteot osoittivat, että

masennuksen ja uupumuksen muodostamassa työuran katkoksesta myös *työhalukkuudesta* tuli selitystä vaativa asia. Varsinkin masentuneet nuoret aikuiset, mutta myös pitkällä sairauslomalla olevat työuupuneet, joutuvat perustelemaan työ-halukkuuttaan säilyttääkseen käsityksensä itsestä vastuullisena ihmisenä, sillä kokonaan työelämän ulkopuolella oleminen rikkoo erityisen voimalli-sesti työn moraalista järjestystä. Sairauslomaker-ronnan ohella työhalun korostaminen virisi poh-dittaessa omaa ammatillista tulevaisuutta (teema, johon paneudumme seuraavassa luvussa). Esi-merkiksi parikymppisenä asiakaspalvelutyöstä masennuksen vuoksi pois jäänyt Kirsi tulkitsee, että työkyky olisi hänelle ”lottovoitto” ja hänen ”yk-kösmotiivinsa työhön menoon” on palkan sijaan ”halu tehdä jotain”. Kirsin itseä syyttävä selonteko ”tuntuu se vähän hukkaan heitetyltä elämältä, jos 32-vuotiaana toteaa, että minusta ei oo enää töihin – 30 vuotta pyöritellä peukaloita” ilmentää, että mielen-terveysyistä johtuva työuran katkos mer-kitsee paitsi työn moraalisen järjestyksen myös normaalibiografian (Kohli 2007) rikkoutumista, kun aikuisuus ei vastoin yleisiä odotuksia toteu-dukaan osallistumisena aktiivisen työntekoon.

## Kelpaisinko työelämään? Haluaisinko edes ja millä ehdoilla?

Neljäs oman tilanteen jäsentämisen teema oli *omaa ammatillista tulevaisuutta, työllistettä-vyyttä ja työmarkkina-arvoa* koskeva arviointi. Masennuksen vuoksi työelämästä syrjään jää-minen sai nuoret pohtimaan omaa työllistymis-tään ja mahdollista sijoittumistaan työelämään. Työuupumus puolestaan pakotti keski-ikäiset ja ikääntyvät työntekijät jäsentämään vaihtoehtoja kuormittavasta työtilanteesta ulos pääsemiseksi. Myös työllistymisen mahdollisuuksia ja reunaeh-toja käsittelevissä selonteoissa tuli näkyville työn moraaliseen järjestykseen liittyvä velvoite kertoa työhalusta ja työstä nautinnon lähteenä, kuten seuraavista esimerkeistä käy ilmi.

## Näyte 4

IINES: Kyl mä toivoisin, et mä oisin työelämässä. Mut et silleen, että mä oisin vaan osa-aikaisesti. Mä haluaisin tehdä jotain sellaista, mikä tuntuu tärkeeltä ja hyvältä, mut mä haluaisin, että on aikaa myös niille omille taideprojekteille, kun ne on vaan jotenkin mulle tosi tärkeitä. Ja sit mä luulen, et mä tunnen itteni sen verran hyvin, että mä en vaan jaksais olla kokopäivätyössä. Mut kyl mä töitä haluan tehdä. Et se ala, mihin mä valmistun, niin sen alan työt mua kiinnostaa kyl. Et vaikka on päiviä, et tuntuu, että herrajumala mä en varmaan ikinä osaa tehdä sellasia töitä, niin kyl mä sitten, sitten kun mä oon ollu, mitä kokemusta mulla on harjoitteluista ja muista, niin se on kyl semmosta työtä, mitä mä haluaisin tehdä. Et nyt vaan pitää tässä vuoden aikana levätä ja silleen saada ittänsä kasaan, et sit pystyy vaan puristaa ne vuoden opinnot loppuun. Ja sit kun mä oon valmistunu niin sitten, toivottavasti.

ANNIKKI: Mulla on kuitenkin niit työvuosii [...] kuuskutoseen mun pitäs varmaan tehdä töitä [...] kolmetoista vuotta vielä, se on pitkä aika. Et jos mä meinaan tehdä sitä tällä tahdilla, niin kyl mä en hengis pysy. Et se on ihan varma, että kuolo korjaa aikasemmin. Mut kyllä mä haluaisin nauttia työn teosta vielä, kun mä oon aina tykänny tehdä töitä kuitenkin. Mut nyt se [...] ei ole enää nautinto. Se on aika surullista [...]. Mulla on vaihtoehtona se, et mä jäisin vuorotteluvapaalle tai mä vaihdan työpaikkaa, mut mä mielelläni jäisin vuorotteluvapaalle, jolloin mä saisin luvan kanssa olla tekemättä mitään. Ja jos mä heittäydyn työttömäksi, niin nythän on kaikki tiukkaa, sithän mun täytyis koko ajan juosta [...] sanotaan, että yli viisikymppiset naiset niin työelämässä niin nehän on ihan mennyttä kauraa, mutta en mä nyt välttämättä haekkaan mihinkään semmoseen [...] mä oon miettiny, et se on joku maahantuonti tai jälleenmyyntisysteemi mihin mä lähen.

