

Jakso 2: Apua, olen työtön!

Jingle: Työtä näkyvissä.

Matti Hietala: Tervetuloa kuuntelemaan Uudenmaan TE-toimiston podcastia 'Työtä näkyvissä'. Tällä kertaa aiheena on miten työttömyys vaikuttaa ihmisen identiteettiin ja millaista apua TE-palvelut tarjoavat uutta työtä tarvitsevalle. Tällä kertaa teitä aiheisiin johdattamassa ovat Uudenmaan TE-toimiston hurmaava viestintäpäällikkö Jutta Valkeinen.

Jutta Valkeinen: Lipevä johtava viestintäasiantuntija Matti Hietala ja vieraana meillä on Helsingin yliopiston sosiaalityön ja sosiaalipolitiikan professori Helena Blomberg-Kroll. Hän kertoo, miksi työttömyyttä usein hävetään ja miten työttömiin suhtaudutaan julkisessa keskustelussa.

Matti Hietala: Oma johtava psykologimme Sari Lehikoinen puolestaan kertoo, millaisia vaikutuksia työttömyydellä voi olla ihmisen identiteettiin ja jakaa myös mahdollisia selviytymiskeinoja tähän haastavaan tilanteeseen.

Jutta Valkeinen: Aivan ensimmäisenä saamme ex-työttömän käytännön vinkit yllättävän työttömyyden selättämiseen. Minä pääsin kerrankin pois toimistolta Niinan ja hänen koiriensä kanssa ulkoilemaan oikein rapsakkaan pakkassäähän. Ajattelin, että Niinalla on varmasti oman kokemuksen kautta hyvät käytännön vinkit kaikille työnhakuun. Nimittäin pari vuotta sitten Niina oli perhesyistä muuttanut uudelle paikkakunnalle ja huomasi viidenkymppin lähestyessä olevansa elämänsä ensimmäistä kertaa työtön työnhakija. Uusi elämäntilanne vaati sopeutumista ja konkreettisen toimintasuunnitelman.

Niina: Huomasin tosiaan olevan ihan uudessa elämäntilanteessa, että olimme vaihtaneet paikkakuntaa ja minä olin sitten työtön työnhakija uudella paikkakunnalla, täytin samana vuonna 50 ja oikeastaan yllätyin sitä, että ystävät ja tuttavat kauhistelivat, että oivoi, tuon ikäisenä ja nyt olet sitten työnhakijana. Se oli oikeastaan minulle suuri hämmästys, että asenne oli monilla muilla tuollainen, koska minulla se ei ollut.

Jutta Valkeinen: Tuo on kyllä varmasti monelle meistä vähän liiankin jännittävä tilanne, että kaikki on uutta, eikä mitään varmuutta siitä miten itse tulee selviämään, niin miten sinä rakensit päivät? Miten sinä lähdit verkostoitumaan ihan uudella paikkakunnalla?

Niina: No kun mietin jälkepäin, niin kyllä se lähti ihan pienin askelin, että ensin päivitin kertakaikkiaan, en ollut pitkään aikaan sitä tehnyt, niin cv:n ja LinkedIn-profiilin ja tein jonkinlaisen avoimen hakemus raakileen. Sitten huomasin, että hetkinen, tulen tarvitsemaan tätä myös englanniksi, käänsin ne englanniksi ja vielä ruotsiksikin ja siitä se tavallaan lähtee ja sanoisin, että se oli hirvittävän hyvä pohjustus sille, että kun joutui käymään läpi sen oman historiansa, niin yhtäkkiä huomasin, mitä kaikkea oli elämän varrella tehnyt.

Jutta Valkeinen: Sinulla oli siis todella pitkä työhistoria, olit nuoresta asti ihan kesätyössäkin aina ollut opiskeluidenkin välissä ja näin, eli tämä oli sinulle oikeastaan ihan aikuisten oikeasti ensimmäinen kerta, kun olit työtön?

Niina: Kyllä näin on. Ensimmäistä kertaa, että vielä kun vanhemmat ovat olleet yrittäjiä, niin olen ollut työelämässä 12-vuotiaasta asti. Silloin se vielä oli mahdollista, ei ehkä niinkään nykypäivänä, mutta puhutaan siis ihan että kesät. Eli kyllähän se oli erikoinen tilanne, että olin viisikymppinen ja olin ollut tavallaan työmaailmassa jo 40 vuotta melkein.

