



Pienet onnistumistarinat ja osallisuuden kokeminen Yhteisissä keittiöissä

MARKO NOUSIAINEN

Yhteiset keittiöt ovat kaikille avoimia tiloja, joiden tarkoituksena on edistää osallisuutta. Artikkelissa selvitetään, miten ja miksi Yhteiset keittiöt ovat tarkalleen ottaen onnistuneet vahvistamaan kävijöidensä osallisuutta, mistä osallisuuden edistämisessä on kysymys yksilötasolla ja kuinka osallisuuden edistämistä voi arvioida laadullisesti. Lisäksi pohditaan, mitä avointen kohtaamispaikkojen suunnittelussa tulisi huomioida.

.....
English summary at the end of the article

Johdanto

Osallisuudesta on tullut yleinen yhteiskuntapolitiininen tavoite Suomessa. Osallisuus on tavoitteena esimerkiksi pääministeri Sanna Marinin hallituksen ohjelmassa (Valtioneuvosto 2019, 80, 175), monissa valtionhallinnon toimintaohjelmissa (Raivio & Karjalainen 2013) ja useimmissa Suomen kunnissakin (THL 2020). Yksi tapa edistää heikoimmassa asemassa olevien osallisuutta ovat ihmisiä yhteen kokoavat matalan kynnyksen kohtaamispaikat (Raivio & Karjalainen 2013, 26). Omanlaisiaan kohtaamispaikkoja ovat yhteisruokailuja ja yhteistä toimintaa tarjoavat Yhteiset keittiöt, joiden toimintaa kehitettiin vuosina 2017–2018 osana Juha Sipilän hallituksen ”Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta” -kärkihanketta. Hankkeeseen osallistui noin neljäkymmentä Yhteistä keittiötä eri puolilla Suomea, ja ruokaa tarjoavia kohtaamispaikkoja on paljon tätä enemmänkin. Tässä artikkelissa tarkastellaan osallisuuden kokemista Yhteisissä keittiöissä laadullisen arviointitutkimuksen perusteella.

Yhteiset keittiöt ovat seurakuntien, kuntien tai järjestöjen hallinnoimia psyykkisesti ja sosiaalisesti esteettömiä, kaikille avoimia tiloja, jotka kutsuvat eritaustaisia ihmisiä laittamaan yhdessä ruokaa ja osallistumaan yhteisruokailuihin, harrastustoi-

mintaan ja retkille. Yhteisten keittiöiden tavoitteena on osallisuuden edistäminen, minkä lisäksi ne tavoittelevat muitakin yhteiskunnallisia hyötyjä, kuten ruokahävikin vähentämistä ja yhteisölähtöistä toimintakulttuuria terveys- ja sosiaalipalveluissa. (Mäntylä 2019; Alasantie 2019.) Yhteiset keittiöt edistävät osallisuutta tarjoamalla mahdollisuuksia osallistua yhteiseen tekemiseen. Osallistujat voivat halutessaan olla mukana toteuttamassa ja suunnittelemassa niiden toimintaa ja vaikuttamassa toiminnan sisältöihin, kuten ruuanlaittoon ja harrastusryhmiin. Yhdessä tekemisen ajatellaan vaikuttavan osallistujiin siten, että he kokevat merkityksellisyyttä ja löytävät itselleen uusia rooleja ja tehtäviä. Yhteiset keittiöt pyrkivät edistämään myös yhteisöllisyyttä kaikille avoimen tilan ja arvostavan kohtaamisen avulla. Tilaa ja toimintaa ei ole rajattu millekään kohderyhmälle, vaan kuka tahansa voi osallistua riippumatta sosioekonomisesta asemastaan. Kun osallistujat kohtaavat päivittäin, syntyy vuorovaikutustilanteita, jotka tuottavat spontaanisti yhteisöjä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Vuorovaikutustilanteissa eri-ikäiset ja -taustaiset osallistujat ovat samassa asemassa ja jokainen kohdataan arvostavasti. Tämän nähdään tuottavan osallistujille kokemuksia ja tunteita yhdenvertaisuudesta. (Mäntylä 2019; Alasantie 2018; 2019.)

Avoin tila, ruoka, yhteinen tekeminen ja arvostava kohtaaminen ovat panoksia, joilla Yhteiset keittiöt pyrkivät tuottamaan osallistumista ja vuorovaikutustilanteita. Niiden uskotaan synnyttävän osallistujissa kokemuksia ja tunteita yhdenvertaisuudesta, yhteenkuuluvuudesta, merkityksellisyydestä ja toimintamahdollisuuksista. Näiden kokemusten puolestaan oletetaan hyödyttävän yhteiskuntaa esimerkiksi kaventamalla hyvinvointieroja pidemmällä aikavälillä (Alasentie 2019).

Yhteisten keittiöiden toiminta liittyy läheisesti viimeaikaisiin osallisuuskeskusteluihin. Tutkimuksissa osallisuus on määritelty esimerkiksi yksilöiden ja ryhmien kiinnittymiseksi yhteisöihin ja yhteiskuntaan, autonomiaksi sekä arvostetuksi tulemisen kokemuksista muodostuviksi toiminta- ja vaikutusmahdollisuuksiksi. Osallisuus on myös kokemuksellista, ja se on dynaaminen prosessi staattisen tilan sijasta. (Merikukka ym. 2019; Mäntyneva & Hiilamo 2018; Seppälä ym. 2020; Lahtinen & Pekkarinen 2020; Pietilä ym. 2019.) Myös Yhteisissä keittiöissä osallisuus ymmärretään samalla tavoin: toimintamahdollisuuksia ja yhteisöllisyyttä merkitseväksi kokemukselliseksi ilmiöksi.

Tämä artikkeli keskittyy Yhteisten keittiöiden aikaansaamiin osallisuuden kokemuksiin. Artikkelin tavoitteena on lisätä ymmärrystä osallisuuden kokemusta edistävästä mekanismeista ja osallisuuden arvioimisesta onnistumistarinoilla ja narratiivisella tarkastelutavalla. Artikkelin ei pyri todentamaan kaikkia Yhteisten keittiöiden tuottamia yhteiskunnallisia hyötyjä, vaan tarkoituksena on tukea avointen tilojen kehittämistä osallisuutta koskevalla ymmärryksellä.

Tutkimuskysymys on, millaisia pieniä onnistumistarinoita osallisuuden kokemisesta Yhteisten keittiöiden osallistajat kertovat. Onnistumistarinoita tulkitaan Yhteisten keittiöiden onnistumisine, jotka kuvaavat, miten ja miksi osallisuuden kokemus on osallistujilla vahvistunut.

Osallisuutta ja sen arviointia koskevalle ymmärrykselle on tarvetta, koska yleisyydestään huolimatta osallisuus on politiikkaohjelmissa varsin moninaisesti käytetty käsite. Osallisuuden edistäminen voi pitää sisällään erilaisia toimenpiteitä, joilla voi kontekstista riippuen olla monenlaisia vaikutuksia. Osallisuudesta puhutaan sekä tavoitteena että keinona muiden tavoitteiden saavuttamiseen. (Raivio & Karjalainen 2013.) Lisäksi matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen yhteiskuntapoliittisen merkityksen on ennakoitu kasvavan

osallistavan sosiaaliturvan kokeilujen myötä (Seppälä ym. 2020).

Seuraavaksi esitellään, mitä osallisuudella ja sen edistämällä tässä tutkimuksessa tarkoitetaan. Sen jälkeen tarkastellaan tarinoiden käyttöä tutkimuksen ja arvioinnin menetelmänä. Tämän jälkeen kuvataan aineisto ja empiiriset havainnot. Lopuksi esitetään johtopäätökset.