Iines korostaa haluaan tehdä työtä sekä työhön menemistä keskeisenä päämääränään. Masen-

nuksesta toipumisen aika näyttäytyy ”itsensä kasaan saamisena”. Nuorten aikuisten haastatte- luissa toistui yksilöä vastuullistava tulkinta kun- toutumisesta ajanjaksona, joka tähtää tuottavaan toimintaan, opiskelujen loppuunsaattamiseen ja työllistymiseen. Iines kuitenkin asettuu oman ti- lanteensa ja mielenterveyden ongelmien asian- tuntijan positioon vetoamalla ymmärryksiensä siitä, ettei jaksaisi kokopäivätyössä. Hän rajaa itselleen realistiseksi ja mielekkääksi mahdol- lisuudeksi osa-aikatyön. Iineksen toive ”itselle tärkeältä tuntuva” työn tai muun tekemisen löytämisestä haastaa työkeskeisen yhteiskunnan myyttejä siitä, että työn tekeminen on itseisarvo ja kaikki työ on hyväksi yksilölle.

Hieman yli viisikymppisen Annikin uupumuk- seen on liittynyt pitkäaikaisesta työkuormituk- sesta johtuva kokonaisvaltainen romahdus, josta haastatteluajankohtana jo osin toivuttuaan An- nikki tulkitsee, ettei ”pysy hengissä” nykyisessä työssään eläkeikänsä asti. Ammatillisten vaih- toehtojen pohdinta näyttäytyy selviytymisen kannalta välttämättömänä. Työstä nauttimisen painottaminen ja jäljellä olevan työhalun koros- taminen tuntuvat kuitenkin viestivän, ettei edes totaalinen loppuun palaminen vapauta työhön sitoutumiseen liittyvästä selityselvöllisyydestä. Annikki korostaa pitäneensä työntöistä ”aina” eli pyrki tälläkin tavalla ylläpitämään käsitystä it- sestään työkeskeisenä ihmisenä. Annikki puhuu vuorotteluvapaasta sairauslomaa hyväksyttä- vämpänä vaihtoehtona, jolloin saisi ”luvan kans- sa” olla ”tekemättä mitään”. Hän ottaa esille myös työttömyyden kuvitteellisena vaihtoehtonaan. Se näyttäytyy kuitenkin kuormittavana taisteluna järjestelmää vastaan, passiivisena ”heittäytymi- senä” ja siten ei-toivottuna. Pohtiessaan työn vaihtamista Annikki asemoituu ”viisikymppisek- si naiseksi” ja ottaa ironisesti kantaa ikäistensä naisten kehnoihin työnsaantimahdollisuuksiin rajaten omat mahdollisuutensa kilpailuhenkis- ten työmarkkinoiden ulkopuolelle. Yrittäjäyys

jälleenmyynnin parissa näyttäytyy työnä, josta Annikki voisi vielä nauttia.

## Harvojen ja valittujen työmarkkinat

Jäsentäessään omaa tilannettaan haastateltavat puhuivat työllistettävyytensä ohella myös työmarkkinoiden luomista työllistymisen esteistä. *Harvojen ja valittujen työmarkkinoita* käsittelevissä selonteoissa pyrittiin lieventämään työllistettävyyteen liittyvää yksilön vastuuta vetoamalla työelämän realiteetteihin ja työllistymisen ulkoisiin reunaehtoihin. Seuraavissa näytteissä 30-vuotias Sanni ja 56-vuotias Laura asemoituvat työnhakijoiksi ja pohtivat työllistymisen reunaehtoja nyky-yhteiskunnassa.

