UNIVERSITY OF HELSINKI

https://helda.helsinki.fi

Yksin yliopistokaupungissa : opiskelijoiden yksinäisyyskokemukset elämänkulun tutkimusperinteen näkökulmasta

Välimäki, Vesa; Ranta, Mette Aino Maria; Grönlund, Henrietta; Junttila, Niina; Pessi, Anne Birgitta

2018
Nuorisotutkimusseura
http://hdl.handle.net/10138/327116
Välimäki, V, Ranta, M A M, Grönlund, H, Junttila, N & Pessi, A B 2018, 'Yksin yliopistokaupungissa : opiskelijoiden yksinäisyyskokemukset elämänkulun tutkimusperinteen näkökulmasta', Nuorisotutkimus, Vuosikerta. 36, Nro 3, Sivut 38-56.

Downloaded from Helda, University of Helsinki institutional repository. https://helda.helsinki.fi
This is an electronic reprint of the original article.
This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.
Please cite the original version.

Yksin yliopistokaupungissa

– opiskelijoiden yksinäisyyskokemukset elämänkulun tutkimusperinteen näkökulmasta

Vesa Välimäki, Mette Ranta, Henrietta Grönlund, Niina Junttila & Anne Birgitta Pessi

Artikkelissa tarkastellaan yliopisto-opiskelijoiden yksinäisyyskokemuksia yliopistokaupungissa elämänkulun tutkimusperinteen viitekehyksessä. Analyysissa huomioidaan yliopisto-opiskelijoiden aikaisemman elämänkulun ohella yliopisto-opintojen elämänvaihe kaupungissa, jossa luodaan uusia sosiaalisia suhteita. Artikkelissa hyödynnetty tutkimusaineisto on kerätty Jyväskylän yliopiston *Student Life* -ohjelman koordinoimana. Haastatteluissa 27 yliopisto-opiskelijaa kertoi yksinäisyyden kokemuksistaan uudessa yliopistokaupungissa. Tulokset osoittavat, että opiskelijoiden yksinäisyyden kokemukset ovat läheisesti yhteydessä yliopisto-opintojen elämänvaiheeseen ja heidän aiempaan elämänkulkuunsa. Yksinäisyyden kokeminen kytkeytyy niin yksilöllisiin kuin yliopistokaupunkikontekstiin liittyviin tekijöihin. Yksinäisyyden vähentämiseksi tulisikin kiinnittää huomiota yliopisto-opiskelijoiden ryhmäytymiseen ja sosiaalisten mahdollisuuksien luomiseen niin yliopistoyhteisössä kuin yhteistyössä kaupungin muiden toimijoiden kanssa.

Asiasanat: kaupunki, opiskelija, yksinäisyys, yliopisto-opiskelu

VERTAISARVIOITU
KOLLEGIALT GRANSKAD
PEER-REVIEWED
www.tsv.fi/tunnus

Yliopisto-opiskelijoista noin seitsemän prosenttia, ajoittain jopa 40 prosenttia, kokee itsensä yksinäiseksi. Yliopisto-opiskelijoiden psyykkisen oireilun on katsottu esiintyvän rinnakkain osallisuuden ja yhteenkuuluvuuden puutteiden sekä lisääntyneen yksinäisyyden kanssa. (Kunttu ym. 2017.) Myös opiskelija ja hyvinvointijärjestö Nyyti ry:n korkeakouluopiskelijoille suunnatussa kyselyssä käyvät ilmi opiskelijoiden huolenaiheet, jotka liittyvät sosiaalisiin suhteisiin ja yksinäisyyteen (Savolainen ym. 2016). Opiskelijoilla läheiset ihmissuhteet ovat merkittävä opiskelutyytyväisyyteen vaikuttava tekijä, jonka vaikutus näkyy erityisesti silloin, kun opiskelussa tai opiskeluelämässä tulee eteen ongelmia (Aittola 1992, 66). Yliopisto-opiskelijan sosiaalinen integroituminen opiskelijayhteisöön on yhteydessä opintojen sujuvuuteen ja opintomenestykseen sekä todennäköisyyteen olla harkitsematta yliopisto-opintojen keskeyttämistä (Wilcox ym. 2005; Saari 2013, 66–73). Pitkäaikaisilla yksinäisyyden kokemuksilla voi puolestaan olla vakavia ja kauaskantoisia seurauksia psyykkiselle hyvinvoinnille ja fyysiselle terveydelle (Junttila 2016; Kauhanen 2016).

Empiirisesti yksinäisyyttä on tutkittu lukuisien näkökulmien ja mallien avulla, joista hallitsevin lähestymistapa on ollut psykologinen (ks. kootusti Kangasniemi 2008, 18–33). Nuorten tai nuorten aikuisten yksinäisyyden kokemusta on kuitenkin tutkittu verrattain vähän (Hawkley ym. 2003; Rönkä 2017; Rönkä ym. 2018). Yksinäisyystutkimuksessa on myös huomattu tarve yksinäistymisen biografiselle tutkimukselle (ks. Saari 2010, 242), jossa huomioidaan yksinäisyyden taustalla olevia käännekohtia ja muita aiempaan elämänkulkuun liittyviä prosesseja. Tässä artikkelissa ymmärrämme yksinäisyyden kokemuksen emotionaalisena kokemuksena sosiaalisten suhteiden puutteesta. Emotionaalisella yksinäisyydellä viittaamme läheisten ihmissuhteiden, usein ystävien tai parisuhteen, puutteeseen. Tällainen yksinäisyys on kokemusta siitä, ettei lähellä ole ihmisiä, jotka ymmärtäisivät ja olisivat tarvittaessa läsnä. Tähän kokemukseen liitetään levottomuutta, ahdistusta ja toivottomuutta. Puhuessamme sosiaalisesta yksinäisyydestä viittaamme laajemman sosiaalisen verkoston puutteeseen, johon liittyvät esimerkiksi kokemukset ulkopuolisuuden tunteesta yhteisöissä. (Weiss 1973; Junttila 2016.)

Koska yksinäisyydessä on kyse subjektiivisesti koetuista heikoista yksilöiden välisistä suhteista, tarkastelemme yksinäisyyttä siitä näkökulmasta, kuinka yksilö itse määrittää merkitykselliset ihmissuhteet, yhteyden muihin ihmisiin sekä kuulumisen yhteisöihin (Jylhä & Saarenheimo 2010; Tiilikainen 2016a). Kuten Georg Simmel kirjoittaa suurkaupungissa koetusta yksinäisyydestä (ks. Svendsen 2017), yksinäisyys ei ole yhteisön puutetta vaan enemmänkin toteutumatonta ihanneyhteisöä. Yksinäisyyttä voi kokea paitsi yksin ollessaan, myös silloin, kun ympärillä on suuri joukko ihmisiä. Yksin olemisen ja yksinäisyyden kokemusten välinen korrelaatio on voimakas lapsuudessa ja vanhuudessa, mutta erityisesti nuoruudessa ja varhaisessa aikuisuudessa nämä kaksi asiaa ovat kiinnostavasti usein toisistaan riippumattomia (Junttila 2010).

Glen Elderin (1998) elämänkulun tutkimusperinnettä seuraten ymmärrämme yksinäisyyden kokemuksen olevan yhteydessä aikaisemmin elettyyn elämään. Karin Dahlbergin (2007) tavoin tarkastelemme yksinäisyyden kokemusta kietoutuneena siihen kontekstiin, jossa yksilö toimii. Huomioimme, kuinka yksilöt ovat toimijoita omassa elämässään ja kuinka rakenteelliset tekijät – kontekstisidonnaiset ja kyseiseen elämänvaiheeseen lukeutuvat mahdollisuudet ja rajoitteet – vaikuttavat heidän toimintaansa (Elder 1998; Giele & Elder 1998). Elämänkulun

tutkimusperinne tarjoaa tavan tarkastella ja ymmärtää yksinäisyyden kokemusta ja siihen liittyviä tekijöitä opiskelijoiden aiemman elämänkulun, nykyisen elämänvaiheen sekä yliopistokaupunkikontekstin näkökulmista. Aikaisemmin samankaltaista elämänkulkunäkökulmaa ovat hyödyntäneet Elisa Tiilikainen (2016a; z2016b) ikääntyvien yksinäisyyden kokemuksen tutkimuksessa ja Anna Reetta Rönkä (2017) nuorten ja nuorten aikuisten yksinäisyyden tutkimuksen osalta. Opintojensa alkuvaiheessa uudet opiskelijat joutuvat usein sopeutumaan uuteen kaupunkiin ja asumisjärjestelyihin sekä uusiin vertaissuhteisiin (Jackson ym. 2000). Yliopistokaupungille voidaan asettaa odotuksia vilkkaasta sosiaalisesta elämästä ja yhteisöllisyydestä, mutta sen tarjoama sosiaalinen elämä voidaan kokea myös pelottavaksi ja haastavaksi (Insch & Sun 2013; Jackson ym. 2000).

Vastaamme tässä artikkelissa seuraaviin kysymyksiin: 1. Millaisia ulottuvuuksia yksinäisyyden kokemus saa yliopisto-opintojen elämänvaiheessa? 2. Minkälaisia yksilöllisiä ja yliopistokaupunkiin liittyviä tekijöitä opiskelijoiden yksinäisyyden taustalla on? Pohdimme myös lyhyesti, kuinka yliopisto-opiskelijoiden sosiaalisia suhteita yliopistokaupungissa voidaan käytännössä tukea.

Uudessa elämäntilanteessa vieraassa kaupungissa

Opiskelupaikan vastaanottamisen myötä suomalainen yliopisto-opiskelija kohtaa usein uuden yliopistokaupungin. Yliopistokaupunki on se kokemuksellinen konteksti, johon opiskelijat asettuvat muuton myötä ja johon arki yliopisto-opintojen elämänvaiheessa rakentuu (Adelman 2005). Yliopistokaupungin kokonaisuuteen sisältyvät paitsi kokemukset yliopistosta, myös muu ajanvietto kaupungissa: opiskelija-asunnoissa tai vapaa-ajanviettopaikoissa, jotka antavat opiskelijoille mahdollisuuksia ryhmiin liittymiselle, yhteisöllisyyden kokemuksille sekä opiskelijaidentiteetin vahvistamiselle (Shields 1991; O'Connor & Wynne 1998; Insch & Sun 2013). Esimerkiksi Paul Chatterton kuvaa tutkimuksessaan (1999), kuinka kaupunkiympäristö tarjoaa toiminnallisia tiloja opiskelijoille muun muassa populaarikulttuurin tarjonnalla – mikä kuitenkin voi myös vahvistaa opiskelijaryhmien välisiä eroja.