Osallisuus ja sen edistäminen

Tässä artikkelissa osallisuus ymmärretään toimijuudeksi eli yksilöiden tai ryhmien mahdollisuudeksi toimia ja vaikuttaa omaan elämään, elinympäristöön tai yhteiskuntaan (ks. Isola ym. 2017). Yhtäältä toiminta edellyttää mahdollistavia rakenteita ja instituutioita, kuten poliittisia ja taloudellisia vapauksia tai palveluja (Sen 1999). Toisaalta toiminta edellyttää motivaatiota ja sitä tukevia kokemuksia ja tunteita (esim. Antonovsky 1987; Bandura 1978). Yksilön näkökulmasta molemmat toiminnan edellytykset ovat seurausta kuulumisesta sosiaalisiin kokonaisuuksiin, kuten perheisiin, paikallisyhteisöihin, kansalaisyhteiskuntaan tai hyvinvointivaltioon. Osallisuus rakentuu positiiivisissa vuorovaikutussuhteissa, ja siksi myös yhteisöllisyys ja mahdollisuus vuorovaikutukseen muiden kanssa ovat osallisuuden edellytyksiä. (Lahtinen & Pekkarinen 2020; Merikukka ym. 2019; Isola ym. 2017, 19.)

Toimintamahdollisuuksien hyödyntäminen edellyttää yksilöltä motivaatiota sekä omien tarpeiden ja mahdollisuuksien tunnistamista, joita esimerkiksi pitkäaikainen niukkuus tai riippuvuus voivat rajoittaa (Isola ym. 2017, 15–19; Isola ym. 2019). Toimintaan ryhtyminen ei ole mielekästä ilman koherenssin tunnetta. Koherenssi merkitsee kokemusta siitä, että ympäristö on ymmärrettävä, hallittava ja toiminta on merkityksellistä eli sitoutumisen ja vaivan arvoista. Erityisesti merkityksellisuuden kokeminen on keskeinen tekijä motivoitumisessa. (Antonovsky 1987, 16–19.) Toiminta edellyttää myös tunnetta minä-pystyvyydestä eli hallinnan kokemuksista rakentuvaa uskoa omaan kyvykkyyteen. Vahva minä-pystyvyyden tunne tukee toimintaan ryhtymistä ahdistaviksi koetuissa tilanteissa ja peräänantamattomuutta esteiden ilmaantuessa. (Bandura 1978.) Koherenssi ja minä-pystyvyys merkitsevät kokemuksista rakentuvaa suhdetta ympäröivään todellisuuteen ja uskoa siihen, että omalla toiminnalla on mahdollista saada

aikaan positiivisia muutoksia (Antonovsky 1987, 59). Niiden lisäksi myös tunne yhteisöllisyydestä on yksi itseohjautuvan toimijuuden edellytyksistä (Deci & Ryan 2000). Yksilötasolla osallisuutta voidaan siten edistää tuottamalla tulevaisuuteen suuntautuvaa toimijuutta vahvistavia kokemuksia merkityksellisyydestä, pystyvyydestä ja yhteisöllisyydestä.

Yhteiset keittiöt pyrkivät edistämään osallistujensa osallisuutta vahvistamalla toimijuutta merkityksellisyyden, yhdenvertaisuuden ja yhteisöllisyyden tuntein ja kokemuksiin. Osallistuttajissa löydettävät uudet roolit voivat esimerkiksi vahvistaa pystyvyyden tunnetta, mikä motivoi toimimaan Yhteisten keittiöiden ulkopuolellakin. Vapaaehtoinen tekeminen voi tuottaa tunteen oman toiminnan merkityksellisyydestä, mikä niin ikään edistää motivaatiota. Kokemus arvostuksesta ja yhdenvertaisuudesta erilaisista sosioekonomisista taustoista tulevien osallistujien kesken voi edistää tunnetta omasta arvosta ja mahdollistaa paikallisyhteisöön kuulumista. Yhteys muihin voi edistää koherenssin tunnetta myös sosiaalisen ympäristön ymmärrettävyyttä kasvattamalla. Jos osallistujan luottamus omiin toimintamahdollisuuksiinsa kasvaa, hän voi pystyä hyödyntämään olemassa olevia palveluja tai markkinoita, vaikkei muutoksia niissä tapahtuisikaan.

Keskittyminen osallistujien toimijuutta vahvistaviin kokemuksiin tekee Yhteisten keittiöiden toiminnasta kuitenkin kompleksista (ks. Lundström 2015, 20–23). Yhteisten keittiöiden tavoittelemat vaikutukset ovat ennakoimattomia, koska ne perustuvat ihmisten mielipiteisiin. Ihmiset voivat kokea asiat eri tavoin, ja pienilläkin tekijöillä, kuten tilan viihtyisyydellä tai muuttuvilla tavoilla käyttää tilaa, voi olla ennakoimattomia seurauksia kokemuksiin. Toimintaa on myös vaikeaa ohjata, koska yhteisöllisyyttä tukevan vuorovaikutuksen oletetaan syntyvän tilaan spontaanisti osallistujien kesken. Kaikki Yhteiset keittiöt eivät toimi samanlaisissa tiloissa, ja toiminnan sisällöissä on eroja (Mäntylä ym. 2019). Aikaansaajien kokemusten todentaminenkaan ei ole yksinkertaista.

Tässä artikkelissa tarkastellaan Yhteisten keittiöiden todellisuudessa aikaansaamia osallisuuden kokemuksia ja sitä, miten niiden voi tulkita vahvistavan toimijuutta. Tarkastelussa keskitytään kokemuksen tasoon, koska käytetty haastatteluai-neisto ei kerro paljoakaan muutoksista osallistujien toiminnassa pidemmällä aikavälillä.

Pienet onnistumistarinat

Tutkimuksen menetelmäksi on valittu pienten onnistumistarinoiden narratiivinen tarkastelu, koska tarinoiden avulla voi tutkia osallisuuden edistämistä sivuuttamatta sen kompleksisuutta. Ihmiset kokevat tapahtumat eri tavoin, ja tarinoissa kuvataan nimenomaan tapahtumien ”elettyä kokemusta”.

Tarina on tapahtumankulun tulkinta, jossa on ajallisesti etenevä rakenne eli juoni: alku, keski-kohta ja loppu. Juoni yhdistää yksittäiset tapahtumat toisiinsa yhdeksi ymmärrettäväksi kokonaisuudeksi, jossa tapahtumat asettuvat loogisiin suhteisiin toisiinsa nähden. (Hyvärinen 2010, 93–94; Abma 1999, 12–15.) Irrallisten tapahtumien jäsentymisen kokonaisuuksiksi tukee koherenssin tunnetta. Tarinat toimivat kognitiivisina voimavaroina, joiden avulla ympäristö voidaan nähdä ymmärrettävänä ja ennustettavana (Preez 2013, 108). Siksi osallisuuden kokemisen voidaan sanoa edellyttävänkin jonkinlaista tarinaa. Tarinoita kertomalla kokemus tehdään ymmärrettäväksi paitsi muille myös itselle.

Tarinankerronta on toimintaa itsessään, todellisuuden järjestämistä kokonaisuudeksi. Vaikka tarinat eivät aina kuvaakaan todellisuutta objektiivisesti, kerrotun voi nähdä vaikutuksiltaan totena kertojan kulttuurisessa kontekstissa. Totena pidetyllä asialla on todellisia vaikutuksia. (Gold & Hamblett 1999, 133; Widdershoven & Sohl 1999, 120.)

Tarinoilla tuotetaan myös käsitystä itsestä, ryhmistä ja yhteisöistä. Siten ne mahdollistavat sosiaalisiin kokonaisuuksiin kuulumista. (Vierula 2014; Bamberg & Georgakopoulou 2008). Tarinat jäsentävät omaa asemaa ja toimintamahdollisuuksia sekä rakentavat yhteenkuuluvuuden edellyttämiä yhteisiä merkityksiä. Lisäksi tarinoilla on sosiopoliittinen tehtävä: lähiyhteisö vaikuttaa siihen, kuinka asiat muistetaan tai millaisia tarinoita on hyväksyttävää kertoa. Tarinoilla jäsennetään sitä, kuinka tulisi toimia ja suhtautua toisiin ja millaisia sosiaaliset roolit ovat. (Abma 1999, 10–11; Vierula 2014.)