### Näyte 5

SANNI: Koko ajan joka puolelta toivotetaan vaan, miten vaikeeta on työllistyminen, miten ihmiset on peloissaan, miten kaikkia ahdistaa ja niitä, joilla on töitä, ni pelkää koko ajan sen oman persauksensa puolesta ja sit, mut sit samaan aikaan kaikki kyselee, et "ooks sä hakenu töitä?" Et "no, mä oon tässä vuoden verran hakenu" et mitä, kyllä olen. Mut et emmäkään oo kolmekymppisenä lapsettomana vakisuhteessa olevana naisena ehkä se hirveen, sillai potentiaalisesti houkuttelevin, työn sankari, joka otetaan haastatteluun. Ja lisäksi kun on, koulutusala on sellanen, et suoraan oman alan töitä ei oo. (...). Niin, ahdistaa. Ja, niin, ahdistaa ja pelottaa, kaikki.

LAURA: Mä oon nyt viiskytkuusvuotias, niin ei mulla nyt oo edellytyksiä enää mitään ammattia vaihtaa, että kuka tän ikästä enää sitten palkkaa, että kun nykyinen työelämä on sillä tavalla [...] kaksinaismoralistista, että puhutaan eläkeiän nostamisesta ja työurien pidentämisestä, mutta sitten kuitenkin toisella suulla [...] nuoremmillekki sanotaan, ettei kelpaa, eikä valita. Joku oli lähettäny hakemuksia ja [...] oli sanottu jo joskus kolmekymppisenä, et oot liian vanha, niin mitä sitten viiskyttäkuusvuotiaana [...] et mä oon aatellu, että

täytyy vaan koittaa hoitaa itseensä silleen, että jaksaa tehdä tätä työtä tai sit jos ei jaksaa [...] jos terveys menee, niin sitte se on eläkeratkaisu tai sitte on tää utopinen haave, että voittaa se lottovoitto (naurahtaa). Ja saa päättää, että nyt minä en enää, tehkää työnne, jotka ootte keksinykki.

Yliopistossa opiskellut Sanni on viisi vuotta kestäneen mielenterveyskuntoutuksen jälkeen päätenyt työttömäksi työnhakijaksi. Hän käy kerronassaan vuoropuhelua kaikkien tavallisten työntekijöiden kanssa viitatessaan työelämän ahdistavuuteen ja työllistymisen haastavuuteen nykytyöelämässä. Näin hän samalla tekee sekä itselleen että kuulijalle ymmärrettäväksi sitä, miksi masentuneen on erityisen vaikea löytää työtä. Sanni käy dialogia myös konkreettisten toisten kanssa, jotka peräävät hänen työnhakuaktiivisuuttaan. Vuoropuhelussa rakentuu työnhaussa aktivoitumisen kulttuurinen ihanne. Sanni pohtii myös työmarkkinoiden raadollisuutta kertomalla, että on jo vuoden ajan hakenut töitä tuloksetta. Ikään, sukupuoleen ja elämäntilanteeseen liittyvä puolustava selonteko, jossa viitataan työelämän syrjiviin käytäntöihin ("kolmekymppinen lapseton nainen" ei ole "houkuttelevin työn sankari") ja koulutusalan huonoon työllisyystilanteeseen, asettaa oman työttömyyden laajempaan yhteiskunnalliseen kontekstiin ja mahdollistaa moraalisesti arvokkaan identiteetin ylläpitämisen myös työn ulkopuolelle joutuneen positiossa.

Annikin (Näyte 4) tavoin Laura kritisoi työurien pidentämistavoitetta ja asettuu ikääntyvän naistyöntekijän positioon pohtiessaan irtioton mahdollisuutta nykyisestä työstään. Tässä positiossa hän luonnostelee ammatillisia näkymiään. Tulkinnat kietoutuvat yleisempään työelämäkritiikkiin, jota käytetään oman tilanteen puolustamiseen. Laura käy vuoropuhelua sekä kuvitteellisen työnantajan että itseään selvästi nuorempien työnhakijoiden kanssa. Hän kritisoi työurien pidentämistavoitetta, työelämän

kelpoisuusvaatimuksia ja ikäsyrrintää, joka saa Lauran tulkinassa paradoksaalisiakin piirteitä, kun jo kolmekymppisen todetaan olevan joihinkin tehtäviin liian vanha. Laura tulkitsee ammatin vaihtamisen ikäiselleen naistyöntekijälle poissuljetuksi vaihtoehdoksi. Ironinen viittaus lottovoittoon alleviivaa tilanteen vaihtoehdotmuutta: epätodennäköinen onnenkantamoinen näyttäytyy ainoana kuviteltavissa olevana reittinä ulos uuvuttavasta työstä ennen eläkettä.