Kaupunki onkin erityisesti teollisen vallankumouksen aikaisen ja sen jälkeisen laajamittaisen kaupungistumisen myötä nähty yhtäältä romantisoituna vapauden ja mahdollisuuksien, toisaalta vaarallisena irrallisuuden ja vieraantumisen kontekstina. Näissä katsannoissa kaupunkien tarjoama ihmisten, elämäntapojen ja palvelujen paljous mahdollistaa anonymiteetin ja monenlaisia valintoja. Kaupunkielämän on katsottu johtavan negatiivisella tavalla pois maaseudun edustamasta perinteisestä lähiyhteisöllisestä elämäntavasta. Kaupunkielämän byrokraattisuuden ja kylmyyden on nähty tuottavan itsekkyyttä, anomiaa ja niistä seuraavia sosiaalisia ongelmia. (Esim. Orsi 1999; Paddison 2001.)

Keskustelu kaupunkielämän luonteesta ja vaikutuksista liittyy laajempaan länsimaiseen modernisoitumiskehitykseen ja siihen kietoutuvaan yksilöllistymiseen. Yksilön suhde perheeseen, yhteisöihin ja yhteiskuntaan on muuttunut yhä enemmän yksilön toimintaa ja autonomiaa korostavaksi, jolloin yksilöllä on vapautta, mutta myös vastuuta ohjata elämäänsä ja toteuttaa itseään yhteisöjen ohjaavan vaikutuksen sijaan. (Beck & Beck-Gernsheim 2002.) Yksilöllistymisestä ja kaupunkikontekstista kirjoittanut Simmel (2005) kuvaili jo 1800- ja 1900-lukujen vaihteessa suurkaupunkien yhtäältä mahdollistavan yksilöille henkistä liikkumatilaa ja yksilöllisiä elämänvalintoja vastapuolina pikkukaupunkien normeille, perinteille ja ennakkoluuloille. Toi-

saalta hän näki suurkaupunkien aiheuttavan turtumista toisiin ihmisiin, laskelmoivuutta, varautuneisuutta ja yksinäisyyttä. Myös muilta sosiologian klassikoilta löydetään vastaavia näkemyksiä kaupunkielämästä (kootusti esim. Kemppainen 2017).

Nämä prosessit ja klassisen yhteiskuntatieteen näkökulmat kietoutuvat tänäkin päivänä vieraalle paikkakunnalle muuttavan opiskelijan elämäntilanteeseen ja mahdolliseen yksinäisyyteen. Muutto yliopistokaupunkiin voi altistaa yksinäisyydelle aiempien ihmissuhteiden jäädessä ainakin fyysisesti kauemmas. Uusia ihmissuhteita pitäisi muodostaa ympäristössä, joka ihmisten paljoudessa nimenomaan tuottaa huomiotta jättämistä. (Esim. Simmel 2005.) Muutos voi olla erityisen voimakas, jos lähtökonteksti on edustanut yksilölle vahvaa yhteisöllisyyttä. Kaupunkiin liittyvät vapauden, mahdollisuuksien ja jännittävyydenkin lupaukset yhdessä samaa korostavan elämäntilanteen kanssa voivat syventää yksinäisyyden kokemusta ja pettymystä, jos mahdollisuudet ja lupaukset eivät täytykään. Yleisesti yliopisto-opintojen aika tunnutaan ymmärtävän elämänvaiheena, jonka aikana nuori luo pitkäaikaisia ystävyyssuhteita (esim. Ledbetter ym. 2007; Räty 2017). Tätä elämänvaihetta värittävät monet sosiaaliset mahdollisuudet, joita aktiivinen opiskelijakulttuuri tapahtumineen ja toimintoineen tarjoaa. Ainejärjestöjen lisäksi yliopistoissa on harraste-, kulttuuri ja vapaa-ajanjärjestöjä, liikunta- ja urheiluseuroja sekä poliittisia ja uskonnollisia järjestöjä (ks. Ansala 2017, 23). Akateemisen vapauden ohella yliopisto-opiskelijat arvostavatkin opiskelijoiden keskinäistä sosiaalista elämää (Ahrio 2012, 108).

Kaupunki ja opiskelun aloitus – tai nuoruus ylipäätään – luovat jännitteisen asetelman yksinäisyydelle. Yksilö on yhtäältä toisten ihmisten, sosiaalisen vuorovaikutuksen ja monenlaisten mahdollisuuksien ympäröimänä, ja toisaalta hän itse, läheiset ja kulttuurinen konteksti asemoivat tähän elämäntilanteeseen odotuksia ja lupauksia sosiaalisista suhteista ja uusista positiivisista kokemuksista. Opiskelijayhteisö korostaa uusille yliopisto-opiskelijoille onnekasta mahdollisuutta päästä osaksi laajempaa, valikoitunutta akateemista yliopistoyhteisöä, kuten Hanna Koiviston ja kollegojen tuore tutkimus (2017) on osoittanut. Yksinäisyys voi tässä nuoren aikuisen elämänvaiheessa ja yliopistokontekstissa olla jyrkkä vastakohta näille odotuksille tai toiveille. Myös Anna Reetta Röngän tutkimuksessa (2017) yksinäisyyden kokemusta syvensivät vertailut normatiiviseen elämänkulkuun. Lisäksi yksilöllisyyttä korostava kulttuurinen konteksti paitsi jättää yksilön vastuuseen omista sosiaalisista suhteistaan myös vastuuttaa häntä niihin liittyvistä epäonnistumisista. Yksinäisyyden kokemus aiheuttaakin usein häpeää omaksi epäonnistumiseksi koetusta tilanteesta (Junttila 2016; Cacioppo ym. 2014).

Yliopisto-opiskelu elämänkulun viitekehyksessä

Yliopisto-opiskelijoiden muutto uuteen yliopistokaupunkiin voi aiheuttaa huolta muutenkin kriittisessä aikuistumisen siirtymävaiheessa (Aittola 1992, 48–52). Erityisesti sosiaalisten suhteiden muuttuessa opiskelijat voivat kokea kuormittavuutta (Almeida & Wong 2009). Monella aikaisemmat sosiaaliset suhteet, perheen ohella muut läheiset ja ystävät, jäävät toiselle paikkakunnalle uuden elämänvaiheen alkaessa. Yliopisto-opiskelu elämänvaiheena on muuttunut viime vuosikymmenten kuluessa. Yliopisto-opiskelusta on tullut mahdollista yhä suuremmalle osalle nuorista aikuisista, mutta samalla se ei ole enää niin keskeinen arjen määrittäjä. Kyseinen elämänvaihe on jakautuneempi kuin ennen, sillä opintojen rinnalla tärkeässä roolissa ovat

harrastukset, perhe ja muut läheiset suhteet sekä työnteko. (Aittola 1992; Mannisenmäki & Valtari 2005; Lähteenoja 2010.) Lisäksi elämäntilanteet ja siirtymävaiheet kohti aikuisuutta vaihtelevat yksilöiden välillä huomattavasti (Schulenberg & Schoon 2012; Shulman & Connolly 2013). Aikuisuuden siirtymävaiheita lykätään usein myöhempään ajankohtaan joko omasta tahdosta tai kontekstuaalisten ja institutionaalisten rajoitteiden vuoksi. Esimerkiksi suomalaisten korkeakoulujen pääsykokeet säätelevät opintojen aloittamista ja aiheuttavat opiskelijajoukon leveän ikäjakauman.

Yliopisto-opintojaan aloittavat suomalaiset nuoret aikuiset saavat mahdollisuuden taloudellisesti tuettuun korkeakouluopiskeluun ja asumiseen. Nuoren aikuisen on mahdollista – tai pakko – muuttaa omilleen; menestyäkseen yksilön on kouluttauduttava, vaikka opiskelupaikka sijaitsisi kaukana kotoa. Myös yhteiskunnalliset paineet kouluttautua korostuvat: opetus- ja kulttuuriministeriö on asettanut tavoitteeksi, että jopa puolet 25–34-vuotiaista nuorista aikuisista suorittaisi korkeakoulututkinnon vuoteen 2030 mennessä (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017).

Yliopisto-opiskelija kohtaa opintojensa alussa yhdeksi tärkeimmäksi sosiaaliseksi viiteryhmäksi nousevan opiskelijoiden yhteisön: fuksiryhmän, joka muodostuu samassa pääaineessa aloittavista uusista opiskelijoista ja ryhmän tutoreista. Tutoreiden ja fuksiryhmän rooli opiskelijoiden ohjaamisessa on tärkeä uusien ihmissuhteiden luomisen näkökulmasta. Yliopisto-opiskelijoiden katsotaan ryhmäytyvän ensin samaan aikaan aloittaneiden pääaineopiskelijoiden parissa. Uusia opiskelijoita yhdistävät myös samasta tiedekunnasta koostuvat opiskelijoiden ainejärjestöt. (Aittola 1992; Skaniakos ym. 2012; JYY 2017.)

Uusia sosiaalisia suhteita voi löytää myös opintojen parista, mutta tämä koetaan usein vaikeaksi yliopisto-opintojen kurssimuotoisuuden, massaluentojen ja etäopiskelun yleistymisen vuoksi (Poutanen ym. 2012; Savolainen ym. 2016). Suomalaisen yliopisto-opetuksen ominaispiirre on akateemisen vapauden mukainen eteneminen luento- ja tenttipainotteisesti ilman opintojen ympärille syntyvää kiinteää ryhmää (Lähteenoja 2010; Mäkinen & Annala 2011). Opiskelijoiden sosiaalinen integraatio muodostuu opiskelutoverikontakteista ja opintososiaalisesta toiminnasta. Heikoimmillaan yliopisto-opiskelijoiden sosiaalinen integraatio näyttäisi olevan opintojen lopussa. Kun yhteisiä kursseja ei enää ole, kontakti muihin opiskelijoihin voi jäädä vähäiseksi. (Lähteenoja 2010, 52, 55–56.)

Elämänkulun tutkimusperinteen viitekehykseen sisältyvä toimijuuden käsite viittaa siihen, miten yksilöt tekevät valintoja ja rakentavat elämänkulkuaan olemassa olevien mahdollisuuksien ja rajoitusten puitteissa. Yksilön toimijuuden nähdään kietoutuvan läheisesti häntä ympäröivän maailman kanssa, niin hänen elämänsä historiallisen ja kulttuurisen ajan kuin elämänkulkuun linkittyneiden ihmisten kanssa. (Giele & Elder 1998, 9–11.) Toimijuudessa ei kuitenkaan ole kysymys ainoastaan siitä, kuinka yksilön ulkopuoliset tekijät mahdollistavat ja rajoittavat hänen toimintaansa. Elämänkulun tutkimusperinteen mukaan on tärkeää ottaa huomioon, kuinka toimijuudessa on kyse myös yksilön tietoisuuden yhteydestä ja sen muokkautumisesta häntä ympäröivien ulkopuolisten tekijöiden kanssa. (Dannefer ym. 2016)

Toinen tärkeä toimijuutta selittävä periaate elämänkulun tutkimusperinteessä on se, kuinka yksilön kokemaa nykyisyyttä täytyy tarkastella ottamalla huomioon hänen aikaisempi elämänkulkunsa. Toimijuus rakentuu aikaisempien kokemusten, nykyisen elämäntilanteen ja kontekstin sekä ennakoidun tulevan perustalle (Ranta 2015, 21; Settersten 2003, 18).