Arvioinnissa tarinoiden avulla on mahdollista ymmärtää sellaisia interventioiden tuloksia, jotka ovat vaikeita mitata tai muuten todentaa. Tarkastelemalla loogiseen järjestykseen asettuvia tapahtumien ketjuja tarinoilla voidaan kuvata erilaisia mekanismeja, jotka edistävät tai estävät tavoiteltujen tulosten aikaansaamista siten kuin toimijat ovat ne itse kokeneet. (Wessel 2018.)

Tämän tutkimuksen menetelmäksi on valittu Alexandra Georgakopouloun (2015) pienten kertomusten lähestymistapa. Pienillä tarinoilla kuvataan tavanomaisia ja arkipäiväisiä kokemuksia sekä käynnissä olevia tai tulevia tapahtumia. Pienten tarinoiden juoni ei välttämättä etene suoraviivaisella jatkumolla, vaan ne ovat usein ei- tai multilineaarisia. Niissä voi olla myös katkoksia ja hiljaisuuksia, jotka ovat yhtälailla merkitseviä kuin äänen lausutut asiat. (Georgakopoulou 2015, 260; Bamberg & Georgakopoulou 2008, 381–393.) Pienten kertomusten avulla lyhyet yksittäisiä tapahtumia kuvaavat haastattelukatkkelmat voidaan ymmärtää relevantiksi narratiivisen tutkimuksen aineistoksi (Virolainen 2018).

Artikkelissa tutkitaan osallisuuden kokemista haastatteluaineistossa kerrottujen pienten onnistumistarinoiden avulla. Pieni onnistumistarina on haastattelukatkkelma, jossa osallistuja kuvaa yksittäistä toimijuuttaan vahvistanutta kokemusta. Katkelmia luetaan Yhteisten keittiöiden onnistumistarinoina (ks. Lavinghouze ym. 2007), jotka kertovat, miten ja miksi keittiöt ovat osallistujan toimijuutta tarkalleen ottaen onnistuneet vahvistamaan. Tarinat ovat pieniä, usein vaillinaisesti kerrottuja ja juoneltaan epälineaarisia kuvauksia arkisista kokemuksista. Niitä ei haastatteluissa useinkaan esitetä käännekohtina kertojien elämänculussa, mikä ei ole osallisuuden edistämiseksi välttämätöntä. Arkipäiväisemmätkin kokemukset voivat vahvistaa esimerkiksi koherenssin tunnetta (Antonovsky 1996). Pienten onnistumistarinoiden avulla tarkastellaan myös, kuinka tarinat vaikuttavat ja vahvistavat osallisuuden kokemusta – eli narratologiassa keskeisiä kertomusten rakenteen ja intension kysymyksiä (Freeman 2015, 23).

Aineiston kerääminen ja tulkinta

Aineistona tutkimuksessa käytetään puolistrukturoituja teemahaastatteluja, joissa kerrotaan tarinoita osallistumisesta Yhteisten keittiöiden toimintaan. Aineistoksi kerättiin kymmenen haastattelua kahdessa eri tavoin toteutetussa Yhteisessä keittiössä: viisi ruoka-avun jakamisen ympärille rakentuvassa ruoka-apukeittiössä ja viisi alueen yhteisenä kohtauspaikkana toimivassa korttelikeittiössä (ks. Mäntylä ym. 2019, 16). Ruoka-apukeittiö sijaitsi maaseututaajamassa Etelä-Suomessa ja korttelikeittiö kaupunkiympäristössä Länsi-Suomessa. Molemmat toimivat kaikille avoimina koh-

taamispaikkoina ja tarjosivat yhteisruokailuja sekä harrastustoimintaa.

Haastateltaviksi valittiin ainoastaan toiminnan positiivisesti kokeneita osallistujia, jotka ovat osallistuneet toimintaan säännöllisesti. Tavoitteena oli myös saada mukaan eri-ikäisiä ja eri asemissa toimivia osallistujia, jotka todennäköisesti tarkastelevat toimintaa erilaisista näkökulmista. Nämä valinnat lisäsivät todennäköisyyttä sille, että haastatteluissa tulisi esiin rikkaita onnistumistarinoita.

Haastateltavat valittiin Yhteisten keittiöiden työntekijöiden suositusten perusteella. Valittujen keittiöiden erilaiset toimintatavat rajoittivat sitä, millaisia osallistujia oli mahdollista haastatella. Ruoka-apukeittiössä kaikki viisi haastateltavaa olivat vapaaehtoistoimijoita, ja korttelikeittiössä haastateltiin kolmea työllistämistoimenpiteessä olevaa ja kahta vakioasiakasta. Kuusi haastatelluista oli naisia. Seitsemän heistä oli eläkeläisiä ja kolme työikäisiä. Haastattelut kestivät 25–45 minuuttia. Ne nauhoitettiin, litteroitiin ja anonyymisoitiin.

Haastatteluemat käsittelivät haastateltavan taustaa, mukaantuloa, kokemuksia osallistumisesta, koettuja hyötyjä sekä joitakin aiemmassa arvioinnissa tehtyjä havaintoja (ks. Mäntylä ym. 2019). Haastattelijat eivät määritelleet osallisuutta mitenkään, vaan haastateltuja pyydettiin vain kertomaan kokemuksistaan Yhteisessä keittiössä. Haastattelijat osallistuivat tarinoiden kertomiseen esittämällä kysymyksiä muun muassa vaikutusmahdollisuuksista ja koetuista vaikutuksista hyvinvointiin sekä pyytämällä tarkentavia esimerkkejä. Tarinoiden kertominen haastatteluissa on yhteistoiminnallinen prosessi (Preez 2013), ja kysymykset toimivat ”koepalloina”, joihin haastateltavat joskus vastasivat kertomuksella. Haastatteluissa esitetyt tarinat ovat tyypillisiä pieniä kertomuksia. Pienimmillään ne ovat vain lauseen tai parin mittaisia kuvauksia, joissa on katkoksia ja jotka nivoutuvat kertojansa henkilöhistoriaan.

Aineistoa tulkittiin aluksi aineistolähtöisesti. Tässä vaiheessa haastattelulitteraatioista tulkittiin katkelmat, joissa on kerrottu onnistumistarina eli jonkinlaisen ajallisen rakenteen sisältävä kuvaus positiivisen muutoksen kokemisesta. Onnistumistarinoiksi tulkittiin vain menneisyydessä tapahtuneet ja haastatellun omaa kokemusta kuvaavat katkelmat.

Tämän jälkeen siirryttiin teorialähtöisempään tulkintaan. Onnistumistarinoista tunnistettiin osallisuudesta kertovat tarinat eli ne, jotka kuva-

sivat haastateltavan toimijuutta vahvistavia kokemuksia. Ne olivat kertomuksia havaituista muutoksista omassa toiminnassa tai kuvauksia tilanteista, joissa muutos on ilmennyt. Tarinoissa oli opittu jotain uutta, voitu vaikuttaa, saatu positiivista palautetta, koettu hyödyllisyyttä tai oltu positiivisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa.