## Päätelmät

Olemme edellä tarkastelleet, miten koulutuksen ja työn ulkopuolella olevat masentuneet nuoret aikuiset ja uupumuksen vuoksi työelämästä kuntoutukseen hakeutuneet keski-ikäiset jäsentävät sairauttaan ja omaa elämäntilannettaan. Kun työura puuttuu tai säröilee mielenterveyssyistä, kutsuu tilanne väistämättä esiin selontekoja työstä, työkyvystä ja omasta arvosta hyvänä työntekijänä tai työntekijäkansalaisena. Lähtökohtamme oli, että selontekoja tarkastelemalla on mahdollista eritellä työn moraalisia järjestyksiä ja tapoja, joilla näitä järjestyksiä kenties haastetaan.

Analyysimme valotti työn moraalisia järjestyksiä viiden aineistosta tunnistetun ja haastatteluissa toistuneen teeman kautta. Näitä teemoja käsitellessään haastateltavat jäsensivät masennusta ja uupumusta normaalibiografian (Kohli 2007) näkökulmasta koulutuspolun ja työuran katkoksenä. Sairausloman ongelmallisuutta ja häpeällisyyttä koskevilla selonteoilla kamppailtiin hyväksyttävästä sairaan statuksesta (Mik-Meyer & Roelsgaard Obling 2012; Radley & Billig 1996; Korhonen & Komulainen 2018) ja oikeudesta olla poissa työelämästä. Selitettäessä masennusta ja uupumusta jaetuilla sukupolvikokemuksilla tehtiin omaa tilannetta ymmärrettäväksi yksilön sairautta laajemmasta näkökulmasta, joskin omilta vanhemmilta omaksuttu asenne työntekoon tulkittiin hyvinvoinnin kannalta haitalliseksi. Pai-

kantamalla pahoinvoinnin syyt yhteiskunnallisiin rakenteisiin pystyttiin kuitenkin häivyttämään masennuksen ja uupumuksen ongelmallisuutta sekä ottamaan etäisyyttä yleistetyn toisen syytökseen henkilökohtaisesta epäonnistumisesta.

Opiskelu- ja työkykyisyyttä koskevilla selonteoilla uupumuksesta ja masennuksesta toipumista jäsennettiin kokoaikaisen työhön pystymisen ja täyden työkykyisyyden näkökulmista, mikä ilmentää työn keskeistä asemaa elämän kokonaisuudelle ja identiteetille (Walker 2010). Selonteot myös kertovat, että mikäli aktiivisen ja tuottavan kansalaisuuden odotuksia ei kykene lunastamaan, voi seurauksena olla pysyvämpi riittämättömyyden tai viallisuuden tunne (Saastamoinen 2010). Työllistettävyyttä ja työmarkkina-arvoa koskevilla selonteoilla pyrittiin osoittamaan oma työhalu ja pyrkimys aktiiviseen työntekijäkansalaisuuteen mutta korostettiin myös, että työn tulisi olla itselle tärkeää ja merkityksellistä, ei siis mitä tahansa työtä. Harvojen ja valittujen työmarkkinoita koskevilla selonteoilla asemoiduttiin työnhakijoiksi ja oma asema työnhakijana nähtiin iän ja elämäntilanteen puolesta kilpailullisten työmarkkinoiden altavastaajana. Työnhaun vaikeuksiin ja työelämän syrjiviin käytäntöihin liittyvillä selonteoilla ja ironisella työelämäkriittikillä pyrittiin lieventämään työllistettävyyden ihanteeseen liittyvää yksilöllistä vastuuta. Viime kädessä selontekojen tarkoituksena oli omanarvontunnon ylläpitäminen tilanteessa, joka uhkasi käsitystä itsestä moraalisesti arvokkaana toimijana (Korhonen & Komulainen 2018; Juhila 2012; Bury 2001).

Kaikkiaan työn moraalinen järjestys, jossa työhön, työkykyyn ja työllistettävyyteen panostaminen näyttäytyy jokaisen kansalaisen velvollisuutena, tulee monin tavoin näkyville uupuneiden ja masentuneiden tulkinnoissa. Työuran eri vaiheissa olevien ihmisten selontekojen asettaminen vuoropuheluun paljastaa, että sama työn moraalinen

järjestys ihanteineen läpäisee yksilöllisiä kokemuksia riippumatta iästä, elämäntilanteesta ja työmarkkina-asemasta. Työkykyisenä pysyminen ja mahdollisimman pitkä työura näyttävät moraalisina velvoitteina, jolloin työuran puuttuminen tai katkos määrittyy ongelmaksi.