Aiempi elämänkulku vaikuttaa olennaisesti siihen, minkälaisia odotuksia yksilö itse asettaa toiminnalleen. Odotuksissa on kyse siitä, miten yksilö määrittää itsensä ja tulevaisuutensa. (Hitlin & Johnson 2015, 9, 20.) Yksinäisyyden suhteen aiemman elämänkulun yhteys näyttäytyy merkittävänä erityisesti yksinäisyyttä pitkään eli kroonisesti kokevien yksilöiden toiminnassa. Janne Vanhalst (2015) tutkimusryhmineen on huomannut, kuinka kroonisesti yksinäisyyttä kokevat voivat tulkita sosiaalisia tilanteita itsensä kannalta negatiivisesti niin, että he syyttävät itseään ja vähättelevät ulkoisten tekijöiden merkitystä. Yksinäisyys voi jo lapsuuden aikana muodostua krooniseksi, jolloin siitä voi olla vaikea irrottautua (Junttila 2016). Yliopisto-opiskelijoiden yksinäisyyden kokemuksen ja tekijöiden suhteen on siten syytä ottaa huomioon myös aiemman elämänkulun merkitys.

Yksinäisyyshaastattelut tutkimusaineistona

Analyysimme perustuu Jyväskylän yliopiston *Student Life* -ohjelmassa syksyllä 2016 kerättyyn haastatteluaineistoon. Jyväskylän yliopiston Strategisen kehittämisen vastuualueelle kuuluvan ohjelman tavoitteena ovat yliopisto-opiskelijoiden opiskelukyvyn ja hyvinvoinnin tukeminen ja ylläpitäminen kokoamalla opiskelua tukevat toiminnat ja palvelut yhteen (Student Life 2018). *Student Life* -ohjelmassa haettiin haastateltaviksi sellaisia Jyväskylän yliopiston opiskelijoita, jotka kokevat tai ovat opintojensa aikana kokeneet yksinäisyyttä. Haastateltavia haettiin ainejärjestöjen sähköpostilistojen, sosiaalisen median ja *Jylkkärin* (Jyväskylän ylioppilaslehti) kautta. Haastattelut toteutti tämän artikkelin ensimmäinen kirjoittaja (Välimäki 2018).

Analyysia varten valitsimme haastatteluaineistosta ne opiskelijat, jotka sijoittuvat ikäryhmään 18–29-vuotiaat ja ovat opiskelleet Jyväskylän yliopistossa perusopinnoista lähtien (n=27: kahdeksan miestä, 19 naista). Suoraan maisterivaiheeseen tulleet opiskelijat rajasimme aineiston ulkopuolelle heidän erilaisen sosiaalistumisen kokemuksensa (ei fuksiryhmää tai tutorointia) vuoksi. Aineiston opiskelijat ovat keskimäärin neljännen vuoden opiskelijoita (ikä-ka=24). Jyväskylän yliopistossa aloittaa vuosittain noin 2 000 uutta opiskelijaa, joista noin 60–70 prosenttia muuttaa yliopistokaupunkiin maakunnan ulkopuolelta (Jyväskylän yliopisto 2017). Myös tässä aineistossa vain kolme opiskelijaa oli kotoisin läheltä yliopistokaupunkia, loput olivat muuttaneet Jyväskylään toisen asteen opintojen ja yliopisto-opintojen välisenä aikana tai yliopisto-opintojen alussa. Opiskelijoista kymmenen asui yksin, kahdeksan kämppäkaverin ja yhdeksän puolison kanssa. Haastattelumenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua teemahaastattelua (Hirsjärvi & Hurme 2008; Ruusuvuori & Tiittula 2005). Teemahaastattelun avulla pyrittiin siihen, että haastatteluissa käytiin säännönmukaisesti läpi samoja teemoja antaen samalla haastateltaville tilaa ohjailla haastattelun kulkua.

Tutkimushaastattelujen teemat rakentuivat yliopisto-opiskelijoiden arjen, sosiaalisten suhteiden ja yksinäisyyden kokemuksen ympärille. Opiskelijoita pyydettiin ensin kertomaan yleisesti arjestaan, mistä joko he itse siirtyivät tai haastattelijan aloitteesta siirryttiin yksinäisyyden kokemuksiin. Teemahaastattelujen tässä osiossa opiskelijoita pyydettiin kuvaamaan elämänkulun tutkimusperinteen (Elder 1998) ohjaamana yleisesti aikaisempia elämänvaiheita, sosiaalisia suhteita ja mahdollisia yksinäisyyteen liittyviä kokemuksia. Teemahaastattelujen viimeisessä osiossa opiskelijoita pyydettiin kuvaamaan opintojen alun sosiaalisten suhteiden muodostumista ja niiden muutosta yliopisto-opintojen aikana. Haastatteluissa kartoitettiin myös sosiaalis-

ten suhteiden muodostamisen rajoitteita ja mahdollisuuksia erityisesti opiskelijoiden toimijuuden näkökulmasta.

Aineiston analyysitapaan sovelsimme aineisto- ja teorialähtöisen analyysin vahvuuksia soveltavan Derek Layderin (1998) adaptiivisen teorian mallin näkökulmia: pidimme merkityksellisenä aikaisemman tutkimuksen ja teoreettisten näkökulmien kiinnittymistä laadullisen haastatteluaineiston tuottamiseen ja analysointiin, mutta halusimme myös olla avoimia aineiston avaamille uusille näkökulmille. Aineiston varsinainen analyysi aloitettiin koodauksella, jossa sovelsimme adaptiivisen teorian mukaisesti sisällönanalyysia (Layder 1998; Tuomi & Sarajärvi 2013). Analyysissä käytimme Atlas.Ti-laadullisen aineiston analyysiohjelmaa. Syvensimme aineiston luentaa tyypillisen elämänkulkuanalyysin tapaan kirjoittamalla jokaisesta haastattelusta erikseen tiivistelmän (ks. Salasuo ym. 2015, 39–45). Tiivistelmät auttoivat kokonaiskuvan saamisessa aineistosta, teoreettisten tulkintojen tekemisessä ja koodauksen syventämisessä. Niiden avulla kykenimme muodostamaan tulkintoja aiemman elämänkulun merkityksestä osana opiskelijoiden nykyisiä yksinäisyyden kokemuksia ja toimijuuksia. Seuraavassa esiteltäviin tulosteemoihin päädyimme hyödyntäen koodauksessa keskeisiksi yhdistäviksi tekijöiksi tulkittuja kokemuksia, aikaisemman tutkimuskirjallisuuden kanssa havaittuja yhteyksiä ja tiivistelmien avulla saatua kokonaiskuvaa.

Yksinäisyyden kokemus

Tarkastelemme seuraavassa yliopisto-opiskelijoiden uuden elämänvaiheen alkua vieraassa kaupungissa yksinäisyyden kokemisen näkökulmasta. Esiin nostamamme teemat kiinnittyvät aiemmin elettyyn elämään ja sosiaalisten suhteiden muutoksiin. Keskitymme myös siihen, minkälaisia ulottuvuuksia opiskelijoiden yksinäisyyden kokemus saa suhteessa yliopistokaupunkiin. Kaupunki sosiaalisten suhteiden kontekstina näyttäisi liittyvän erityisesti yksinäisyyden korostumiseen ihmispaljouden ja odotusten keskellä ja olevan sidoksissa sen kokemisen ajallisiin rytmeihin.

Suomalaisen yliopisto-opiskelijan uuteen elämänvaiheeseen liittyy usein paitsi siirtyminen itsenäiseen asumiseen omaan kotitalouteen, myös muutto vieraaseen kaupunkiin. Muuttoon liittyy opiskelijan etääntyminen aiemmista sosiaalista suhteista kuten perheestä, kotipaikkakunnan ystävistä ja muista läheisistä. Läheisistä sosiaalisista suhteista etääntyminen jo fyysisen etäisyyden vuoksi voi johtaa tilanteeseen, jossa yksinäisyyden kokemus korostuu (esim. Cutrona, 1982). Tällaista yksinäisyyden korostumista kuvaa alla eräs aineistomme naisopiskelijoista, joka joutui erilleen läheisistään yliopistokaupunkiin muuttaessaan.

> Täs on ehkä hyvä taustottaa sitä että mä... oon ollut myös koko peruskouluaikani yksinäinen. Niin… se oli… no siinä vaiheessa normaalia. Mä oon käynyt lukion toisella paikkakunnalla ku peruskoulun. Mun lukio on ollut valtava ja mä oon tullut sinne uutena, joten se oli jo sinällänsä tuttu tilanne mut… yliopisto ehkä korosti sitä… tai tänne muuttaminen. Täällä ei ollut ketään. Ja se tavallaan katkas myös sen että mulla… ei ollut perhettä joiden kans mä oon käynyt paljon läpi niitä asioita… joita muut on sit käyny ton kaveriporukkansa kanssa.

Aiemmat sosiaaliset suhteet ennen opintojen aloitusta voivat näkyä nykyisen yksinäisyyden kokemuksen taustalla. Aikaisemmassa tutkimuksessa onkin esitetty yksinäisyyden kokemuksen läheinen kietoutuminen aikaisemmin elettyyn (Jylhä & Saarenheimo 2010; Tiilikainen 2016a). Aineistossamme näkyy, kuinka yksinäisyyttä uudessa asuinkaupungissa kokeva yliopisto-opiskelija voi vieraassa

sosiaalisessa ympäristössä verrata nykyistä kokemustaan aiempaan sosiaaliseen elämäänsä ja kokea yksinäisyyttä suhteessa siihen. Opiskelijan kokema kontrasti aiemmin elettyyn voi olla erityisen suuri, jos uudesta ympäristöstä ei löydy aiemman kaltaista sosiaalista elämää:

> Ja sit jotenkin lukioaikana mä en ehkä tehnyt kaikkea muuta niin paljon niin mulla oli aikaa myös niille ystäville ja me nähtiin tosi paljon melkeen päivittäin ja saatettiin tehä jotain iltasinkin niitten mun lukioaikaisten kavereiden kanssa. Et kyl se kontrasti oli aika suuri sitten kun mä muutin.

Yliopistokaupunkiin muuton ohella uuteen elämänvaiheeseen liittyy myös muita aikuistumiseen ja sosiaalisiin suhteisiin liittyviä muutoksia, siirtymävaiheita ja roolisiirtymiä, jotka voivat luoda otolliset olosuhteet yksinäisyydelle (Elder 1985; Hawkley ym. 2003). Opiskelijoiden sosiaalisissa suhteissa tapahtuu merkittäviä elämänkululllisia muutoksia tärkeimpien psykologisten kehitystehtävien liittyessä siirtymään toisen asteen koulutuksesta jatko-opintoihin ja työelämään sekä lapsuuden kodista ja perheestä vertais- ja ystävyyssuhteisiin sekä parisuhteeseen (Zarrett & Eccles 2006). Siirtymävaiheiden seurauksena nuorten aikuisten sosiaalisten suhteiden tunnepitoisen läheisyyden ylläpitämisessä voi esiintyä haasteita (Ledbetter ym. 2007) – samalla kun nuoret tavoittelevat turvallisuutta ja sitoutumista parisuhteessaan esimerkiksi yhdessä asumisen muodossa (Arnett 2004). Aineistossamme siirtymävaiheen muutokset näkyvät erityisesti siinä, kuinka opiskelijat hakevat ja kaipaavat enimmäkseen läheisiä ystävyyssuhteita tai parisuhdetta. Aiemmassa yksinäisyystutkimuksessa tehty jako emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyyteen (ks. Weiss 1973; Junttila 2016) näkyy aineistossamme siinä, kuinka emotionaalinen yksinäisyys painottuu sosiaalista vahvemmin.