Jutta Valkeinen: No mistä lähdit ensimmäisenä hakemaan apua, mistä löysit sellaisia palveluita, että pääsit tavallaan siihen verkostoitumiseen ja löysit koulutuksia ja mielenkiintoisia työpaikkoja, mitä hakea?

Niina: No kyllähän nykypäivänä tuo netti on sellainen a ja o. Sieltähän löytyy vino pino vinkkejä työnhakuun ja hyviä työnhaku kanavia ja myös piilotyöpaikkojen etsintää ja minua kiinnosti valtavasti nuo piilotyöpaikat, että tein aika paljonkin töitä sen eteen, että löytäisin mielenkiintoisia yrityksiä sieltä omalta alueelta ja yritin löytää kasvuyritykset ja toimialat, jotka minua kiinnostivat.

Jutta Valkeinen: Tuossa oli todella hyvä vinkki, koska aina puhutaan noista piilotyöpaikoista, mutta miten ihmeessä niitä löytää, eli sinä kävit ihan netin kautta läpi alueen yrityksiä ja tsekkailitko vähän taloustietoja vai mitä kautta päättelit, että tätä ainakin voisi lähestyä?

Niina: No juuri noin, että netin kautta, yllättävän paljon on artikkeleita, yllättävän paljon tilastoja olemassa, että tällaiset top-yritykset tietyillä alueilla ja sitten kun katsoo, että mitkä yritykset ylipäänsä rekrytoivat, niin siitä tulee vähän vinkkiä, että kenellä menee niin sanotusti hyvin ja sitten kävin paljon messuilla, ei ollut pelkästään kyse rekrymessuista, vaan monen eri alan messuilla, koska sieltäkin bongaa näitä yrityksiä, jotka ovat messuilla mukana. Ylipäänsä pyrin olemaan kaikin tavoin aktiivinen.

Jutta Valkeinen: Puhuit siitä, että lähdit sitten päivittämään ehkä ensimmäistä kertaa elämässäsi oikein kunnolla cv:tä, niin mistä sait siihen apua, oliko siinä TE-palveluista mitään tukea?

Niina: No kyllä oli tukea, eli käytin nimenomaan TE-toimiston palveluita sen cv:n laatimisessa. Oikeastaan olin ensin laatinut sen itse ja sieltä annettiin kyllä hyvät vinkit, että olen tehnyt vähän liian pitkän joo liian detaljoidun cv:n, eli he osasivat antaa vinkkejä, että lyhentää reippaasti, vaikka ei haluaisikaan. Sitten he ottivat minusta jopa valokuvan, että sain päivitettyä ylipäänsä kivat fotot sekä sinne LinkedIniin että sinne cv:hen.

Jutta Valkeinen: Tiedän, että sinulla on todella paljon kokemusta edellisistä töistä, että olet itse rekrytoinut paljon ihmisiä. Nyt kun olitkin siellä haastateltavan paikalla, niin onko sinulla jotain vinkkejä antaa siihen työhaastatteluun, siihen valmistautumiseen? Sinulla on nyt molemmat näkökulmat siihen aiheeseen.

Niina: Tuo on kyllä hyvä kysymys. Se, mikä minut yllätti oli se, että kun itse haastattelin työnhakijoita, niin yritin aina olla, jos huomasin, että hakija jännittää, niin yritin aina olla

rento ja lupsakka, koska jotenkin tuntuu, että jos ihminen kauheesti jännittää, niin hän ei silloin osaa olla oma itsensä. Se yllätti, että sitten kun tuli näitä haastattelutilaisuuksia, että itse pääsi haastatteluun, että kuinka paljon ne oikeasti jännittävät. Nyt, kun on taas töissä ja haastattelee ihmisiä, niin yritän muistaa tämän puolen, että se on oikeasti todella jännittävä tilanne, koska siinä on loppujen lopuksi iso pala elämää kyseessä siinä yhdessä lyhyessä haastattelussa.