Masentuneet nuoret ja uupuneet keski-ikäiset tarkastelevat sairauden tuottamia ongelmia ensisijaisesti osattomuutena työyhteiskunnassa. Masennus tai uupumus ei siis näyttäydy niinkään terveyden, vaan ennen kaikkea työelämän katkoksenä. Työkeskeisen yhteiskunnan moraalisisessa järjestyksessä, jossa ihmisarvo ansaitaan tekemällä työtä ja yksilön vastuu omasta työkykyisyydestään korostuu, edes sairauslomalle tai eläkkeelle vieneet mielenterveysongelmat eivät vapauta vastuusta ja oikeuta työmarkkinoilta poissaoloa. Vaikka masennuksesta ja uupumuksesta on tullut yleisiä ja kulttuurisesti hyväksytympiä ilmiöitä, ovat ne silti yksilön näkökulmasta edelleen selitystä vaativa asia johtaessaan poissaoloon työelämästä. Tällöin psyykkisesti pahoinvoivan velvollisuudeksi määrittäytyminen työtä varten. Toisaalta on tehtävä oikeanlaista työtä toipumista varten eli vastustettava passiivisen ”mielenterveyspotilaan” positiota ja sitouduttava työkykyä kohentaviin kuntoutumisaktiviteetteihin (ks. myös Korhonen & Komulainen 2018).

Ei tietenkään ole merkityksetöntä, missä vaiheessa (työ)elämää ura on katkennut joko pysyvämmiin tai tilapäisesti, joutuuko sen vuoksi kokonaan työn ulkopuolelle vai kamppailemaan työssä jaksamisen äärirajoilla, ja millaisista eleytistä positioista suhteessa työelämään omaa tilannetta jäsennetään ja moraalisen järjestyksen murtumaan vastataan. Masennuksen takia kokonaan työn ja koulutuksen ulkopuolelle jääneille nuorille aikuisille keskeiseksi muodostuu kysymys opintoihin ja työelämään ”kiinni pääsemisestä” ja sitä kautta yhteiskunnallisen osallisuuden saavuttamisesta. Nuorten merkityksenantoja voi tehdä ymmärrettäväksi yhteis-

kunnassa vallitsevan ristiriidan valossa: nuorten työelämätilanne ja suhde työelämään on ilman mielenterveysongelmiakin monestakin syystä vaikea (Harkko ym. 2016, 122) mutta hyväksyttävä aikuisuus ja kansalaisuus kytketään edelleen hyvin tiukasti tuottavan työn ympärille (Nikunen 2017). Keski-ikäisten työssä uupuneiden työntekijöiden tulkinnoissa korostuu ”työssä kestäminen ja jaksaminen” eläkkeeseen asti ja ”ikäntymisen” mukanaan tuoma epävarmuus omasta tulevaisuudesta, jos työssä ei enää jaksakaan ja ”terveys pettää” lopullisesti. Heille keskeistä on myös elämänmittaisen hyvän työntekijän identiteetin vaaliminen (Korhonen & Komulainen 2019).

Tuloksemme kertovat työn keskeisestä merkityksestä ihmisen arvon, yhteiskunnallisen aseman ja osallisuuden määrittäjänä. Näyttää siltä, että työkeskeisen yhteiskunnan ideaalit piirtyvät erityisen kirkkaasti näkyviin elämäntilanteissa, joissa aktiivisuuden ja tuottavuuden normista poiketaan selvästi. Työn marginaalissa tai katkoksesta oleminen näyttää yhtäältä voimistavan työn ylittämättömää merkitystä ihmisarvon, elämänsisällön, identiteetin ja hyvän kansalaisuuden mittarina. Toisaalta tarkastelumme osoittaa, että tutkimisemme elämäntilanteissa yksilön vastuullistamiseen perustuva moraalinen järjestys tulee myös osin haastetuksi. Työelämän epäoikeudenmukaisuuksien ja työmarkkinoiden kovan kilpailun toteaminen, psyykkisen oireilun selittäminen elämän ulkoisilla olosuhteilla ja yhteiskunnallisilla rakenteilla sekä työelämään osallistumisen omaehtoisten ja kevennettyjen mahdollisuuksien pohdinta ovat kaikki näkökulmia, jotka varovasti kritisoivat workfare-politiikkaa. Samalla tällaiset tulkinnot voi ymmärtää poikkeavaksi leimatun identiteetin vastapuheeksi (Juhila 2004), mitä vallitseviin ideaaleihin kriittistä etäisyyttä ottava ironinen tulkintatapa osaltaan ilmentää.