> No ei kyllä että emmä ikinä sillee ees varsinaisesti halua mitään hyvin laajaa kaveripiiriä tai silleen ehkä muutama hyvin läheinen kaveri mutta ei silleen hirveesti tuttavia ja… On ehkä ollut semmosiakin hetkii milloin se on tuntunut oikeestaan pahalta… joskus ainakin kesäaikaan se tuntu aika ikävältä että silloin näkee muutenkin tosi vähän muita. Ja sitten… no ehkä yksinäisyys mulle merkitsee vähän… mulla ei oo mitään varsinaista parisuhdetta ollut ikinä… on mulla jotain silleen mutta ei pitkään aikaan nytten ja se on se mikä minusta oikeestaan tuntuu yksinäisyydeltä nytten.

Myös sosiaalinen yksinäisyys on kuitenkin merkittävä ulottuvuus puhuttaessa nuorten aikuisten sosiaalisista suhteista (Cotterel 2007). Analyysimme mukaan emotionaalinen ja sosiaalinen yksinäisyys voivat esiintyä samalla opiskelijalla vuorotellen. Olemme tulkinneet sosiaaliseksi yksinäisyydeksi opiskelijoiden kertoman siitä, kuinka he kokevat erilaisuutta ja ulkopuolisuutta yliopistokaupunkinsa sosiaalisissa piireissä. Toisin kuin emotionaalista yksinäisyyttä, opiskelija voi kokea sosiaalista yksinäisyyttä esimerkiksi omassa opiskelijaryhmässään, vaikka hänellä olisikin läheisiä ystäviä muualla.

> H: Mietin kun tässä ollaan puhuttu välillä ulkopuolisuudesta ja välillä yksinäisyydestä. Erotatko sä jotenkin ne toisistaan?
> V: No joo just se että yksinäisyys on just se että ei oo ketään jolle joka ois periaattees siin samassa tilanteessa tai vaikka just silleen ei oo… ei ole ketään muuta vaikka just [pääaineen] opiskelijaa jolle voisin tästä puhua ja sit taas ulkopuolisuus se että vaikka niitä on siinä ympärillä niin he on jotenkin keskenään enemmän kavereita tai ystäviä ja ite ei oo niin tiiviisti sitä samaa.

Kaupunkikontekstissa erityisiä yksinäisyyden kokemuksen piirteitä ovat yksin oleminen ihmispaljouden ja sosiaalisten tilanteiden mahdollisuuksien keskellä. Tuloksiamme kuvastaa hyvin Simmelin (2005, 39) tekemä erottelu suurkaupungissa ja pikkukaupungissa elämisen välillä: ihminen ei missään ”tunne itseään niin yksinäiseksi ja hylätyksi kuin juuri

suurkaupungin hälinässä". Kaupunkia siihen liitettyine mielikuvineen voidaan tarkastella ympäristönä, joka heijastelee yksilön käsityksiä, antaa niille tilaa ja toimii mahdollisesti niitä vahvistavana peilinä. Oman elämänkulun tai yliopistokaupungissa koettujen kokemusten seurauksena muodostuneet käsitykset itsestä ja sosiaalisista suhteista voivat korostua tai kertautua kaupunkikontekstissa joko alleviivaten yksinäisyyttä tai yksilön omaa toimijuutta, vapautta ja mahdollisuuksia. Koettu epäonnistuminen sosiaalisissa suhteissa, samoin kuin elämänkulun kokemusten vaikutus, muokkaa potentiaalisesti kokemusta kaupunkikontekstista, joka vastaavasti voi vahvistaa yksinäisyyden kokemusta. Yliopistokaupungin ympäristö tarjoaa opiskelijalle runsaasti mahdollisuuksia sosiaalisten suhteiden vertaamiseen, ja näin yksinäisyys voi näyttäytyä erityisen korostuneena:

> Joo, joo. Ja sitten ehkä semmosena tavallaan toisten seuraamisena et kuinka paljon… et ehkä yleisesti semmosena ikävänä olona ja toisten seuraamisena et millai toiset on keskenään ja sitten kuinka hyvä… et kuinka se näyttää siltä et toisilla on hyvä olla keskenään ja sitten tavallaan itse tuntee olevansa ulkopuolinen siitä niin sitten ei osaa tai siis sitten tulee semmonen huono olla sen takia.

Yliopistokaupunkiin liitetyt mielikuvat voivat korostaa yksilön elämänkulun muovaamia – negatiivisia tai positiivisia – käsityksiä itsestä ja toisista. Kaupunkikonteksti voi toimia opiskelijan negatiivisia käsityksiä potentiaalisesti vahvistavana merkitysympäristönä. Urbaaniin elämään on liitetty ajatus vapaudesta ja positiivisesta yksinolosta, jossa rajoitettu kanssakäyminen nähdään miellyttävänä mahdollisuutena. Tämä edellyttää kuitenkin sanoittamatonta luottamusta toisten samaa tilaa jakavien hyväntahtoisuuteen. Jos luottamusta ei ole, kontaktien puute kaupunkitilassa voi heijastella pikemminkin toisten ihmisten ja ympäristön vihamielisyyttä, kylmyyttä ja myös uhkaa. (Esim. Gardner 1990.)

> Tota… se yksinäisyys… se on varmaan mulle kuvastaa lähinnä sitä että miten muut ihmiset hyväksyy eli vaikka jos kävelee kaupungilla niin jos kaikki ihmiset kattois silleen vinoon niin sitte kokis ittensä yksinäiseks koska vähän hyljeksitty tai silleen että ei se mulla se varmaan just lähinnä on sitä että mulla on epäileväisyys siihen että hyväksytäänkö mut ja tällein näin mitä se että onko mun seurassa ihmisiä ja voiko niihin luottaa.

Yliopisto-opintojen elämänvaiheeseen liitetään usein mielikuvia aktiivisesta sosiaalisesta elämästä (Jackson ym. 2000). Myös itse yliopistokaupunkiin ja erityisesti sen vapaa-ajanalueisiin kohdistetaan odotuksia yhteenkuuluvuuden ja yhdessäolon kokemuksista (O'Connor & Wynne 1998; Chatterton 1999). Aineistossamme opiskelijat kertovat suhtautuneensa uuteen elämänvaiheeseen odottavan positiivisesti, erityisesti uusien sosiaalisten suhteiden suhteen. Tällöin omien odotusten ja yksin jäämisen välinen ristiriita voidaan nähdä yksinäisyyden kokemusta korostavana (Smith & Wertlieb 2005).

> Ja tota… tavallaan se että aina kun sanotaan että opiskelu on ihmisten parasta aikaa ja tulee niitä koko loppuelämän kestäviä ihmissuhteita niin tavallaan se että jääkö jostain paitsi ku ei oo semmosta mitä tuntuu et muilla on kuitenkin tosi hyvät kaveriporukat ja on oman henkistä seuraa omalla alalla niin ehkä se…

Opiskelijoiden yksinäisyyden kokemuksella näyttäisi olevan myös tietyt ajalliset rytmit (vrt. Karisto & Tiilikainen 2017): se näyttää usein sijoittuvan viikonloppuihin, juhlapyhiin ja lomiin. Erityisesti yksinäisyys voi korostua silloin, kun opiskelijan opiskelukaverit lähtevät pois kaupungista. Yksinäisyys voi tuntua erityisen ahdistavalta esimerkiksi kesälomalla, kun opinnot eivät tuo rytmiä arkeen eikä opiskelukavereita näe yhtä paljon kuin lukukausien aktiivisina aikoina.

> No kesällä, silloin ku se oli pahimmillaan, niin… välillä ku koittaa nukkua ja miettii että onko elämä menossa mihinkään. Tuntuu että on vaan paikallaan… sammalta kasvaa päälle. Niin tuntuu siltä että ei saa happea, hankala nukahtaa ja että huoneessa ei olis happee lainkaan. Semmosta ahdistuneisuutta.

Yksinäisyys näyttäytyy tuloksissamme usein hetkellisenä tai aaltomaisena, kuten eräs nuori naisopiskelija alla kuvaa. Yksinäisyyden aaltomainen kokemus on tulkintamme mukaan yhteydessä yliopistokaupungissa elettyyn arkeen. Yksinäisyys näyttäisi korostuvan erityisesti tilanteissa, jotka yleensä jaetaan muiden kanssa. Opiskelijat kuvaavat myös, kuinka yksinäisyys tulee kotona yksin oltaessa erityisesti silloin, kun ehtii reflektoida omaa elämäänsä ja sen nykyistä sosiaalista luonnetta.

> Mä ehkä aattelen ite että yksinäisyys on vähän niin kuin seisois rannalla, meren äärellä ja sä tiedät että tietyin väliajoin tulee vuorovesi. Sä et voi liikkua siitä ja sit se nousee se vesi. Ja se vesi on se yksinäisyyden kokemus. Et joskus se on nilkkaan asti, joskus se on kovempi aallokko. Ja joskus se on niin että tulee kovempi vuorovesi, niin sit sä oot täysin veden alla.

Yksinäisyyttä aiheuttavat tekijät

Elämänkulun tutkimusperinteen mukaisesti yksilöt toteuttavat toimijuuttaan olemassa olevien mahdollisuuksien ja rajoitusten sisällä (Giele & Elder 1998, 9–11). Yksilön kokemuksen ymmärtämiseksi on kuitenkin otettava huomioon myös aiemmat elämäntapahtumat ja kehitys elämänkulun siirtymävaiheineen (Elder & Lerner 1997). Tässä luvussa tarkastelemme opiskelijoiden yksinäisyyden kokemusta ja sen tekijöitä toimijuuden näkökulmasta. Otamme ensin käsittelyyn fuksiryhmään liittyviä tekijöitä ja sen jälkeen keskitämme huomiomme muihin sosiaalisiin mahdollisuuksiin ja rajoitteisiin yliopistokaupungin kontekstissa.

Fuksiryhmä sosiaalisten suhteiden maisemana

Samassa pääaineessa samaan aikaan opintonsa aloittavista uusista opiskelijoista koostuva fuksiryhmä on tärkeässä roolissa opiskelijoiden uusien sosiaalisten suhteiden muodostumisen kannalta (ks. myös Koivisto ym. 2017). Olemme erotelleet aineistostamme neljä fuksiryhmää koskevaa alateemaa vastauksena kysymykseen siitä, miksi osa opiskelijoista kokee vaikeuksia löytää sen parista tyydyttäviä sosiaalisia suhteita: 1) yksilölliset haasteet ryhmäytymisessä, 2) fuksiryhmän ryhmäytymisen järjestäminen, 3) koettu erihenkisyys fuksiryhmässä ja 4) yhtenäisen fuksiryhmän purkautuminen.