Yksilön toimijuutta selittävien merkityksellisuuden, pystyvyyden ja yhteisöllisyyden käsitteiden avulla tulkittiin, millä tavoin tarinoissa kuvatut kokemukset kertojansa toimijuutta vahvistavat. Tarinat luokiteltiin kolmeen tyyppiin: yhteenkuuluvuus-, merkityksellisyys- ja pystyvyydentarinoihin. Toisin sanoen käsitteiden avulla päästiin erittelemään vaikeasti todennettavia osallisuuden kokemuksia ja siten ymmärtämään, missä Yhteiset keittiöt tarkalleen ottaen ovat onnistuneet haastateltujen tapauksissa. Tarinatyyppien nimeäminen noudattaa tätä tulkintaa. Pienten kertomusten lähentymistavan mukaisesti (ks. Georgakopoulou 2015) tulkinnassa kiinnitettiin huomiota myös kerronnan tyyliin, kertojien oman aseman rakentamiseen sekä tilanteisiin, joissa kokemukset ovat syntyneet. Onnistumistarinoiden määrä, tarinatyyppien sisältö ja jakautuminen haastatteluihin on esitetty taulukossa 1.

Osallisuus tarinoissa

Haastatteluaineiston onnistumistarinoissa kuvattiin kokemuksia henkilökohtaisen toimijuuden vahvistumisesta. Seuraavassa esitetään, kuinka yhteenkuuluvuutta, merkityksellisyttä ja pystyvyyttä kuvaavien pienten onnistumistarinoiden on tulkittu vahvistavan kertojansa toimijuutta.

Taulukko 1. pienet onnistumistarinat haastatteluissa

Tarinatyyppit	Sisältö	Määrä	Haastattelut keittiötyypeittäin
Yhteenkuuluvuus	Kokemukset yhteisöihin kuulumisesta ja kuulumisen valmiuksien lisääntymisestä	10	4 korttelikeittiön ja 1 ruoka-apukeittiön haastattelu
Merkityksellisyys	Toiminnan arvoa perustelevat kokemukset hyödyllisyydestä ja muiden tunnustuksesta tai luottamuksesta	12	2 korttelikeittiön ja 4 ruoka-apukeittiön haastattelu
Pystyvyys	Kokemukset pystyvyyden tunteen lisääntymisestä uusien taitojen tai itseluottamuksen myötä	9	3 korttelikeittiön ja 3 ruoka-apukeittiön haastattelu
Yhteensä		31	4 korttelikeittiön ja 5 ruoka-apukeittiön haastattelu

Yhteenkuuluvuustarinat

Yhteenkuuluvuuden kokemus on yksi omaehtoisuuden edellytyksistä (Deci & Ryan 2000). Yhteenkuuluvuustarinoissa kuvattiin muutoksia yhteisöihin kuulumisesta tai kuulumisen valmiuksien lisääntymisessä. Kuvattuja valmiuksia olivat muiden parempi ymmärtäminen, erilaisuuden hyväksyminen ja uskallus olla tekemisissä muiden kanssa. Lähes kaikkien yhteenkuuluvuustarinoiden lähtökohtana olivat ujoudesta tai peloista johtuvat vaikeudet sosiaalisessa kanssakäymisessä. Tarinat kuvasivatkin kokemuksia, joissa kanssakäyminen oli helpottunut. Kokemukset nähtiin voimavaroina, jotka mahdollistivat tasa-vertaista yhdessäoloa ja siten kuulumista ryhmiin tai yhteisöihin.

Kuvaavan yhteenkuuluvuustarinan kertoi esimerkiksi korttelikeittiön työllistetty:

V: (...) kun (...) täällä tulee ovesta sisään niin huomaa sellasen ilosen ilmapiirin. Et on helppo lähteä mukaan tähän koko hommaan. No tietysti se oli aluksi oli vaikeeta varsinkin täällä, mutta äkkiä siihen sitte pääsi mukaan. K: Mikä sulla oli siinä vaikeeta?

V: No ehkä enimmäkseen se, että täällä oli niin paljon erilaisia ihmisiä. Että miten otetaan kaikki huomioon ja miten hyväksytään, et jos jollain on joku oma tapa ja mulla tosi erilainen, ni se oli tosi vaikeeta. Mut siihenki nyt on oppinu tosi paljon vuoden aikana. (...)

V: (...) Että ennen ei pystyny ees menee tuntemattomalle ihmiselle jotaki kysymään tai puhumaan, (...) olin niin ujo ja näin. Niin sitte täällä ku oli oikeesti kokoajan ihmisten ympäröimänä, niin sitte tuli, että ei se ookaan niin kauheeta. (Haastattelu 6.)

Kertomuksessa haastateltu kuvaa sitä, kuinka osallistuminen Yhteisen keittiön toimintaan on mahdollistanut sosiaalista kanssakäymistä, jota ujous on aikaisemmin haitannut. Osallistuminen on pakottanut toimimaan erilaisten ihmisten

kanssa ja hyväksymään erilaisuutta. Näin uskal-
lus toimia sosiaalisissa tilanteissa on lisääntynyt.
Muutos kiteytyy huomioon, ettei kanssakäyminen
muiden kanssa ”ookkaan niin kauheeta”. Ensisijai-
sesti osallistuminen on muuttanut kertojan suh-
detta omiin tapoihin toimia ja suhtautua muihin.

Keskeistä koetussa muutoksessa on vuorovaikutus
erilaisten ihmisten kesken. Muutoksen aikaan-
saanutta vuorovaikutusta kuvattiin tarinassa kah-
della maininnalla: paikan iloisella ilmapiirillä, josta
helpottaa mukaantuloa, ja osallistujien suurel-
la määrällä ja moninaisuudella.

Toinen korttelikeittiön työllistetty käytti humo-
ristista tyyliä yhteenkuuluvuustarinan kerto-
misessa:

V: (...) alkuun mua piti vähän tönäillä sillä lailla, kun mun
mielestä oli jotenkin niin kauhea alkuun, kun asiak-
kaita oli valtavasti. Että kun mä leipomaskin olin, mä
vaan toin pullaa tuohon kahvilatiskille ja sitte mä, että
kauhea, äkkiä pois. Sitte tosiaan työvalmentaja [Ursu-
la], niin sit se [sanoi] mulle, että ”kuule kun niitä [asi-
akkaita] vois kattoo ihan silmiinkin ja puhuaakin niille”.
Nykyään mä höpötän sitte niin jotta. [Naurua] Niistä
on tullu tosi ihania niistä asiakkaista. (Haastattelu 7.)

Tarinassa kertoja kuvailee sosiaalisen kanssa-
käymisen vaikeutta esimerkillä tavallisen asiakas-
palvelutilanteen pelottavuudesta. Ratkaiseva juo-
nenkäänne tarinassa on työvalmentajan ystävälli-
nen huomio, joka tekee tilanteen hullunkurisuu-
den näkyväksi kertojalle itselleen. Lopuksi kerto-
jan suhde asiakkaisiin kääntyy pääläelleen.

Koetun muutoksen merkitystä korostaa tarinan
tyyli, jossa kertoja kuvailee aikaisempaa toiminta-
taansa ikään kuin ulkopuolisena. Vaikka tarinan
itseironisella tyylillä muutoksen kerrotaankin ta-
pahtuneen asiakkaissa, se on tosiasiaa tapahtu-
nut kertojan omissa toimintatavoissa ja suhteessa
itseensä. Muualla haastattelussaan hän kertoi
huomanneensa olevansa luonteeltaan ulospäin
suuntautunut, mitä ei ollut itse aikaisemmin edes
ymmärtänyt.

Toimijuuden muutosta tarinassa voi tarkastel-
la myös suhteessa haastatellun henkilöhistoriaan.
Haastateltu kertoi tulleen toimintaan kärsittyään
masennuksesta ja oltuaan sen vuoksi työttömänä.
Kokemuksiaan osallistumisesta hän peilasi läheis-
tensä ylenkatseesta kumpuavaan arvottomuuden
tunteeseen. Yhteenkuuluvuustarinoissaan hän
kertoi kokemuksistaan tasavertaisesta yhdessäolo-
sta, kuten työvalmentajien välittämisestä sekä ren-
nosta arkipäiväisestä vuorovaikutuksesta asiakkai-
den kanssa. Hän kertoi esimerkiksi suhteestaan

asiakkaaseen, jota hän halaa joka päivä, vitsailusta
miesporukan kanssa ja onnistumisestaan ylijäämä-
leivonnaisten myymisessä. Kokemuksista rakentui
lopulta varsin positiivinen minäkuva, aikaansaava
”myyntitykki” ja aikomus suuntautua jatkossa
asiakaspalvelutyöhön. (Haastattelu 7.)