Tulostemme valossa voi pohtia ajoittain viriävää huolta suomaisten työhön sitoutumisen ja

työmoraalin heikkenemisestä. Signaalit työn mielekkyyden murentumisesta ovat herättäneet epäilyjä työn itseisarvoisen merkityksen rapautumisesta ja kansallista kilpailukykyä uhkaavan ”oleskeluyhteiskunnan” synnystä (Turunen 2015). Uupuneiden ja masentuneiden selonteot kertovat kuitenkin toista: työntöön moraalinen velvoittavuus ja käsitys työstä arvokkaana, ellei arvokkaimpana elämänalueena on vahvasti sisäistetty sekä nuoremmilla että varttuneemmilla polvilla, mikä käy ilmi myös suomalaisten työarvoja koskevasta tutkimuksesta (Rintamäki 2016). Toinen asia on, kuinka kestävässä tällainen moraalinen järjestys tulee jatkossa näyttäytymään. Tuloksemme kutsuvat arvioimaan uudelleen sellaisen moraalisen järjestyksen perusteita, jossa myös heikommassa työmarkkina-asemassa ja psyykkisessä kunnossa olevat yksilöt vastuullistetaan yhteiskunnalliseen osallisuuteen ja terveysongelmien hallintaan (Juhila, Raitakari & Hall 2017; Brown & Baker 2012) ja jossa vastuu kansallisen kilpailukykyä heikosta tasosta langetetaan tuottamattomiksi määritellyille ihmisille. Mikäli yhä suurempi joukko ihmisiä jää tulevaisuudessa työelämän ulkopuolelle, myös ajatus tehokkaan katkoksettomasta työntööstä ihmisarvon ja täyden kansalaisuuden kriteerinä vaatii radikaalia uudelleenarviointia. Ainakin tutkimissamme tilanteissa, joissa kiinnittyminen tai paluu työelämään on vain kaukainen haave tai vähintäänkin epävarma asia, näyttäisi yhteiskunnallisen osallisuuden ja arvokkuuden etsiminen muualta kuin kapeasti määrittävästä ansiotyöstä huomattavasti mielekkäämmältä vaihtoehdolta.

## Kirjallisuus

- AHOLA, KIRSI, MATTI JOENSUU, PAULIINA MATTILA-HOLAPPA, KATINKA TUISKU, JUSSI VAHTERA & MARIANNA VIRTANEN. 2014. ”Mielenterveyssyistä työkyvyttömiä nuorten aikuisten tausta.” *Suomen Lääkärilehti* 69, 3441–3448.
- BROWN, B. J. & SALLY BAKER. 2012. *Responsible Citizens: Individuals, Health, and Policy Under Neoliberalism*. London: Anthem Press.
- BURY, MIKE. 2001. ”Illness narratives: fact or fiction?” *Sociology of Health & Illness* 23:3, 263–285.
- EHRENBERG, ALAIN. 2010. *The weariness of the self. Diagnosing the history of depression in the contemporary age*. Montreal & Kingston: McGill-Queen’s University Press.
- ELÄKETURVAKESKUS. 2020. *Suomen työeläkkeensaajat*. Eläketurvakeskuksen tilastoja 5/2020.
- FRAYNE, DAVID. 2015. *The Refusal of Work. The Theory and Practice of Resistance to Work*. London: Zed Books.
- GALVIN, ROSE. 2002. ”Disturbing notions of chronic illness and individual responsibility: towards a genealogy of morals?” *Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine* 6:2, 107–137.
- GREEN, FRANCIS. 2006. *Demanding work. The paradox of job quality in the affluent economy*. New Jersey: Princeton University Press.
- HARKKO, JAAKKO & TUULA LEHIKONEN, SARITA LEHTO & MIKA ALA-KAUHALUOMA. 2016. *Onko osa nuorista vaarassa syrjäytyä pysyvästi? Nuorten syrjäytymisriskit ja aikuisuuteen siirtymistä tukeva palvelujärjestelmä*. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 144. Helsinki: Kela.
- HOIKKALA, TOMMI, MIKKO SALASUO & LEENA SUURPÄÄ. 2006. ”Johdanto.” Teoksessa *Prekaariruoska? Portfoliopolvi, perustulo ja kansalaistoiminta*, toim. Tommi Hoikkala & Mikko Salasuo. Nuorisotutkimusseura/ Nuorisotutkimusverkosto, verkkojulkaisusarja. <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/prekaariruoska.pdf>, 6-9 (luettu 3.12.2018)
- HORTON-SALWAY, MARY. 2001. ”Narrative identities and the management of personal accountability in talk about ME: A discursive psychology approach to illness narrative.” *Journal of Health Psychology* 6:2, 247–259.
- JUHILA, KIRSI. 2004. ”Leimattu identiteetti ja vastapuhe.” Teoksessa *Puhua vastaan ja vaieta. Neuvottelu kulttuurisista marginaaleista*, toim. Arja Jokinen, Laura Huttunen & Anna Kulmala. Tampere: Gaudeamus, 24–25.
- JUHILA, KIRSI. 2012. ”Ongelmat, niiden selittäminen ja kategoriat.” Teoksessa *Kategoriat, kulttuuri & moraalit. Johdatus kategorianalyysiin*, toim. Arja Jokinen, Kirsi Juhila & Eero Suoninen. Tampere: Vastapaino, 131–173.
- JUHILA, KIRSI, SUVI RAITAKARI & CHRISTOPHER HALL (TOIM.). 2017. *Responsibilisation at the Margins of Welfare Services*. London: Routledge.
- JULKUNEN, RAIJA. 2002. ”Työtä vastaan?” *Yhteiskuntapolitiikka* 67:4, 315–324.
- JULKUNEN, RAIJA. 2008. *Uuden työn paradoksit*. Tampere: Vastapaino.
- JULKUNEN, RAIJA. 2016. ”Miten sosiaalipoliitikasta tuli työn(teon) politiikkaa?” Sosiaalipoliittisen yhdistyksen julkaisu. <http://sosiaalipoliittinenyhdistys.fi/raija-julkunen-miten-sosiaalipoliitikasta-tuli-tyonteon-politiikkaa/> (Luettu 27.11.2008)