Osa aineistomme opiskelijoista tuo opintojen alun ryhmäytymisen suhteen esille sen, kuinka haastavaa heille on ollut muodostaa sosiaalisia suhteita fuksiryhmässä. He mainitsevat ryhmäytymisen vaikeuksissa olevan yksilöllisiä tekijöitä kuten ujouden luonteenpiirteenä sekä puutteita itsetunnossa, sosiaalisissa taidoissa, omassa jaksamisessa ja luottamuksessa muita ihmisiä kohtaan. Olemme analysoineet näiden yksilöllisten tekijöiden suhdetta opiskelijoiden aiempaan elämänkulkuun liittyvinä ja todenneet niiden kytkeytyvän usein aiempiin kokemuksiin vertaisryhmän ulkopuolelle jäämisestä tai siellä tapahtuneesta kiusaamisesta. Eräs opiskelija esimerkiksi kuvaa, kuinka aiemmin tapahtuneesta koulukiusaamisesta on seurannut “ylitarkkailua” sosiaalisissa tilanteissa:

> No varmaan just semmosta sosiaalista ylitarkkailuu ja semmosta itsensä ylitarkkailuu varsinkin sosiaalisissa tilanteissa ja sit semmosta et just ei arvosta itteensä ja ei nää semmosia asioita et mitä toiset voi esimerks nähdä tai mielestään ja sillai et arvostelee itteensä paljon ja arvostelee itteensä ehkä erilaisesti mitä ehkä muut.

Muihin opiskelijoihin tutustumista voivat vaikeuttaa myös aineistossamme esiintyvät viitteet yksinäisyyden kokemuksen kroonistumisesta (Junttila 2016): yksinäisyydestä on tullut yksilölle pitkäaikainen tila. Negatiivisten kokemusten kasautuminen jo kouluiästä lähtien voi johtaa pitkäkestoiseen yksinäisyyteen, kuten myös Röngän (2017) väitöskirja on osoittanut. Yksinäisyyden kroonistumisessa siitä on muodostunut ikään kuin persoonallisuuspiirre, jonka vuoksi yksilö ei osaa hahmottaa itseään ei-yksinäisenä. Yksinäisyyden kokemusta ja sen mahdollisia seurauksia voi olla vaikeaa nähdä itse, sillä opiskelija on jo tottunut niihin elämänsä kuluessa.

> En, en ollut. Vaan erinäisten vastoinkäymisten ja just näiden ihmissuhteiden vähyyden takia niin on pikkuhiljaa ehkä kasvattanut itseään siihen yksinolemiseen ja yrittänyt hyväksyä sitä että tää nyt on vaan se realiteetti että ei niitä kavereita välttämättä oo.

Uusista opiskelijoista koostuvalle fuksiryhmälle järjestetään ohjattua tutustumista ja ryhmäytymistä saman pääaineen vanhempien opiskelijoiden eli tutoreiden puolesta. Edellä kuvailtuja yksilöllisiä tekijöitä on pohdittava suhteessa siihen kontekstiin, jossa sosiaaliset tilanteet rakentuvat. Kun uusien opiskelijoiden ryhmäytymistä tarkastellaan, on syytä pysähtyä pohtimaan, kuinka opiskelijoiden yksilöllisyys ja aiempi elämänkulku sekä niiden seurauksina muotoutuneet erilaiset tavat pyrkiä ja kuulua uuteen viiteryhmään otetaan huomioon. Kyse ei ole ainoastaan siitä, kuinka opiskelijat itse pääsevät mukaan fuksiryhmän sosiaaliseen toimintaan vaan myös siitä, kuinka ryhmäytyminen järjestetään. Yksilölliset tekijät, joita ryhmäytymisessä olisi hyvä ottaa huomioon, liittyvät erilaisiin tapoihin tutustua ja muodostaa sosiaalisia suhteita. Esimerkiksi ujoutta jo varhaisesta lapsuudesta asti kokenut opiskelija olisi kaivannut opintojen alkuun organisoitua ryhmäyttämistä muihin tutustumisen helpottamiseksi:

> Ei tosiaan ollut helppo että varsinkin… tai jotenkin aina aatteli… sillon mä muistan kun mä tulin tänne ekana päivänä niin sitten mä aattelin että no nyt mää tavallaan tutustun kaikkiin ja oon semmonen erilainen ja… niinku rohkeempi ja tällä tavalla. Mutte sitten kun se tuutorikin esimerkiks sano siinä heti… silloin ensimmäisenä että hän ei oikein tykkää noista tutustumisleikeistä ja tämmösistä niin sitten ei niitäkään oikeestaan ollut siinä niin tota… niin sekin teki vielä ehkä vaikeemmaks sen… sen jutun että kyllä siinäkin ihan heti sitten jäin tavallaan siitä porukasta. Että taas tuli se että on jotenkin erilainen ja tällä tavalla.

Fuksiryhmässä koetun erihenkisyyden näkökulmasta kyse on mahdollisuuksista löytää opiskelijan toivomaa samankaltaisuutta. Fuksien ryhmäytyminen voi sinänsä tapahtua onnistuneesti, mutta opiskelijan toivomia uusia sosiaalisia suhteita sieltä ei välttämättä löydy, mikä näyttää liittyvän opiskelijan kokemaan erihenkisyyteen muuhun fuksiryhmään nähden. Tällaisia erihenkisyyttä rakentavia attribuutteja aineistossamme ovat sukupuoli, ikäero, eri vaihe opinnoissa ja erilainen elämäntilanne. Myös fuksiryhmän pieni koko on vaikeuttanut osalla aineistomme opiskelijoista usein kaivatun samanhenkisyyden löytämistä.

> Toi ehkä kiteyttää parhaiten tän tällasen yliopistolla olevan yksinäisyyden että niissä opiskelijaporukassa voi olla just sellasia tyyppejä joitten kanssa tulee toimeen mutta sellasia joitten kanssa ei halua hengailla. Ja sitten se että sen jälkeen kun on tutustunut siihen oman vuosilaistensa porukkaan ja tutustunut heihin, jos heissä ei oo potentiaalisia hyviä ystäviä ja jos vanhat ystävät on jäänyt entiselle paikkakunnalle, niin ne mahdollisuudet tutustua uusiin ihmisiin on loppujen lopuksi aika vähäiset.

Yhtenäisen fuksiryhmän purkautuminen (ks. myös Aittola 1992) kuvaa tapahtumaketjua, jonka seurauksena isommasta ryhmästä siirrytään pienempiin sosiaalisiin ryhmiin tai lähde-

tään ryhmästä pois. Aineistossamme opiskelijat kuvaavat, kuinka yhtenäiseltä näyttänyt fuksiryhmä hajaantui jo ensimmäisen opiskeluvuoden aikana pienempiin yhteisöihin. Myöhemmin haastetta yhtenäisyydelle voivat tuottaa yhteisten perusopintojen päättyminen ja opintojen yksilöllistyminen. Samoin osalle opiskelijoista haastetta on tuonut se, että fuksiryhmästä on lähtenyt opiskelukavereita pois, joko opiskelemaan muualle tai lopettanut opintonsa kokonaan.

> Joo, silloin itse asiassa tuntuu vähän että syy yksinäisyyteen että kaikki lähtee siitä ympäriltä pois että vaikka ite kyllä lähtee ihan samoin tuolla [ensimmäisessä opiskelukaupungissa] mutta tuntuu vaan että kaikki jättää mut tai silleen.

Yksinäisyyteen ajavia tekijöitä

Tulostemme perusteella näyttää siltä, että uusien sosiaalisten suhteiden solmimisen kannalta fuksiryhmä on tärkeässä roolissa. Toisin sanoen: yksinäisyyttä yliopistokaupungissa kokevat opiskelijat näkevät muut mahdollisuudet muodostaa heille merkittäviä sosiaalisia suhteita vähäisinä. Tätä tulosta selitämme neljän alateeman avulla: 1) yksipuoliseksi koetun opiskelijakulttuurin, 2) opiskelijatoimintaan mukaan pääsemisen vaikeuden, 3) muiden sosiaalisten mahdollisuuksien puutteen ja 4) opiskelija-arkeen liittyvien tekijöiden kautta.

Yksipuoliseksi koetun opiskelijakulttuurin teemaa aineistossamme hallitsee opiskelijoiden yhteisen vapaa-ajan toiminnan kuvaaminen alkoholikeskeiseksi tapahtumatoiminnaksi. Opiskelijatapahtumien alkoholin käytön keskeisyys koetaan esteeksi omalle osallistumiselle tapahtumiin tai alkoholin koetaan vaikeuttavan toisiin tutustumista tapahtumissa. Monet opiskelijoista kertovat, kuinka he yliopisto-opintojen alussa kävivät muutaman kerran opiskelijatapahtumissa mutta kokivat alkoholikeskeisen toiminnan vieraaksi ja jättivät myöhemmin osallistumatta. Opiskelijat toivoisivat opiskelijakulttuurin monipuolistamista ja kertovat omasta vaikeudestaan lähteä tutustumaan uusiin ihmisiin heille järjestetyissä tapahtumissa.

> Joukostahan ei varmaan kokonaisuutta katsottuna niin rajaudu kauheesti mutta kyllähän se niiden yksittäisten ihmisten kohdalla on aika tragedia että he eivät oo tavallaan valmiita ehkä semmoseen ajanviettoon mitä yliopistossa harrastetaan. Että jos ei oo valmis käyttämään alkoholia omasta mielestään ja sitte jossakin fuksiaisissa se on aika kynnyskysymys että juotko vai etkö juo niin kyllä sitä sopis ehkä tota näiden tapahtumien järjestäjien vähän miettiä.

Opiskelijoiden sosiaalisten suhteiden kannalta tärkeää roolia yliopistokaupungissa näyttelee opiskelijoiden yhdistys- ja järjestötoiminta (ks. Ansala 2017). Tällaisia ovat esimerkiksi ainejärjestöt, joilla on ollut suuri rooli opiskelijoiden keskinäisessä sosiaalisessa toiminnassa. Aineistossamme yksinäisyyttä yliopistossa kokevat opiskelijat kertovat positiivisia esimerkkejä siitä, kuinka he ovat niiden kautta löytäneet uusia sosiaalisia suhteita. Osa puolestaan kokee vaikeaksi päästä mukaan opiskelijatoimintaan – esimerkiksi ainejärjestötoiminta voidaan nähdä pienen piirin toimintana. Tapahtumissa on ulkopuolinen olo ja tunne siitä, ettei kuulu porukkaan. Oman ainejärjestön rinnalle kaivataan myös mahdollisuuksia tutustua uusiin ihmisiin opintojen ulkopuolella.