Korttelikeittiön työllistettyjen lisäksi myös yksi
ruoka-apukeittiön vapaaehtoinen kertoi tarinan
yhteenkuuluvuuden mahdollistumisesta (Haastat-
telu 5). Hänkin näki sosiaalisen kanssakäymisen
haasteellisenä ja kertoi sitä tukevien valmiuksien
syntyvän vuorovaikutustilanteissa vapaaehtoistoimijoiden
kesken. Yhteistoiminta edellyttää ymmärrystä siitä,
että itselle vaikeat asiat eivät välttämättä häiritse
 muita. Lisäksi tarvitaan kykyä ”ajattella, mitä tekee
 ja mitä sanoo”, ja miten se vaikuttaa toisiin. Lopputulok-
sena olivat itsestä löytyneet voimavarat ja kertojalle
 itselleenkin yllättävä mahdollisuus olla mukana vapaa-
ehtoistoiminnassa, jonka hän määritteli ”ihmissuhdehommaksi”.

Yhteenkuuluvuuden valmiuksien rakentumista
kuvaavien tarinoiden opetus on se, että osallisuuden
edistäminen yhteisillä tiloilla ei merkitse vain
sosiaalisten kontaktien lisäämistä, vaan se edellyttää
välitöntä vuorovaikutusta. Erityisesti arkipäiväiset
kohtaamiset erilaisten ihmisten kanssa tuottivat
tarinoissa kokemusta tasaveroisesta kuulumisesta
joukkoon. Lisäksi osallistujien suuri määrä, tilassa
vallitseva ystävällinen ilmapiiri, välittäminen ja
hyväksyntä kuvasivat yhteenkuuluvuutta edistäviä
kokemuksia. Toisin sanoen tarinoissa kuvailtiin
lämmihenkiä ja turvallista sosiaalista ympäristöä,
jollaisten on aikaisemmissa tutkimuksissakin havaittu
edistävän motivoitumista (Deci & Ryan 2000, 235).
Kaikki kertojat kokivat myös yhteyden muihin vaikeaksi.

Aineistossa esitettiin lisäksi kaksi yhteenkuuluvuustarinaa,
joissa kuvattiin muutosta yhteisössä: päivittäisen
oleskelupaikan vaihtumista paikallisesta kapakasta
Yhteiseksi keittiöksi ja huomionta päätyemisestä
usein sosiaalisten tilanteiden keskipisteeksi. Nämä
tarinat esitti korttelikeittiön asiakkaana haastateltu
osallistuja (Haastattelu 8). Hän ei puheessaan
kertonut käyttävänsä korttelikeittiön yhteistä
kohtaamistilaa seurusteluun muiden kanssa, vaan
vietti siellä aikaa omissa oloissaan ristikoita
ratkoen. Sosiaaliset kontaktit hän näki
ennemminkin häiriötekijöinä. Keskusteluille hän
ei nähnyt juuri tarvetta, eikä pitänyt yhteenkuuluvuutta
vaikeanakaan.

Asiakkaan yhteenkuuluvuustarinoissa osallisuuden
kokemisen edellytykseksi nousee mahdolli-

suus käyttää tilaa yksinoloon. Yksinolo julkisessa tilassa on eräs sosiaalisen vuorovaikutuksen muoto, eikä yhteys muihin välttämättä edellytä keskustelua. Nähdyksi tuleminen ja muiden kohtaaminen voivat johtaa yhteenkuuluvuuden kehittymiseen. (Mehta 2019, 24–26.) Osallisuuden on myös nähty vahvistuvan tiloissa, jotka ovat moniarvoisia (*open-minded*) eli sallivat erilaisia tapoja käyttää tilaa (Walzer 1986). Tärkeää on antaa ihmisille mahdollisuus osallistua siten kuin he itse kokevat hyväksi.

Merkityksellisyystarinat

Merkityksellisyyden tunne on keskeinen toimijuuden edellytys (Antonovsky 1987, 18). Siitä oli kyse merkityksellisyystarinoissa, joilla perusteltiin oman toiminnan arvoa. Merkityksellisyyttä voitiin rakentaa kahdella tavalla: jakamalla kokemuksia toiminnan hyödyllisyydestä tai kertomalla muilta saadusta tunnustuksesta ja luottamuksen osoituksesta. Merkityksellisyystarinat olivat usein leimallisen pieniä ja vähäpätöisiä, mutta niissä onkin kysymys itse koetusta ja tunnustetusta arvosta, ei toiminnan yleisestä arvottamisesta.

Merkityksellisyystarinoissa kuvattiin yhtäältä toiminnan laajempaa arvoa. Esimerkiksi ruoka-apukeittiössä vähävaraisille ja yksinäisille tarjottu jouluruokailu sekä köyhän asiakkaan ruoka-apua kohtaan tuntemien pelkojen hälveneminen tuotiin esiin toiminnan yleistä arvoa perustelevina kokemuksina. (Haastattelu 2.) Tällöin toiminnan arvo rakentui muiden auttamisesta, minkä on havaittu edistävän auttajankin hyvinvointia ja olevan jopa psyykkinen perustarve (Martela & Ryan 2016).

Oman toiminnan arvo voitiin toisaalta tunnistaa myös kokemuksissa hyödyllisyydestä muille osallistujille. Tällainen kokemus oli esimerkiksi ruoka-apukeittiön vapaaehtoisen kertomus myyjäisten suunnittelusta:

V: No nytkin oli tässä kun oli joulumyyjäiset, niin ne suunnitteli tämmösiä pöytiä ja mulle välähti sitten ku mä istuin siellä eteisessä happee haukkaamassa, että minäpä mittaamaan pöytäennispöydän minkä kokonen hän on. Ja mittasin ja kävin mittaamassa, että mihkä mä sitä aattelin, ja se sopi siihen. Minä esitin [diakonille] niin sano, se oli hyvä juttu. Et on semmosia asioita. Että mä ensteks funtsaan pitkään ennenku mä sen annan julki. Noh, paljon isompihan se on pingispöytä ku joku tämmönen pöytä, [joka] ahdetaan tupaten täyteen. Ne on sitten lattialla tavarat ja ne on missä millonkin. (Haastattelu 3.)

Tällä arkipäiväsellä onnistumistarinalla haastateltu kuvasi omaa asemaansa toimijana osana vapaaehtoisten porukkaa sekä toimintansa hyödyllisyyttä siinä. Kertoja oli eläkeikäinen ja tullut toimintaan mukaan ruoka-avun asiakkuuden ja köyhyyden kokemusten myötä ja toipunut vaikeasta sairaudesta. Niinpä mahdollisuus olla hyödyksi vapaaehtoistoimijana ei ollut itsestään selvä, ja kertoja puhui siitä paljon haastattelussaan. Tarina pöytäennispöydästä rakentaa oman toiminnan arvoa kuvaamalla, kuinka oivallusten ja harkinnan myötä myös heikommassa fyysisessä kunnossa olevalla voi olla annettavaa. Tarinan avulla hän pystyi itse tunnistamaan oman tekemisensä arvon, mikä on tärkeää merkityksellisyyden kokemisen kannalta. Tällaiset itselle kerrotut hyödyllisyyden kokemukset voivat olla erityisen tärkeitä miehille, kuten aikaisempi tutkimus on osoittanut (Isola ym. 2019, 160).

Lisäksi vuorovaikutus muiden kanssa ja erityisesti saatu tunnustus oli suuressa roolissa monissa aineiston kahdestatoista merkityksellisyystarinasta. Yllä siteeratussa tarinassa vuorovaikutus tuli esille mainintana toimintaa johtavan diakonin kertojan oivallukselle antamasta hyväksynnästä. Eli itselle kerrotun arvon ohella merkitys voitiin tunnistaa myös muilta saadun tunnustuksen tai luottamuksen osoitusten perusteella.