- JÄRVENSIVU, ANU & JUTTA PULKKI. 2019. "Työura: Yksilön valintoja vai monimutkaista kehkeytymistä?" *Janus* 27:1, 38-54.
- KOHLI, MARTIN. 2007. "The institutionalization of the life course. Looking back to look ahead." *Research in Human Development* 4:3-4, 253-271.
- KOMULAINEN, KATRI, MAIJA KÄRKKÄINEN, MAIJA KORHONEN, HANNU RÄTY, PÄIVI SIIVONEN, KATI KASANEN & RIITTA RAUTIAINEN. 2015. "Kun mikään ei riitä - Akateeminen kykyminen puntarissa." Teoksessa *Koko elämä töihin. Koulutus tietokykykapitalismissa*, toim. Kristiina Brunila, Jouko Onnismaa & Heikki Pasanen. Tampere: Vastapaino, 145-172.
- KORHONEN, MAIJA & KATRI KOMULAINEN. 2017. "Analysing three-dimensional meaning-making of the ruptured life course: A case study of the adoption of disability identity as multivoiced process." *International Journal for Dialogical Science* 10:1, 19-42.
- KORHONEN, MAIJA & KATRI KOMULAINEN. 2018. "The moral orders of work and health: a case of sick leave due to burnout." *Sociology of Health & Illness* 41:2, 219-233.
- KORHONEN, MAIJA & KATRI KOMULAINEN. 2019. "Kynnistyminen kehityksellisenä siirtymänä työuupumuksessa." Teoksessa *Huiputuksen moraalijärjestys - Osallisuuden ja sosiaalisen kivun kertomuksia*, toim. Karin Filander, Maija Korhonen & Päivi Siivonen. Tampere: Vastapaino, 211-242.
- KORTTEINEN, MATTI. 1992. *Kunnian kenttä: suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona*. Helsinki: Hanki & Jää.
- LEHTO, ANNA-MAIJA & HANNA SUTELA. 2008. *Työolojen kolme vuosikymmentä. Työolotutkimusten tuloksia 1977-2008*. Helsinki: Tilastokeskus.
- LEHTO, IIRIS. 2019. "Toimijuuden tila ja aika projektivoivassa." Teoksessa *Huiputuksen moraalijärjestys - Osallisuuden ja sosiaalisen kivun kertomuksia*, toim. Karin Filander, Maija Korhonen & Päivi Siivonen. Tampere: Vastapaino, 301-338.
- LINDE, CHARLOTTE. 1993. *Life Stories: The Creation of Coherence*. Oxford: Oxford University Press.
- LINDMAN, MARIA. 2015. *Work and Non-Work. On Work and Meaning*. Turku: Åbo Academi University Press.
- MEAD, GEORG HERBERT. 1972 [1934]. *Mind, Self, and Society. From the Standpoint of a Social Behaviourist*. Chicago: Chicago University Press.
- MIK-MEYER, NANNA & ANNE ROELSGAARD OBLING. 2012. "The negotiation of the sick role: general practitioners' classification of patients with medically unexplained symptoms." *Sociology of Health & Illness* 34:7, 1025-1038.
- MUTANEN, HELI & ARI SIVENIUS. 2019. "Aktivointitoimista allikkoon?" Teoksessa *Huiputuksen moraalijärjestys - Osallisuuden ja sosiaalisen kivun kertomuksia*, toim. Karin Filander, Maija Korhonen & Päivi Siivonen. Tampere: Vastapaino, 245-271.
- NIKUNEN, MINNA. 2017. "Young people, future hopes and concerns in Finland and the European Union: classed and gendered expectations in policy documents." *Journal of Youth Studies*, 20:6, 661-676.