> H: Osaisitko vastata siihen että miksi täällä koetaan niin paljon yksinäisyyttä?
> V: Yliopisto ei oo kauheen semmonen… mikähän se sana on… no se ei oo kauheen ryhmäyttävä tekijä. Siinä mielessä että on hyvin helppo opiskella koko tutkinto tekemättä muiden ihmisten kanssa yhtään mitään. Että hyvin sellasta soolosuorittamista ja yksilöllistä ja yksin tehtävää työtä. Se on tosi hyvä

> sikäli että on ihmisiä jotka haluu tehdä kaiken yksin ja niille toimii parhaiten se että ne tekee kaiken yksin mutta se yliopisto itsessään ei ehkä tarjoo ihan hirveesti sellaisia sosiaalistumisen tilaisuuksia opiskelijoille. Se on aika paljolti ne ainejärjestöt mitkä jää vastuuseen tästä. Ja sitten jos sä koet että sä et oo ehkä sellanen henkilö kuin ne muut siinä ainejärjestössä tai just että ei ehkä synkkaa just näiden ihmisten kanssa siellä ainejärjestössä tai jos ainejärjestön tekeminen on pääasiassa ryyppäysiltoja niin sit se ei tarjoa sulle mitään. Et siitä tommonen poikkitieteellinen ainejärjestöjen ulkopuolella ja oppiaineen ulkopuolella toimiva tapahtuva toiminta, tämmöset poikkitieteelliset järjestöt niin ne on itse asiassa tosi toimivia ja niitä vois olla enemmänkin.

Opiskelijakulttuurin ja opiskelijoiden yhdistys- ja järjestötoiminnan osallistumisen kynnyksestä (ks. Ansala 2017, 50) tulee tärkeä kysymys otettaessa huomioon yksinäisyyden taustalla olevia yksilöllisiä tekijöitä. Kuten edellä mainitun ryhmäytymisen suhteen, kyse on siitä, kuinka niissä huomioidaan opiskelijoiden yksilölliset tavat mennä mukaan toimintaan. Aineistossamme osa opiskelijoista näkee syyn ulkopuolisuuteen omissa yksilöllisissä piirteissään, kuten ujoudessa, kun he eivät uskalla lähteä fuksiryhmän ulkopuoliseen toimintaan. Myös Rönkä (2017) on havainnut tutkimuksessaan, että usein itsessä nähdyt ominaisuudet ja puutteet sosiaalisissa taidoissa voivat johtaa ryhmään kuulumattomuuden tunteisiin. Kyse näyttäisi olevan myös siitä, kuinka matala kynnys sosiaaliseen osallistumiseen tarjotaan. Yksinäisyyden vähentämisen ratkaisujen suhteen opiskelijat kaipaavat yliopistokaupunkiinsa mahdollisimman helppoja tutustumisen mahdollisuuksia.

> H: Koetitko sä löytää sitten muualta kun tästä fuksiporukasta niitä ihmisiä?
> V: Ei nyt, ne mun opinnot oli niin fuksiryhmäpainoitteisia niin ei tullut niin hirveesti oltua tekemis muitten fuksien kaa tai näin. Ja no mä nyt oon vähän sellanen ihminen et mä en hirveen helposti mee puhuu täysin tuntemattomalle ihmiselle kuitenkaan. Se kans sit vaikeuttaa sitä et sais uusia kavereita.

Olemme koonneet opiskelijoiden kuvauksia sosiaalisista mahdollisuuksista myös yliopiston ja opiskelijatoiminnan ulkopuolella. Tuloksissa mielenkiintoista on, kuinka vähäisen roolin kaupungin muut sosiaaliset mahdollisuudet saavat opiskelijoiden sosiaalisten suhteiden muodostamisessa. Kaupunkimainen konteksti uutena asuinympäristönä korostaa ensisijaisesti vain yliopistoyhteisöön kohdistuvia odotuksia ja sen sosiaalisiin suhteisiin heijastuvia paineita. Yksinäisyyden vähentämisen ratkaisujen suhteen esimerkiksi kaupungin asuinjärjestelyt ovat kuitenkin tärkeitä.

> No mä mietin sitä että jos kaikki asuis semmoses tiedäks opiskelijatalossa missä on yhteiset suihkut ja vessat ja oleskelutilat ja muut tämmöset ja kaikilla on kämppikset ja muuta tämmöstä, paljon tiiviimpi yhteisö. Ja semmonen mikä ois yliopiston yhteydessä sitten semmosta tiiäks sitä amerikkalaista sorttia niin niin semmosessa varmaan paremmin muodostuis enemmän kaveripiirejä. Vähemmän ihmisiä syrjäytyis. Ja… niin sillai et jos ois jatkuvasti kampuksella niin ihmiset erakoituis vähemmän.

Edellä otimme huomioon yliopistoon ja yliopistokaupunkiin liittyviä tekijöitä ja nyt keskitämme katseemme opiskelijoiden arkeen liittyviin tekijöihin sosiaalisia suhteita jäsentävänä kontekstina. Tähän teemaan liittyen olemme tulkinneet keskeiseksi tekijäksi opiskelijoiden kokeman kiireen ja siihen liittyvän jaksamisen. Opiskelijoista osa kokee opintojen ja mahdollisen osa-aikatyön tuottaman kiireen vaikeuttavan sosiaalisten suhteiden muodostamista ja ylläpitämistä. Suhteisiin panostaminen voi kiireen vuoksi tuntua myös mahdottomalta.

> No mm… no varmaan tarve olis mutta jaksamista ei oo. Ja mä oon ittekkin tällä hetkellä opiskeluista niin väsynyt että mä en jaksa lähteä etsimään ketään tai tutustumaan uusiin ihmisiin ja muodostamaan ihmissuhteita. Et se on se ehkä yks ongelma… mä en voi auttaa itseäni siinä suhteessa että jos nyt joku ystävyyssuhde vaikka kariutuu tai kuihtuu

> kokoon kokonaan niin se on sitten yks ihmissuhde vähemmän ja mä en siihen tilalle ehi sitten tai jaksa hankkia ketään.

Yliopisto-opintojen arkeen liittyväksi tekijäksi liitämme myös opiskelijoiden kokeman uusiin ihmisiin tutustumisen kulttuurin yliopistokaupungissa. Mielenkiintoista aineistossamme on erityisesti se, kuinka kansainvälisessä opiskelijavaihdossa olleet opiskelijat ovat kokeneet sosiaalisten suhteiden muodostamisen helpommaksi ulkomailla kuin Suomessa. Tutustumista vaikeuttavaan ilmapiiriin liitetään aineistossamme suomalainen tutustumiskulttuuri, suomalaisten sisäänpäinkääntyneisyys ja yksin jäämisen helppous. Kulttuurisiin tekijöihin liitämme myös sen, kuinka osa opiskelijoista kokee, ettei kukaan tunnu välittävän siitä, jos opiskelija jää yksin.

> H: Et sä siellä vaihdossa sait kavereita?
> V: No sen yhden kaverin. Et olin mää sielläkin aika pitkälti itekseni mutta siellä jotenkin se ilmapiiri oli vähä erilainen et se oli paljon vastaanottavampi. Että näki ihmisiä kadulla tai käytävillä niin se oli semmosta hymyilyä ja tervehtimistä ja vaikkei siitä mitään keskustelua ois syntynyt niin jotenkin semmonen, kauheen semmonen tervetullut olo kuitenkin siellä ja…
> H: Ja täällä taas kun sä käyt luennolla niin…?
> V: Täällä sitte vähä päinvastoin et tuntuu että yrittää muodostaa kontaktia ihmiseen niin ne kääntyy pois tai… jotenkin silleen vielä korostetun suomalaisesti et on jotenkin se hyvin sulkeutunut tila siinä.

Johtopäätökset

Yliopisto-opiskelijoiden uusi elämänvaihe vieraassa kaupungissa on muutosten aikaa nuorten aikuisten sosiaalisille suhteille. Opiskelijoiden yksinäisyyden kokemus saa merkityksensä suhteessa aiemmin koettuun ja yliopistokaupungissa hänen vertaistensa sosiaaliseen elämään. Yliopisto-opintojen elämänvaiheeseen ja yliopistokaupungin sosiaaliseen elämään liitettyjen odotusten ja simmeliläisittäin (Svendsen 2017) toteutumattomien ihanneyhteisöjen välinen ristiriita voi korostaa opiskelijoiden yksinäisyyden kokemusta. Opiskelijat voivat kokea yksinäisyyttä myös yksin ollessaan esimerkiksi muiden ollessa viikonloppuna tai loma-aikoina yliopistokaupungin ulkopuolella. Yksinäisyyden kokemuksen tekijöiden suhteen yliopistokonteksti näyttäisi ohjaavan uusien opiskelijoiden sosiaalisia suhteita siten, että ne muodostuvat, jos ovat muodostuakseen, pääasiassa oman fuksiryhmän opiskelijoiden kanssa. Yliopiston ja yliopistokaupungin muut toimijat näyttäisivät jäävän vähäiseen rooliin opiskelijoiden sosiaalisten suhteiden suhteen. Monet yksinäisyyttä kokevat opiskelijat kokevat erityisesti opiskelijakulttuurin yksipuoliseksi ja toivovat sen monipuolistamista.

Opiskelijoiden sosiaalisten suhteiden kannalta on kuitenkin muistettava, että usein yksinäisyyttä kokevia on alle kymmenes opiskelijoista (Kunttu ym. 2017). Tuloksemme kuvaavat kuitenkin hyvin, kuinka opiskelijoiden yhteisen sosiaalisen toiminnan yksipuoliseksi kokeminen ja yksinäisyys ovat yhteydessä toisiinsa. Lisäksi tulokset kuvaavat, kuinka yksinäisyyden kokemuksen yksilölliset ja kontekstisidonnaiset tekijät ilmentyvät yhteen kietoutuneina, jolloin yksinäisyyttä on syytä tarkastella aina sen kokijan arjen kontekstia vasten.

Opiskelijoiden yksinäisyyden vähentämisen kannalta keskeistä on tukea uuteen yliopistokaupunkiin muuttavia nuoria aikuisia sosiaalisten suhteiden luomisessa. Kuten aiemmissakin koulutussiirtymissä (Junttila 2010), yliopisto-opintojen ensimmäiset kuukaudet ovat kriittisiä hetkiä sille, jääkö opiskelija ulkopuoliseksi vai pääseekö hän mukaan itselleen sopiviksi kokemiinsa sosiaalisiin verkostoihin. Tutkimustuloksissa ilmenee, että moni yksinäisyyttä kokeva yliopisto-opiskelija haluaisi löytää sellaisia sosiaalisia suhteita, joissa yhdistyvät samankaltaisuuden

ja yhteisyyden kokemukset. Kuinka sitten yliopisto-opiskelijoiden sosiaalisia mahdollisuuksia lisätään, jotta he löytäisivät tällaisia sosiaalisia suhteita?