Jutta Valkeinen: Nähtävästi tällainen määrä ei korvaa laatua hakemuksissa vai lähetitkö sinä läjäpäin hakemuksia vai keskityitkö enemmän sitten tiettyyn alaan vai miten lähdit liikenteeseen, kun laitoit hakemuksia?

Niina: Kyllä minä keskityin laatuun, että lähetin omasta mielestäni aika paljonkin hakemuksia, mutta tein ne todella kohdistetusti, enkä lähettänyt roiskien ympäriinsä tietämättä niistä yrityksistä yhtään mitään, vaan olin valikoinut ne yritykset todella tarkkaan. Olin lukenut niistä tarkkaan ja räätälöin jokaikisen hakemuksen sen yrityksen mukaan.

Jutta Valkeinen: Se on melkein, mitä itsekin muistan hakemuksia tehdessä, niin se on melkein yhden päivän työ, kun tekee huolella räätälöidyn hakemuksen johonkin yritykseen.

Niina: Kyllä se on, se vie yllättävän paljon aikaa, jos sen haluaa tehdä hyvin. Mutta sanoisin, että siihen kannattaa satsata. Toinen, että ylipäänsä kun tulin uudelle paikkakunnalle, joka onneksi oli minulle entuudestaan tuttu, niin kontaktoin vanhoja ystäviä ja tuttuja ja menin heidän kanssaan lounaalle ja ylipäänsä tein vanhat tutut tietoiseksi siitä, että minä haen töitä ja vaikkei heidän työpaikallaan ehkä ole niitä sopivia töitä minulle, niin tututkin tuntevat sitten taas monta muuta henkilöä, joilla sitten saattaa olla jotakin.

Jutta Valkeinen: Eli jokainen askel kodista ulos on parempi kuin että jää sisään, eikä ota kehenkään yhteyttä?

Niina: Kyllä ja sanoisin, ehkä monessa mielessä, että muistan käyneeni paljon erilaisissa tilaisuuksissa. Se saattoi olla vaikka kirjaston järjestämä jokin iltatilaisuus, että siellä oli jotain pieniä luentoja tai kursseja. Sitten onko se nyt kansalaisopiston nimellä, niin kävin kansalaisopiston kursseja ja hetkinen, juuri tässä mietin, oli muutama tällainen iso yritys, jotka järjestivät tällaisia rekrytointitilaisuuksia, niin kävin niissä ja aina nämä tilaisuudet eivät olleet sellaisia, että ne olisivat olleet aivan sitä minun alaani, mutta ajattelin sen niin, että kun lähden ulos kotoa, niin joudun, kuinka sanoisin sen, joudun uusiin tilanteisiin ja se kasvattaa minua siinä mielessä, että minähän joudun joka kerta yksin olemaan niissä vieraisissa tilanteissa ja usein jopa esittäytymään vieraille ihmisille ja nehän toimivat jonkinnäköisenä pohjustuksena sitten sille, että kun pääsen lopulta haastatteluun, niin minulla on se oma osaaminen ja sellainen, kuinka minä sanoisin, että kuinka minä esittäydyn ja esittelen itseni, niin se on paremmin hanskassa, kuin jos olisin ollut koko ajan vain kotona.

Jutta Valkeinen: Sanoit tuossa aikaisemmin, että eniten ehkä yllätti siinä, kun yhtäkkiä oletkin kaikkien vuosikymmenten jälkeen työtön, niin se tuttujen asenne, että voi voi, viisikymppinen nainen, että ei tässä hyvin käy. Saiko se sinut jopa vähän määrätietoisemmin hakemaan vai löytyykö sinusta muutenkin tällaista tekemisen meininkiä?

Niina: No varmasti sekä että, että myönnän, että olen aika ulospäin suuntautunut ja ehkä rohkeahko, mutta kyllä se myös pani minut näyttämään, koska olin itse hirveän yllättynyt tuosta asenteesta, niin halusin osoittaa sekä tutuille että mahdollisille rekrytoijille, että hei viisikymppinen voi olla pirteä ja on vielä monta monta hyvää vuotta antaa täällä työmaailmassa.

Jutta Valkeinen: Sinullahan oli itse asiassa lopulta parikin työtarjousta, näin kertovat pikkulintuset?