- PAANANEN, REIJA, TIINA RISTIKARI, MARKO MERIKUKKA, ANTTI RÄMÖ & MIKA GISSLER. 2012. *Lasten ja nuorten hyvinvointi. Kansallinen syntymäkohortti 1987 -tutkimusaineiston valossa*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 52/2012, 2012.
- PETERSEN, ANDERS. 2011. "Authentic self-realization and depression." *International Sociology* 26:1, 5-24.
- PYÖRIÄ, PASI, SATU OJALA, TIINA SAARI & KATRI-MARIA JÄRVINEN. 2017. "Nuoret työelämässä." Teoksessa *Työelämän myytit ja todellisuus*, toim. Pasi Pyöriä. Gaudeamus: Helsinki, 81-99.
- RADLEY, ALAN & MICHAEL BILLIG. 1996. "Accounts of health and illness: Dilemmas and representations." *Sociology of Health & Illness*, 18:2, 220-240.
- RIKALA, SANNA. 2013. *Työssä uupuvat naiset ja masennus*. Tampere: Tampere University Press.
- RIKALA, SANNA. 2016. "Työuupumus ja vastarinnan mahdollisuudet." Teoksessa *Ruomillisuus ja työelämä*, toim. Jaana Parviainen, Taina Kinnunen & Ilmari Kortelainen. Tampere: Vastapaino, 182-198.
- RIKALA, SANNA. 2019a. "Agency among young people in marginalised positions: towards a better understanding of mental health problems." *Journal of Youth Studies*, 2019. doi:10.1080/13676261.2019.1651929
- RIKALA, SANNA. 2019b. "Nuorten aikuisten masennus ja sosiaalinen kipu." Teoksessa *Huiputuksen moraalijärjestys - Osallisuuden ja sosiaalisen kivun kertomuksia*, toim. Karin Filander, Maija Korhonen & Päivi Siivonen. Tampere: Vastapaino, 273-300.
- RINTAMÄKI, KATRI MARIA. 2016. *Työ arjessa: Työn kokemus suomalaisten arkielämässä 2000-luvulla*. Turku: Turun yliopisto.
- SAASTAMOINEN, MIKKO. 2010. "Aktiivisen kansalaisuuden vastatulkintoja: Neuroottinen ja hylätty kansalaisuus." Teoksessa *Hallintavalta. Sosiaalisen, politiikan ja talouden kysymyksiä*, toim. Jani Kaisto & Miiikka Pyykkönen. Tampere: Vastapaino, 230-253.
- SENNETT, RICHARD. 2002. *Työn uusi järjestys. Miten kapitalismi kuluttaa ihmisen luonnetta*. Tampere: Vastapaino.
- TOWNSEND, ANNE, SALLY WYKE & KATE HUNT. 2006. "Self-managing and managing self: practical and moral dilemmas in accounts of living with chronic illness." *Chronic Illness* 2:3, 185-194.
- TURUNEN, TEEMU. 2015. "Onko Suomi 'oleskeluyhteiskunta'?" Työetiikka ja työn keskeisyys elämäntilanteena eurooppalaisessa vertailussa." *Yhteiskuntapolitiikka* 80:2, 107-120.

- VÄHÄMÄKI, JUHANI. 2003. *Kuhnurien kerho. Vanhan työn paheista uuden hyveiksi*. Helsinki: Tutkijaliitto.
- VÄLIMAA, OUTI. 2011. *Kategoriat ongelman selontekoina. Pitkäaikaistyöttömyydestä neuvotteleminen ja sen rakentuminen haastattelupuheessa*. Acta Universitatis Tampereensis 1589. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.
- WAINWRIGHT, DAVID & MICHAEL CALNAN. 2002. *Work Stress. The Making of a Modern Epidemic*. Buckingham: Open University Press.
- WALKER, CHRISTINE. 2010. "Ruptured identities: Leaving work because of chronic illness." *International Journal of Health Services* 40:4, 629–643.