Henrietta Grönlund ja Hanna Falk (2016) ovat analysoineet suomalaisten kansalaisjärjestöjen ja evankelisluterilaisen kirkon yksinäisyyden vähentämiseen tähtäävää toimintaa. Tuloksia voidaan soveltaa myös yliopistoympäristöön. Järjestöjen toiminnasta voidaan tunnistaa piirteitä kaikista Christopher M. Masin ja kollegojen (2011) erittelemistä strategioista, ja niitä toteutetaan monipuolisesti yksilöiden (ajatusvääristymiin puuttuminen, sosiaalisten taitojen opettaminen, inhimillinen tuki), yhteisöjen (mahdollisuudet liittyä yhteisöihin, yhteisöjen tuettu muodostaminen) sekä yhteiskunnan tasolla (kansalaiskeskustelu yksinäisyyden syistä, yhteisöllisten kulttuurien luominen). Toimet ovat niin ennaltaehkäiseviä ja korjaavia kuin sekä emotionaaliseen että sosiaaliseen yksinäisyyteen kohdistuvia.

Yksinäisyyttä voidaan pyrkiä vähentämään vaikuttamalla niin yksinäisyydestä kärsivien omaan toimintaan ja ajatteluun kuin muiden ihmisten ja yhteiskunnan toimintaan. Molempia ulottuvuuksia voidaan pitää tärkeinä myös yliopisto-opiskelijoiden kohdalla. Yliopisto-opiskelun kulttuurinen konteksti, kaupunkimainen toimintaympäristö ja yliopisto-opintojen toimintatavat painottavat kaikki individualismia ja yksilön omaa vastuuta. Samalla ne voivat altistaa yksinäisyydelle (minkä opiskelijat aineistossamme toivat esiin) ja myös yksilön vastuuttamiselle omasta sosiaalisesta menestyksestään tai menestymättömyydestään. Yliopistokontekstissakin yksinäisyys on kuitenkin myös laajempi, koko yliopistokaupungin toimintatapoja ja kulttuuria koskeva ongelma ja vastuu.

Yliopistokaupungin nuorten aikuisten sosiaalisten mahdollisuuksien lisääminen on tärkeä keino yksinäisyyden vähentämisessä. Kolme asiaa vaikuttaa tulostemme valossa erityisen keskeisiltä. Ensiksikin opiskelijoille tulisi tarjota eri toimijoiden taholta mahdollisuuksia erilaisiin sosiaalisen kohtaamisen muotoihin. Yksi haluaa juhlia isossa joukossa, kun taas toinen iloitsisi pienen ryhmän rauhallisista hetkistä. Yliopistokaupungin sosiaalisia mahdollisuuksia voitaisiin lisätä esimerkiksi tarjoamalla opiskelijoille fuksiryhmää laajempia mahdollisuuksia ryhmäytyä, monipuolistamalla tämänhetkistä alkoholipainotteista opiskelijakulttuuria ja luomalla opiskelijoille erilaisia kohtaamispaikkoja. Opiskelijakulttuurin monipuolistamisessa voidaan luoda esimerkiksi alkoholitonta toimintaa – kahvilakulttuuria baarikulttuurin sijaan. Lisäksi voitaisiin pohtia yliopistoyhteisön ulkopuolisten toimijoiden mahdollisuuksia sosiaalisten suhteiden tarjoajina opiskelukaupungissa. Aineistostamme noussut toive toimintamahdollisuuksien monipuolistamisesta voisi toteutua luontevasti yliopistoyhteisön yhteistyönä kaupungin muiden toimijoiden, esimerkiksi järjestöjen, vapaaehtois- ja harrastustoiminnan kanssa.

Toiseksi on syytä kysyä, kuinka voisi paremmin nivoa opiskelijoiden sosiaalisia kohtaamisia – nimenomaan uusien ihmisten kanssa – osaksi opintoja, pidemmässä ja lyhyemmässä kaaressa. Kolmanneksi olisi pohdittava, kuinka tarjota vahvistavia alustoja opiskelijoiden omaehtoisen kohtaamisen vahvistamiseen, ja etenkin laajemman joukon kuin vain heidän, jotka muutenkin ovat jo aktiivisia. Ryhmäytymisen suhteen kyse on esimerkiksi tutustumismahdollisuuksien luomisesta niin uusien kuin vanhempien pääaineopiskelijoiden välille. Miten ryhmäyttää pienempien pääaineryhmien opiskelijoita keskenään, esimerkiksi tiedekuntatasolla? Tutkimuksemme vahvistaa aiempaa tutkimusta (Koivisto ym. 2017) siitä, miten osa uusista yliopisto-opiskelijoista jää yliopistoyhteisöjen ulkopuolelle. Opiskelijoille voisi tarjota kohtaamispaikkoja, joissa löytää samankaltaisuutta suuresta joukosta esimerkiksi sosiaalista

mediaa hyödyntämällä. Erityistä tukea pitää tarjota niille, joille toisten joukkoon hakeutuminen on käynyt omin voimin liian vaikeaksi.

Opiskelijoiden kokema yksinäisyys on ongelma koko yliopistokaupungille. Ratkaisujen miettiminen siihen, kuinka koko kaupungista luodaan viihtyisä ja houkutteleva nykyisille ja tuleville yliopisto-opiskelijoille, on tärkeä tehtävä koko yliopistokaupungille (Johansson & Kociatkiewicz 2011; Insch & Sun 2013). Opiskelijoiden kokeman yksinäisyyden suhteen kaupungin eri toimijoiden olisi tarpeellista pohtia, kuinka opiskelijoiden sosiaalisia suhteita voitaisiin tukea yhdessä. Yliopistokaupungin jo olemassa olevien sosiaalisten mahdollisuuksien suhteen olisi tarpeen pohtia osallistumisen kynnyksen madaltamista.

Lopulta kaikessa opiskelijoiden sosiaalisia kohtaamisia vahvistavassa toiminnassa ollaan ihmisyyden ytimen äärellä: merkitykselliseksi koettu elämä rakentuu tutkitusti vahvimmin sille perustalle, että ihminen saa kuulua joukkoon ja että hän voi edistää muiden ihmisten hyvää (ks. esim. Pessi, Martela & Paakkanen (toim,) 2017). Kuinka saada tämä näkökulma vahvemmin osaksi melko individualistista ja yksilön vastuuta korostavaa yliopisto-opiskelua? Kuinka vahvistaa opiskelijoiden ja koko yliopistoyhteisön näkemystä sekä kokemusta kahdesta: sinä ja toiset – ja sinä, toisille? Tästä syystä esimerkiksi vapaaehtoistoiminnan muotojen tai kehittämishankkeiden – todellisten toimijoiden kanssa – tuominen osaksi opintoja voisi olla ratkaisevan arvokasta myös opiskelijoiden sosiaalisen sidosten kannalta.

Kiitokset

Artikkelin kirjoittajat haluavat kiittää Jyväskylän yliopiston Student Life -ohjelmaa, joka on rahoittanut tämän tutkimuksen. Tutkimus on toteutettu yhteistyössä CoLearning CoPassion tutkimusryhmän tutkijoiden kanssa.

Lähteet

Adelman, Clifford (2005) *Moving Into Town — and Moving On: The Community College in the Lives of Traditional–Age Students*. Washington, DC: U.S. Department of Education.

Ahrio, Leena (2012) *Modernin yliopisto-opiskelun toimintakertomus.* Tampereen yliopisto: Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö.

Aittola, Tapio (1992) *Uuden opiskelijatyypin synty: Opiskelijoiden elämänvaiheet ja tieteenalaspesifien habitusten muovautuminen 1980-luvun yliopistossa.* Jyväskylän yliopisto: Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research.

Almeida, David M. & Wong, Jen D. (2009) Life Transitions and Daily Stress Processes. Teoksessa Glen H. Elder Jr. & Janet Z. Giele (toim.) *The Craft of Life Course Research*. New York: Guilford Press, 141–162.

Ansala, Liisa (2017) *"Niin monta rautaa tulessa". Aktiivinen kansalaisuus järjestöaktiivien yliopisto-opiskelijoiden kertomana.* Lapin yliopisto: Kasvatustieteiden tiedekunta.

Arnett, Jeffrey (2004) *Emerging Adulthood. The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties.* New York: Oxford University Press.

Beck, Ulrich & Beck-Gernsheim, Elisabeth (2002) *Individualisation.* London: Sage.

Cacioppo, Stephanie & Capitano, John P. & Cacioppo, John T. (2014) Toward a Neurology of Loneliness. *Psychological Bulletin,* 140, 1464-1504.

Chatterton, Paul (1999) University Students and City Centres – The Formation of Exclusive Geographies. *Geoforum* 30, 117–133.

Cotterell, John (2007) *Social Networks in Youth and Adolescents.* London: Routledge

Cutrona, Carolyn E. (1982) Transition to College: Loneliness and the Process of Social Adjustment. *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy*, 36, 291-309.

Dahlberg, Karin (2007) The Enigmatic Phenomenon of Loneliness. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being 2* (4), 195–207.

Dannefer, Dale & Kelley-Moore, Jessica, & Huang, Wenxuan (2016) Opening the Social: Sociological Imagination in Life Course Studies. *Handbook of the Life Course*. Switzerland: Springer, Cham, 87-110.

Elder, Glen H. (1985) *Life Course Dynamics: Trajectories and Transitions.* Ithaca, NY: Cornell University Press.

Elder, Glen H. (1998) The Life Course as Developmental Theory. *Child Development* 69 (1), 1–12.

Elder, Glen H. & Lerner, Richard M. (1997) The Life

Course and Human Development. Teoksessa *Handbook of Child Psychology, Vol 1: Theoretical Models of Human Development*. New York: John Wiley, 939–991.

Gardner, Carol Brooks (1990) Safe Conduct: Women, Crime, and Self in Public Places. *Social Problems* 37 (3), 311–328.

Giele, Janet Z. & Elder, Glen H. (1998) *Methods of Life Course Research: Qualitative and Quantitative Approaches.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Grönlund, Henrietta & Falk, Hanna (2016) Kolmas sektori ja yksinäisyyden vähentäminen. Teoksessa Juho Saari (toim.) *Yksinäisten Suomi*. Helsinki: Gaudeamus, 253–295.

Hawkley, Louise C. & Burleson, Mary H. & Berntson, Gary G. & Cacioppo, John T. (2003) Loneliness in Everyday Life: Cardiovascular Activity, Psychosocial Context, and Health Behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology* 85 (1), 105–120.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (2008) *Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö* (Vsk. Verkkokirja). Helsinki: Gaudeamus.

Hitlin, Steven & Kirkpatrick Johnson, Monica (2015) Reconceptualizing Agency Within the Life Course: The Power of Looking ahead. *American Journal of Sociology* 120 (5), 1429-1472.

Insch, Andrea & Sun, Benjamin (2013) University Students' Needs and Satisfaction with their Host City. *Journal of Place Management and Development* 6 (3), 178–191.