Niina: Kuule joo ja oikeastaan siinä ihan loppusuoralla oli kolmekin, että minulla oli jopa varaa valita, että minkä työpaikan otan ja tuntui ihan pahalta sitten sanoa niille muille, että tällä kertaa en tule teille, mutta olihan se tavallaan myös... No, pisti vähän hymyilyttämään.

Jutta Valkeinen: Työtä näkyvissä.fi blogeissa ja podcasteissa käsittelemme muun muassa Uudenmaan TE-toimiston toimintaa ja palveluita. Äsken kuulimme Niinan ajatuksia työttömyydestä ja hän osasi ottaa myönteisen ja toiminnallisen lähestymistavan haastavaan tilanteeseen siitä huolimatta, että oli ensimmäistä kertaa työttömänä yli 50-vuotiaana.

Matti Hietala: Läheskään aina näin kuitenkaan ei ole. Minä kävin jututtamassa meidän Uudenmaan TE-toimiston johtavaa psykologia Sari Lehikoista. Hän johdattelee meitä päänsisäisiin syövereihin ja sieltä toivon lähteen äärelle. Me olemme täällä Uudenmaan TE-toimiston johtavan psykologin Sari Lehikoisen kanssa Helsingin Pasilan toimipisteessä täällä idyllisessä virastokeskuksessa Itä-Pasilan ytimessä. Moikka Sari!

Sari Lehikoinen: Moikka!

Matti Hietala: Mites sinulla on syksy lähtenyt liikkeelle?

Sari Lehikoinen: Kiitos oikein hyvin, itse nautin erityisesti syksystä, niin oikein kivasti on lähtenyt käyntiin.

Matti Hietala: Hieno juttu. Puhutaan vähän työttömyyden vaikutuksista ihmisen identiteettiin ja sinä olet Sari kohdannut useita satoja, ellei jopa tuhansia työnhakijoita työurasi aikana, niin millaisia vaikutuksia työttömyydellä voi olla ihmisen identiteettiin ja millaisia kokemuksia sinulla itselläsi on psykologina?

Sari Lehikoinen: No työttömyys voi vaikuttaa ihmisiin hyvin eri tavoin muun muassa riippuen heidän elämäntilanteestaan tai aikaisemmista elämäkokemuksista. Työttömyys ei välttämättä aina vaikuta ihmisen identiteettiin, mutta jos työ on ollut tärkeässä roolissa omassa elämässä ja keskeisenä osana omana identiteettiä, niin silloin työttömyys voi olla aika hämmentävää ja aiheuttaa voimakkaitakin tunnereaktioita. Toisaalta tietysti voi esiintyä hyvin erilaisten tunteiden vaihteluakin ihan negatiivisista positiivisiin ja neutraaleihin tunteisiin. Se on hyvin yksilöllistä. Työttömyyteen liittyviä tyyppisiä ja negatiivisia tunteita ovat esimerkiksi häpeä, katkeruus, pettymys, piha, ehkä syyllisyys ja huonommuuden tunteet.

Matti Hietala: Nuo kuulostavat minusta sellaisilta todella tutuilta tunteilta, joita meillä kaikilla on joskus joko työttömyyteen liittyen tai sitten ihan muihin asioihin, mutta ehkä

äkkiseltään itsestä tuntuisi, ettei välttämättä julkisessa keskustelussa näitä ei kauheasti näe liitettävän työttömyyteen?

Sari Lehikoinen: Olet ihan oikeassa, että julkisessa keskustelussa ei todellakaan näistä puhuta, että nämä ovat tietysti ihan normaaleja arkipäiväisiä tunteita meillä kaikilla, että voi herätä monenlaisia ja erilaisia merkityksellisiä tunteita, mutta etenkin tällaisessa muutostilanteessa, mikä työttömyys on, niin siinä saattaa herätä enemmänkin näitä tällaisia negatiivisia tunteita riippuen siitä omasta tilanteesta, että millaisessa tilanteessa työttömyys on sitten tullut omaan elämään. Jos työttömyyteen liittyy paljon tällaisia negatiivisia tunteita, niin niitä on tärkeä työstää, jotta ne eivät muodostu osaksi omaa identiteettiä. Moni miettii tämän oman kokemuksensa ohella usein myös sitä, että miten muut suhtautuvat itseän työttömänä ja tosiaan yksilön kokemukseen työttömyydestä voi liittyä myös yhteiskunnassa ja tässä julkisessa keskustelussa liittyvät työttömyyteen liittyvät näkemykset ja sitten toisaalta olen huomannut, että moni, joka on ollut kuormittunut työssään voi kokea myös tällaisia helpotuksen tunteita jäädessään työttömäksi. Aika monen kohdalla työttömyys saattaa lopulta vahvistaakin sitä omaa identiteettiä, kun huomaa, että itsellä onkin aika paljon osaamista kertynyt työelämässä ja huomaa, että sitä voi käyttää entistä mielekkäämpiä työtehtäviin jatkossa.