Esimerkiksi ruoka-apukeittiön vapaaehtoisen haastattelussa kerrottiin merkityksellisyydestä muilta saadun tunnustuksen kautta. Siinä toiminnan arvo kuvasivat toiminnanjohtajan luottamusta osoittavat tehtävät, ja siten syntyvä tunne ”että on luotettava ja luotetaan monenlaista tehtävää” (Haastattelu 1). Samoin arvokkaana voitiin kokea ruoka-apukeittiön vetäjältä saatu kiitos (Haastattelu 2). Merkityksellisyystarinoissa erityisesti johtavassa asemassa olevat näyttävät olevan erityisessä asemassa. Heidän pienetkin sanomisensa ovat tärkeitä merkityksellisyyden kokemisessa.

Muilta saatu tunnustus saattoi olla myös sanatonta:

V: No esim. vaikka noi [harraste]illat, mitä meil on ollu. Että silloin ku mä tulin tänne taloon, niin tääl oli semmonen periaate, et kerran kuukaudessa [oli harrasteilta] ja sitte siitä se johtaja lähti poies, niin musta tuli sitte se. Et mä rupesin pitää niitä [harraste]iltoja. Niin sit mä sain tosi paljon vaikuttaa esim. siihen, jos. Ja sitte me lisättiin, et sitä oli useamminkin sitä, että huomasi, että kaikki tykkäs siitä. Ja sen mä otin itte silleen, että se oli niinku niin tärkeä. (Haastattelu 6.)

Tämän pienen onnistumistarinan kertoi korttelikeittiön työllistetty pyydettyä esimerkkiä mahdollisuudesta vaikuttaa. Tarinassa vastuu harasteiltojen vetäjänä on kokemus, jossa oma toiminta on voitu nähdä arvokkaana. Toiminnan arvoa rakentavat johtajan sijaisena työskenteleminen ja mahdollisuus vaikuttaa iltojen määrään. Kuitenkin erityisen merkitykselliseksi kerrotaan havainto muiden osallistujien positiivisesta reaktiosta. Se osoitus kuulluksi ja tunnustetuksi tulemisesta, jonka perusteella kertoja pystyi kertomaan arkipäiväisen tehtävän itselleen arvokkaaksi kokemukseksi.

Kaikkiaan merkityksellisyyttä tuotettiin kokemuksilla toiminnan hyödyllisyydestä, yhteiskunnallisesta arvosta tai muilta saadusta tunnustuksesta. Nämä kokemukset olivat tarinoissa voimavaroja, joiden avulla toiminnan arvo voitiin itse tunnistaa.

Pystyvyystarinat

Myös pystyvyyden tunteminen on tärkeää toimijuuden kannalta (Bandura 1978). Pystyvyystarinoissa kuvattiinkin kokemuksia lisääntyneestä uskosta omaan kyvykkyyteen, kuten uuden oppimisesta ja itseluottamuksen kasvusta Yhteisten keittiöiden toimintaan osallistuttaessa.

Pystyvyys voi lisääntyä kokemuksissa uusien taitojen oppimisesta, mikä tuli esiin ruoka-apukeittiön vapaaehtoisen tarinassa:

V: (...) Jos on vaikka (...) kahvipaketteja ja siinä on se hopeapuoli. Kerran näin tuolla [Kaupungissa] niitä myynnissä, että joku oli tehnyt niistä ihan joutsenia, taitellu. Semmonen, et se oli ihan oikee, oli siivet ja kaula ja nokka ja kaikki. Mä aattelin itekseni, että mä en ikimainmassa pysty tommosta tekeen. Mutta sitten siellä [Yhteisessä keittiössä] yks ihminen sano, et hän soittaa semmoselle ihmiselle, että ruvetaan vaikka tekeen niitä. Mä aattelin, et ei vitsi. Sit mulla kumminkin kytee, et vitsi, jos mä sittenkin oppisin tekeen. Voi me myytiin niitä torillakin, kuule. Kun [Kunta] täytti 150 vuotta, me myytiin niitä, ja myyjäisissä tehty monenlaista. Tää nyt oli yks esimerkki (...) (Haastattelu 2.)

Tässä tarinassa kertoja kuvaa pystyvyyden tunteen lisääntymistä pyydettyä esimerkkiä opituisista taidoista. Tarina ei kuvaa vain taitoja, vaan onnistuminen käsitöiden tekemisessä on pystyvyyskokemus, jossa omien kykyjen epäily muuttuu ylpeydeksi osaamisesta. Merkittäväksi määritellään kyky muuttaa arvottomia materiaaleja myyjäisissä myytäväksi tuotteiksi Yhteisen keittiön toiminnan rahoittamiseksi. Tarina kuvaa myös sitä, kuinka näennäisen arkisetkin kokemukset ovat mahdollisuus kertoa tarinaa pystyvyydestä. Riittää että

kokemuksen onnistuu perustelemaan arvokkaaksi itselleen.

Keskeinen juonenkäänte tarinassa on muiden osoittama usko pystyvyyteen ja ulkopuolinen apu. Muiden tuki ja vuorovaikutus turvalliseksi koetussa yhteisössä auttaa voittamaan omaa kyvykkyyttä koskevat epäilykset. Haastattelulle oppimisen keskeinen edellytys olikin asioiden tekeminen ”porukalla”, toinen toisiaan opettaen.

Lisäksi kolmessa aineiston yhdeksästä pystyvyystarinasta koetut muutokset sanoitettiin itseluottamuksen lisääntymiseksi. Tällaisia tarinoita esitti korttelikeittiön työllistetty, joka kertoi nykyään kykenevänsä itse hoitamaan omat asiansa. Esimerkkinä lisääntyneestä itseluottamuksesta toimi itse haastattelutilanne, johon osallistuminen olisi aikaisemmin ollut liian pelottavaa. (Haastattelu 10.) Haastattelun tarinoissa itseluottamuksen kasvua peilattiin aikaisempaan riippuvuuteen aviomiehestä, mutta muutosta ei kytketty mihinkään yksittäiseen Yhteisessä keittiössä koettuun tapahtumaan. Muutos liittyi Yhteiseen keittiöön osallistumisen ohella erilaisiin elämäkokemuksiin. Pystyvydeksi voinee tulkita myös jaksamisen lisääntymisen, mistä haastateltu kertoi yhden tarinan.

Pystyvyystarinoissa kuvattiin kokemuksia, joissa voitiin toimia epäilyistä tai peloista huolimatta. Albert Banduran (1978, 141–142) mukaan pystyvyyden tunteminen ei ole pysyvä tila, vaan rohkaisevat kokemukset vahvistavat pystyvyyttä. Tarinoilla perusteltiin uskoa omiin toimintamahdollisuuksiin. Korttelikeittiön työllistetty kiteytti kokemuksensa sanoihin: ”nyt on tullut se itsevarmuus, että kyllä mä pystyn tähän, jos mä oikeesti haluan tehdä jotakin” (Haastattelu 6).

Johtopäätökset

Puhe osallisuudesta on usein epämääräistä (Rai-vio & Karjalainen 2013), ja tämän tutkimuksen tulokset valottavat, mistä yksilötason osallisuuden edistämisessä on kysymys. Tutkimustulokset tukevat toiminnan kehittämistä ja auttavat ymmärtämään, kuinka osallisuuden edistämistä voi arvioida laadullisesti, miten avoimet tilat voivat osallisuutta edistää ja mitä niiden suunnittelussa tulisi huomioida.