Jackson, Lynne M. & Pancer, Mark S. & Pratt, Michael W. & Hunsberger, Bruce E. (2000) Great Expectations: The Relation between Expectancies and Adjustment during the Transition to University. *Journal of Applied Social Psychology* 30 (10), 2100–2125.

Johansson, Marjana & Kociatkiewicz, Jerzy (2011) City Festivals: Creativity and Control in Staging Urban Experiences. *European Urban and Regional Studies* 18 (4), 392–405.

Junttila, Niina (2010) *Social Competence and Loneliness during the School Years. Issues in Assessment, Interrelations and Intergenerational Transmission.* University of Turku: The Centre for Learning Research and the Department of Teacher Education.

Junttila, Niina (2016) Yksinäisyyden ulottuvuudet. Teoksessa Juho Saari (toim.) *Yksinäisten Suomi.* Helsinki: Gaudeamus, 52–69.

Jylhä, Marja & Saarenheimo, Marja (2010) Loneliness and Ageing: Comparative perspectives. Teoksessa Dale Dannefer & Chris Phillipson (toim.) *The Sage Handbook of Social Gerontology.* London: Sage, 317–328.

Jyväskylän yliopisto (2017) *Vuosina 2007-2016 opiskelupaikan vastaanottaneet*. Jyväskylän yliopisto.

JYY (2017) *Tutorointi - Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunta.* https://jyy.fi/osallistu-ja-vaikuta/tutorointi/. (viitattu 19.10.2017.)

Kangasniemi, Jukka (2008) *Yksinäisyyden kokemisen avainkomponentit Yleisradion tekstitelevision Nuorten palstan kirjoituksissa.* Jyväskylän yliopisto: Nykykulttuurin tutkimuskeskus.

Karisto, Antti & Tiilikainen, Elisa (2017) *Yksinäisyys ja aika.* Yhteiskuntapolitiikka 82 (6), 527–537.

Kauhanen, Jussi (2016) Yksinäisen terveys. Teoksessa Juho Saari (toim.) *Yksinäisten Suomi.* Helsinki: Gaudeamus, 96–113.

Kemppainen, Teemu (2017) *Disorder and Insecurity in a Residential Context: A Study Focusing on Finnish Suburban Housing Estates Built in the 1960s and 1970s*. Helsingin kaupunki: Kaupunkitutkimus ja -tilastot.

Koivisto, Hanna & Komulainen, Katri & Räty, Hannu & Vanhalakka-Ruoho, Marjatta (2017) Kastajaisista kostajaisiin – etnografinen tutkimus uuden opiskelijan vastaanottamisesta yliopistoyhteisöön. *Nuorisotutkimus* 35 (3) 22–37.

Kunttu, Kristiina & Pesonen, Tommi & Saari, Juhani (2017) *Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2016*. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.

Layder, Derek (1998) Sociological Practice: Linking Theory and Social Research. London: Sage.

Ledbetter, Andrew M. & Griffin, Em & Sparks, Glenn G. (2007) Forecasting "friends forever": A Longitudinal Investigation of Sustained Closeness between Best Friends. *Personal Relationships* 14, 343–350.

Lähteenoja, Susanna (2010) *Uusien opiskelijoiden integroituminen yliopistoon: Sosiaalipsykologinen näkökulma.* Helsingin yliopisto.

Mannisenmäki, Eija & Valtari, Maarit (2005) *Valmistumisen vallihaudalla: Opintojen kesto 2000-luvun hyvinvointivaltiossa*. Helsinki: Edita.

Masi, Christopher M. & Chen, Hsi-Yan & Hawkley, Louise C. & Cacioppo, John T. (2011) A Meta-analysis of Interventions to Reduce Loneliness. *Personality and Social Psychology Review* 15, 219–266.

Mäkinen, Marita & Annala, Johanna (2011) Opintoihin kiinnittyminen yliopistossa. Korkeajännityksiä-kohti osallisuutta luovaa korkeakoulutusta. Teoksessa Marita Mäkinen & Vesa Korhonen & Johanna Annala Johanna & Pekka Kalli & Päivi Svärd & Veli-Matti Värri (toim). *Korkeajännityksiä - Kohti osallisuutta luovaa korkeakoulutusta.* Tampereen yliopisto, 59–80.

O'Connor, Justin & Wynne, Derek (1998) Consumption and the Postmodern city. *Urban Studies* 35

(5–6), 841–864.

Opetus- ja kulttuuriministeriö (2017) *Korkeakoulutuksen ja tutkimuksen visio tähtää koulutustason nostamiseen.* http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/korkeakoulutuksen-ja-tutkimuksen-visio-tahtaa-koulutustason-nostamiseen. (Viitattu 16.12.2017.)

Orsi, Robert (1999) Introduction. Teoksessa Robert Orsi (toim.) *Gods of the City: Religion and the American Urban Landscape*. Indiana: Indiana University Press, 1–78.

Paddison, Ronan (2001) Communities in the City. Teoksessa Ronan Paddison (toim.) *Handbook of Urban Studies*. London: Sage, 194–205.

Pessi, Anne Birgitta & Martela, Frank & Paakkanen, Miia (toim.) z(2017) *Myötätunnon mullistava voima.* Jyväskylä: PS-kustannus.

Poutanen, Kaisa & Toom, Auli & Korhonen, Vesa & Inkinen, Mikko (2012) Kasvaako akateeminen kynnys liian korkeaksi? Opiskelijoiden kokemuksia yliopistoyhteisöön kiinnittymisen haasteista. Teoksessa Marita Mäkinen & Johanna Annala & Vesa Korhonen & Sanna Vehviläinen & Ann-Marie Norrgrann & Pekka Kalli & Päivi Svärd (toim.) *Osallistava korkeakoulutus.* Tampereen yliopisto, 17–46.

Ranta, Mette (2015) *Pathways to Adulthood: Developmental Tasks, Financial Resources and Agency.* Jyväskylän yliopisto: Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research, 527.

Räty, Reetta (2017) *Uusi opiskelija, ystävät ovat tärkeämpiä kuin opinnot*. Yle Uutiset, kolumni. https://yle.fi/uutiset/3-9800946. (Viitattu 19.10.2017.)

Rönkä, Anna Reetta (2017) *Experiences of Loneliness from Childhood to Young Adulthood.*

Study of the Northern Finland Birth Cohort 1986. Oulun yliopisto. ACTA UNIVERSITATIS OULUENSIS, E. Scientiae Rerum Socialium, 172

Rönkä, Anna Reetta & Taanila, Anja & Rautio, Arja & Sunnari, Vappu (2018) Multidimensional and Fluctuating Experiences of Loneliness from Childhood to Young Adulthood in Northern Finland. *Advances in Life Course Research,* 87–102.

Saari, Juho (2010) *Yksinäisten yhteiskunta.* Helsinki: WSOYpro Oy.

Saari, Juhani (2013) *Opintojen sujuvuus. Opiskelijoiden edellytykset vuosittaiseen 55 opintopisteen suorittamiseen Helsingin yliopistossa ja Aalto-yliopistossa.* Helsinki: Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otus 41.

Salasuo, Mikko & Piispa, Mikko & Huhta, Helena (2015) *Huippu-urheilijan elämänkulku. Tutkimus urheilijoista 2000-luvun Suomessa* (Vsk. 166). Nuorisotutkimusseura/Nuorisotutkimusverkosto, julkaisuja 166.

Savolainen, Minna & Salo, Gloria & Kauliomäki, Katja & Akolahti, Pasi & Tuuttila, Leena (2016) *"Toivon, että tulen pärjäämään" – Raportti uusien opiskelijoiden kyselystä 2015*. Nyyti ry.

Settersten, Richard A. (2003) Propositions and Controversies in Life-course Scholarship. Teoksessa Richard A. Settersten (toim.) I*nvitation to the Life Course: Toward New Understandings of Later Life*. Amityville, NY: Baywood Publishing Company, Inc., 15–45.

Schulenberg, John & Schoon, Ingrid (2012) The Transition to Adulthood across Time and Space: Overview of Special Section. *Longitudinal and Life Course Studies* 3, 164–172.

Shields, Rob (1991) *Places on the Margins: Alternative Geographies of Modernity.* London: Routledge.

Shulman, Shmuel & Connolly, Jennifer (2013) The Challenge of Romantic Relationships in Emerging Adulthood: Reconceptualization of the Field. *Emerging Adulthood* 1, 27–39.

Simmel, Georg (2005) *Suurkaupunki ja moderni elämä: Kirjoituksia vuosilta 1895-1917.* Suomentanut Tiina Huuhtanen. Helsinki: Gaudeamus.

Skaniakos, Terhi & Penttinen, Leena & Lairio, Marjatta (2012) Vertaistutorointi yliopistoissa ja ammattikorkeakouluissa. Teoksessa Päivi Atjonen (toim.) *Oppiminen ajassa – kasvatus tulevaisuuteen.* Kasvatusalan tutkimuksia 61. Jyväskylä: Suomen kasvatustieteellinen seura, 83–97.

Smith, Joshua S. & Wertlieb, Ellen C. (2005). Do First-year College Students' Expectations align with their First-year Experiences? *NASPA Journal* 42(2), 153–174.

Student Life (2018) Student Life: *Toiminta-ajatus.* https://www.jyu.fi/studentlife/tietoastudentlifesta/toiminta_ajatus. (Viitattu 9.1.2018.)

Svendsen, Lars (2017) *A Philosophy of Loneliness.* London: Reaktion Books.

Tiilikainen, Elisa (2016a) *Yksinäisyys ja elämänkulku: laadullinen seurantatutkimus yksinäisyydestä.* Helsingin yliopisto: Valtiotieteellinen tiedekunta.

Tiilikainen, Elisa (2016b) Polkuja yksinäisyyteen. Teoksessa Juho Saari (toim.) *Yksinäisten Suomi.* Helsinki: Gaudeamus, 129-148.

Tiittula, Liisa & Ruusuvuori, Johanna (2005) Johdanto. Teoksessa Johanna Ruusuvuori & Liisa Tiittula (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 9–21.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2013) *Laadullinen tutkimus ja analyysi*. 10. uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vanhalst, Janne & Soenens, Bart & Luyckx, Koen &

Van Petegem, Stijn & Weeks, Molly S. & Asher, Steven R. (2015) Why do the lonely stay lonely? Chronically Lonely Adolescents' Attributions and Emotions in Situations of Social Inclusion and Exclusion. *Journal of Personality and Social Psychology* 109 (5), 932–948.

Välimäki, Vesa (2018) *Yksin yliopistossa - yliopisto-opiskelijoiden kokema yksinäisyys korkeakouluopiskelun elämänvaiheessa*. Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto: Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos.

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

Wilcox, Paula & Winn, Sandra & Fyvie-Gauld, Marylynn (2005) 'It was nothing to do with the University, it was just the People': The Role of Social Support in the First-year Experience of Higher Education. *Studies in Higher Education* 30 (6), 707–722.

Zarrett, Nicole & Eccles, Jacquelynne (2006) The Passage to Adulthood: Challenges of Late Adolescence. *New Directions for Youth Development* 111, 13–28.