Matti Hietala: No millaista palvelua työnhakija voi sitten saada Uudenmaan TE-toimiston psykologeilta?

Sari Lehikoinen: No TE-toimiston psykologit tukevat asiakkaita erilaisissa tällaisissa työelämä- ja koulutussiirtymissä, elikä työstä työhön tai työttömyydestä työhön tai koulutukseen tai työstä jatko-opintoihin, eli me autamme työnhakijoita ratkaisemaan ammatinvalintaan, työhön ja koulutukseen liittyviä kysymyksiä, joihin usein liittyy myös oman henkilökohtaiseen elämäntilanteeseen tai terveyteen kuuluvia asioita. Tämä TE-toimiston psykologien palvelu on luottamuksellista ja maksutonta ja yhtä lailla työttömien työnhakijoiden lisäksi sopii myös työssä oleville ja opiskelijoille ja vanhempainvapaalla oleville.

Matti Hietala: Käyttävätkö muuten monet työssä olevat näitä meidän psykologipalveluitamme?

Sari Lehikoinen: Kyllä, jossain vaiheessa 30% asiakkaista oli työssä olevia, mutta luulen, että se on noussut se prosenttimäärä, että selkeästi työelämässä on monenlaisia muutoksia ja kuormitusta ja entistä enemmän ihmiset haluavat kehittää omaa osaamistaan ja sitä kautta haluavat myös tukea näihin pohdintoihinsa.

Matti Hietala: No voiko sitten työnhakija saada myös ihan tällaista henkistä tukea tähän kuormittavan tilanteen käsittelyyn, mitä työttömyys nyt sitten saattaa olla?

Sari Lehikoinen: Kyllä ilman muuta, tämän henkisen tuen saaminen on tärkeää työttömyyden kaltaisessa muutostilanteessa. TE-toimiston psykologit auttavat asiakkaita tunnistamaan ja käsittelemään ja hyväksymään näitä työttömyyden herättämiä monenlaisia tunteita, jotka ovat todellakin täysin luonnollisia. On tärkeää, etteivät tällaiset kielteiset

tunnekokemukset jää päälle ja estä jatkossa suuntaamasta kohti mielenkiintoisia työtehtäviä.

Matti Hietala: Onko olemassa joitakin sellaisia yleisiä selviytymiskeinoja tähän työttömyyden aiheuttamaan stressiin tai jopa identiteettikriisiin? Voidaanko ylipäänsä puhua, kehittykö ihmisille joskus tällaiseksi identiteettikriisiksi asti ja jos tällaisia selviytymiskeinoja on, niin millaisia ne voisivat sitten olla?

Sari Lehikoinen: Joo, ihmisten tilanteet ovat hyvin erilaisia heillä on hyvin erilaisia selviytymiskeinoja, että nekin ovat kovin yksilöllisiä. Joskus voi tällainen identiteettikriisi siinä tilanteessa tulla, kun jää työttömäksi, mutta se ei ole mitenkään vakavaa ja vaarallista, että on hyvin tärkeää pysähtyä miettimään, että mitä tässä tapahtuu ja missä tilanteessa tällä hetkellä olen. Usein on tärkeää miettiä siihen tilanteeseen liittyviä, työttömyyteen liittyviä tapahtumia ja ajatusten merkitystä itselle ja käsitellä niitä ja jäsentää niitä ja ymmärtää, että mitä tässä tapahtuu ja toisaalta tämän henkisen tuen tarve, niin kuin tuossa äsken puhuttiin on hyvin tärkeää ja sen hahmottaminen, että mitä asioille voi tehdä ja millaisia vaihtoehtoja on tarjolla.