Haastateltujen kertomat pienet onnistumistarinat osoittavat, että osallisuuden kokemusten edistymistä on mahdollista arvioida suhteellisen ly-

hyillä teemahaastatteluilta ja narratiivisella tarkastelutavalla. Tarinoissa kuvattut kokemukset ovat Yhteisten keittiöiden onnistumisia sikäli, että ne ovat ensikäden selontekoja osallistumisesta niiden toimintaan ja kuvaavat niiden tavoittelemia muutoksia osallisuuden kokemisessa. Osallistujien erilaiset kyvyt tarinankertojina vaikuttavat kuitenkin epäilemättä tuloksiin. Siksi arvioinnissa on keski-tyttävä arkisiin ja vaillinaisesti kerrottuihin pieniin tarinoihin. Useimmat haastateltavat pystyivät tunnistamaan ja jakamaan osallisuuden kokemuksiinsa pienillä tarinoilla.

Puolistrukturoidussa haastattelussa voidaan kuvata kokemuksia melko vapaasti. Siksi onnistumistarinat kuvaavat, millaista osallisuutta avoimet tilat vahvistavat ja miten. Yhteisten keittiöiden osallistujat kertoivat tarinoita omaa toimijuutta vahvistavista kokemuksistaan, mikä kertoo toiminnan kohdentumisesta yksilön toimijuuteen. Kertojansa kannalta pienet onnistumistarinat voidaankin nähdä kognitiivisina voimavaroina (Preez 2013), joiden avulla hän voi ymmärtää ympäristönsä koherentimmaksi ja rakentaa uskoa mahdollisuuksiinsa toimia. Erityyppiset tarinat vahvistavat toimijuutta hieman eri tavoin:

Yhteenkuuluvuustarinat kertoivat sosiaalisen kanssakäymisen haasteiden voittamisesta ja muuttuneesta suhteesta itseen ja omiin voimavaroihin. Tarinoissa yhteistoiminta määrittäi vaikeaksi, ja niissä kuvattiinkin onnistumisia, jotka rakensivat tasavertaista asemaa arkipäiväisessä kanssakäymisessä. Tasavertaisemman aseman saavuttamisen myötä esimerkiksi työ asiakaspalvelutehtävissä voitiin nähdä mahdollisena.

Merkityksellisyystarinoilla perusteltiin oman toiminnan arvoa. Tarinoissa kuvattujen kokemusten perusteella oma toiminta voitiin tunnistaa tärkeäksi ja mielekkääksi ja siten perustella itselle osallistumista vapaaehtoistoimintaan.

Pystyvyystarinoilla rakennettiin uskoa mahdollisuuden saada positiivisia muutoksia aikaan omalla toiminnalla. Kuvatessaan kokemuksia lisääntyneistä taidoista tai itseluottamuksesta ne tuottivat hallinnan tunnetta ja pystyvämpää käsitystä itsestä, mikä mahdollistaa toimintaa vaikeuksia kohdattaessa.

Lisäksi tutkimustulokset kertovat, että osallisuus vahvistuu arkisten kokemusten kautta. Avointen tilojen suunnittelussa on kiinnitettävä huomiota vuorovaikutuksen laatuun, joka näytettiin tarinoissa osallisuutta lisäävänä mekanismina. Keskeistä ei näytä olevan pelkästään sosiaalisten kontaktien määrä, vaan eritaustaisten, eri asemassa olevien ja eri tavoin toimivien ihmisten kohtaaminen. Kohtaamispaikkoja ei tule siksi rajata erityisille kohderyhmille, vaan niiden tulee olla moniarvoisia ja sallia erilaisia tilankäyttötapoja, kuten Michael Walzer (1986) on esittänyt. Lisäksi iloinen ja välittävä ilmapiiri ja erityisesti johtavassa asemassa olevien osoittama tunnustus näytävät edistävän osallisuutta.

Tärkeää on myös vuorovaikutuksen autenttisuus ja välittömyys. Kohtaamisten tulisi olla luonteva osa arkipäiväistä elämää, vaikkapa asiakaspalvelutilanteita kaikille avoimessa lounaskahvilassa (myös Mäntyneva & Hiilamo 2018). Juuri arkipäiväisissä tilanteissa voitiin kokea tasavertaista kuulumista ja yhdessäoloa. Tosin suotuisaa vuorovaikutusta syntyy tilaan osallistujien spontaaneissa kohtaamisissa, joita voi olla hankalaa ennakolta suunnitella.

Tarinoiden käytöllä arvioinnissa on kuitenkin myös rajoituksensa. Haastatteluissa kerrotut onnistumistarinat kuvaavat vain osallisuutta vahvistavia kokemuksia, joten vastakkaiset muutokset jäävät tarinoissa huomiotta. Siksi onnistumistarinoilla ei voi valottaa epäonnistumisia tai ymmärtää osallisuutta heikentäviä mekanismeja. Onnistumistarinat eivät myöskään kerro paljoakaan koettujen muutosten määrästä, yleisyydestä tai pysyvyydestä pidemmällä aikavälillä. Avointen tilojen yhteiskunnalle tuottaman kokonaisuhyödyn arvioimiseen tulisikin käyttää seurantatutkimusasetelmaa ja narratiivisen tarkastelutavan ohella myös osallisuuden kokemusten määrää mittaavaa työkalua kuten osallisuusindikaattoria (ks. Leemann ym. 2018). Vaikutusmekanismeja valottavat onnistumistarinat olisivatkin hyödyllisimmillään laadullisia ja määrällisiä menetelmiä yhdistelevän arviointitutkimuksen osana.

Saapunut 20.1.2020
Hyväksytty 5.10.2020

KIRJALLISUUS

- Abma, Tineke (1999) Introduction. *Advances in Program Evaluation* vol. 6, 1–27.
- Alasentie, Jaana (2018) Yhteinen keittiö – Päämäärä: edistetään hyvää elämää. Julkaisematon esite. (luettu 30.08.2018)
- Alasentie, Jaana (2019) Tavoitteet ja niiden toteutumisen. Teoksessa Alasentie, Jaana (toim.) Yhteinen keittiö. Osallisuutta ja yhdessä tekemistä, Helsinki: Suomen ev.lut. kirkko, 17–19.
- Antonovsky, Aaron (1987) *Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, Aaron (1996) The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International* 1 (1), 11–18.
- Bamberg, Michael & Georgakopoulou, Alexandra (2008) Small stories as a new perspective in narrative and identity analysis. *Text and Talk* 28 (3), 377–396.
- Bandura, Albert (1978) Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Advances in Behaviour Research and Therapy* 1, 139–161.
- Deci, Edward & Ryan, Richard (2000) The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry* 11 (4), 227–268.
- Freeman, Mark (2015) Narrative as a mode of understanding. In Fina, Anna & Georgakopoulou, Alexandra (eds.) *The Handbook of Narrative Analysis*. Chichester: John Wiley & Sons, 21–37.
- Georgakopoulou, Alexandra (2015) Small Stories Research. *Methods – Analysis – Outreach*. In Fina, Anna de & Georgakopoulou, Alexandra (eds.) *The Handbook of Narrative Analysis*. Chichester: John Wiley & Sons, 255–271.
- Gold, Jeff & Hamblett, Jeff (1999) Emotions, Values, and Rhetorical Performance. A Detailed Description of a Conflict within a Human Resource Management Team. *Advances in Program Evaluation* 6, 131–150
- Hyvärinen, Matti (2010) Haastattelukertomuksen analyysi. Teoksessa Ruusuvoori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (toim.) *Haastattelun analyysi*. Tampere: Vastapaino, 90–118.
- Isola, Anna-Maria & Kaartinen, Heidi & Leemann, Lars & Lääperi, Raija & Schneider, Taina & Valtari, Salla & Keto-Tokoi, Anna (2017) Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehyistä rakentamassa. Työpäpaperi 33/2017. Helsinki: THL.
- Isola, Anna-Maria & Siukola, Reetta & Kukkonen, Minna (2019) Gendered Experiences of Poverty and Recognition in the Finnish Welfare State. *Nordic Journal of Feminist and Gender Research* 27 (3), 152–165.
- Lahtinen, Jenni & Pekkarinen, Elina (2020) Yhteensointuvia ja epäviireisiä kohtaamisia lastensuojelussa. Tutkimus osallisuudesta ja lastenkotien retkistä. *Yhteiskuntapolitiikka* 85 (2), 157–167.
- Lavinghouze, Rene & Webb Price, Ann & Smith, Kisha-Ann (2007) The Program Success Story: A Valuable Tool for Program Evaluation. *Health Promotion Practice* 8 (4), 323–331.
- Leemann, Lars & Isola, Anna-Maria & Kukkonen, Minna & Puromäki, Henna & Valtari, Salla & Keto-Tokoi, Anna (2018) Työelämän ulkopuolella olevien osallisuus ja hyvinvointi. Työpäpaperi 17/2018. Helsinki: THL.
- Lundström, Niklas (2015) Aluekehittämisen pirullinen peli. *Acta wasaensia*, 326. Vaasa: Vaasan yliopisto.
- Martela, Frank & Richard, Ryan (2016) The Benefits of Benevolence: Basic Psychological Needs, Beneficence, and the Enhancement of Well-Being. *Journal of Personality* 84 (6), 750–764.
- Mehta, Vilkas (2019) Streets and social life in cities: a taxonomy of sociability. *Urban Design International* 24 (1), 16–37.
- Merikukka, Marko & Ristikari, Tiina & Kiilakoski, Tomi (2019) Suojaako yläkouluikäisten nuorten osallisuuden kokemus koulussa lyhyeltä koulutuspolulta? *Yhteiskuntapolitiikka* 84 (4), 403–415.
- Mäntylä, Erika (2019) Osallisuuden tarinoita. Teoksessa Alasentie, Jaana (toim.) Yhteinen keittiö. Osallisuutta ja yhdessä tekemistä. Helsinki: Suomen ev. lut. kirkko, 95–96.
- Mäntylä, Erika & Nousiainen, Marko & Isola, Anna-Maria (2019) Keittiöt ilman rajoja. Yhteinen keittiö -hankkeen osallisuusvaikutusten arviointi. Työpäpaperi 10/2019. Helsinki: THL.
- Mäntyneva, Päivi & Hiilamo, Heikki (2018) Osallisuuden ja osattomuuden dynamiikka työtoiminnassa. Etnografinen tutkimus kolmella työtoiminnan kentällä. *Yhteiskuntapolitiikka* 83 (1), 18–28.
- Pietilä, Ilkka & Varsaluoma, Jari & Väänänen, Kaisa (2019) Understanding the Digital and Non-digital Participation by the Gaming Youth. In Lamas, David & Loizides, Fernando & Nacke, Lennart & Petrie, Helen & Winckler, Marco & Zaphiris, Panayiotis (eds.) *Human-Computer Interaction – INTERACT 2019 - 17th IFIP TC 13 International Conference, Proceedings. Lecture Notes in Computer Science* 11747. Paphos: Springer, 453–471.
- Preez, Jan du (2013) Student self-efficacy narratives: A collaborative co-constructive method. *Australian Journal of Psychology* 65, 107–114.
- Raivio, Helka & Karjalainen, Jarno (2013) Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat! Osallisuuden rakentuminen 2010-luvun tavoite- ja toimintaohjelmissa. Teoksessa Era, Taina (toim.) *Osallisuus – oikeutta vai pakkoa?* Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 12–34.
- Sen, Amartya (1999) *Development as Freedom*. New York: Anchor Books.
- Seppälä, Tuija & Grönlund, Henrietta & Kempainen, Teemu (2020) Matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen sijainti ja saatavuus Helsingin kaupungin osissa. *Janus* 28 (2), 115–132.
- THL, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (2020) THL:n kartoitus: Osallisuuden edistäminen kuntien osallisuusohjelmissa. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/thl-n-kartoitus-osallisuuden-edistaminen-kuntien-osallisuusohjelmissa> (luettu 3.8.2020)

- Valtioneuvosto (2019) Osallistava ja osaava Suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta. Pääministeri Sanna Marinin hallituksen ohjelma 10.12.2019. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi> (luettu 3.8.2020)
- Vierula, Tarja (2014) Lastensuojelun asiakkuus ja asiakirjat vanhempien kokemuksina. *Janus* 22 (4), 343–360.
- Virolainen, Vera (2018) Naisvankien tarinoita väkivallasta. Uhidiskursssia moninaistavat pienet kertomukset ja vivahteikas toimijuus. *Yhteiskuntapolitiikka* 83 (5–6), 495–505.
- Walzer, Michael (1986) Pleasures & Costs of Urbanity. *Dissent*. www.dissentmagazine.org/article/pleasures-costs-of-urbanity (luettu 19.12.2019)
- Wessel, Margit van (2018) Narrative Assessment: A new approach to evaluation of advocacy for development. *Evaluation* 24 (4), 400–418.
- Widdershoven, Guy & Sohl, Carlo (1999) Interpretation, Action and Communication. Four Stories about a Supported Employment Program. *Advances in Program Evaluation* 6, 109–130.

AINEISTO

- Haastattelu 1. Ruoka-apukeittiö, nainen, vapaaehtoinen.
 Haastattelu 2. Ruoka-apukeittiö, nainen, vapaaehtoinen.
 Haastattelu 3. Ruoka-apukeittiö, mies, vapaaehtoinen.
 Haastattelu 4. Ruoka-apukeittiö, nainen, vapaaehtoinen.
 Haastattelu 5. Ruoka-apukeittiö, mies, vapaaehtoinen.
 Haastattelu 6. Korttelikeittiö, nainen, työllistämistoimenpiteessä.
 Haastattelu 7. Korttelikeittiö, nainen, työllistämistoimenpiteessä.
 Haastattelu 8. Korttelikeittiö, mies, asiakas.
 Haastattelu 9. Korttelikeittiö, mies, asiakas.
 Haastattelu 10. Korttelikeittiö, nainen, työllistämistoimenpiteessä.

ENGLISH SUMMARY

Marko Nousiainen: Small success stories and experiencing social inclusion in Social Kitchens (Pienet onnistumistarinat ja osallisuuden kokeminen Yhteisissä keittiöissä)

Social Kitchens are low-threshold public spaces and activities that seek to promote social inclusion and a sense of community in Finland. This article studies experiences of social inclusion in Social Kitchens through semi-structured interviews with ten participants. It contributes to a better understanding of the mechanisms enhancing social inclusion and the evaluation of low-threshold spaces through participants' success stories. The research question is to find out what kind of small success stories Social Kitchen participants tell about social inclusion.

The participants' small success stories were found to depict experiences of strengthening individual subjectivity. Yet, different stories strengthen subjectivity in different ways. Narratives of relatedness depict experiences of overcoming challenges in interaction, thus building an equal subject position for participants

with others. Narratives of meaningfulness depict experiences through which one's actions could be seen as valuable. Self-efficacy narratives depict experiences of building a sense of mastery and therefore an enhanced trust in one's own capabilities. For the storytellers, these success stories function as cognitive resources through which they can see their surroundings as more coherent and build trust in their possibilities to act. The analysis also shows that the design of low-threshold public spaces should pay attention to the quality of interaction. Interaction among people from different backgrounds and positions was a central mechanism of change in the stories. Authentic everyday encounters, a happy and caring atmosphere, as well as recognition were also found to be beneficial for experiencing social inclusion. Furthermore, the study shows that qualitative evaluation of social inclusion is possible when the focus is turned on non-linear and mundane small stories.

Keywords: social inclusion, small stories, success stories, social kitchens, narratives, evaluation.

KIRJOITTAJA

Nousiainen, Marko, erikoistutkija, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos ([marko.nousiainen\[at\]thl.fi](mailto:marko.nousiainen[at]thl.fi))