Matti Hietala: No kannattaako soittaa kaverille, lähteä lenkille vai kaivaa esiin TE-toimiston psykologien puhelinnumero?

Sari Lehikoinen: Joillekin auttaa se, että omista ajatuksistaan ja tunteistaan puhuu läheisten kanssa ja osa taas työstää asioita ja tunteitaan konkreettisen tekemisen kautta. Osalle taas ajatusten ja kokemusten vaihto samassa tilanteessa olevien kanssa voi tuoda uusia näkökulmia omaan tilanteeseen ja auttaa näkemään vähän laajemmin. Usein sellainen, että tekee itselle mieluisia ja kiinnostavia asioita ja saa pidettyä sen mielen virkeänä ja vahvistaa sellaisia omia onnistumisen kokemuksia. Monelle myös ulkopuolisen ammattilaisen kanssa keskustelu voi auttaa luomaan toivoa siinä tilanteessa ja näkemään uusia mahdollisuuksia. Pääasia on, ettei jää yksin sen asiansa kanssa.

Matti Hietala: Eli tosiaan välttämättä se ei ole pelkkä tällainen keskustelu ja asioiden pohtiminen vaan myös mikä tahansa mielekkään asian konkreettinen tekeminen, mikä voisi sitten edistää ehkä niitä ajatuksiakin sitten sen hyvinvoinnin kautta?

Sari Lehikoinen: Kyllä se tekeminen usein tukee sitä omaa pohdintaa ja ihmisillä on hyvin vahvoja muita elämänalueita saattaa olla, jossa edelleen voi saada niitä onnistumisen kokemuksia ja sitten toisaalta monet sellaiset luovat tekniset, jotka itseä kiinnostavat ovat aika tärkeitä, että on hyvä, että nauttii niistä tekemisistään ja saa toisaalta vapautettua sitä mieltään sitten tähän pohdintaan.

Matti Hietala: Sitten mainitsit tuossa myös, että jotakuta voi auttaa se keskustelu ihan omien ystävien, kavereiden, läheisten kanssa ja sitten sitten joku haluaa päästä ammattilaisen kanssa keskustelemaan, vähän tätä sivusitkin tuossa, mutta voiko ajatella näin, että se keskustelu jonkun henkilön kanssa olisi tärkeää vai voiko tavallaan myös päästä ihan itsensä kanssa keskustelemalla, eli pohtimalla näitä asioita, niin voiko päästä yhtä hyvään lopputulokseen?

Sari Lehikoinen: Tottakai voi päästä ihan itsekseenkin pohtimalla, että tämä on kamalan yksilöllistä, että välttämättä se, mikä toimii toisella, niin toinen taas ei saa sitä hyötyä. Tietysti se, että jos on kovin yksin ja ne omat ajatukset ovat kovin negatiivisia, niin se voi vain kapeutua siinä, kun yksin niitä pohtii, mutta jos näkee niitä mahdollisuuksia ja on jo itse mitä miettinyt ja kokee, että eteenpäin tästä päästään, niin silloin voi toki itsekseenkin löytää ihan toimivia ratkaisuja. Aina ei tarvitse sitten jutella muiden kanssa kanssa siitä. Siinä usein tulee sellaisia uusia näkökulmia, kun asioista keskustellaan, niin siinä mielessä siitä on hyötyä.

Matti Hietala: No miten Uudenmaan TE-toimiston psykologin luokse pääsee juttelemaan?

Sari Lehikoinen: No soittamalla itse ihan tähän Uudenmaan TE-toimiston ajanvarauksen päivystykseen, joka meillä toimii maanantaista torstaihin 12-14. Uudenmaan TE-toimiston paikallisilta sivuilta löytyy tietoa meidän ammatinvalinta ja uraohjauspalveluiden ajanvarauksekäytännöistä. Jos on työtön työnhakija, niin voi pyytää tätä palvelua oman TE-asiantuntijan kautta tai sitten sähköisesti sieltä Oma asiointin kautta.

Matti Hietala: Ja olenko oikeilla jäljillä, että juttusille kannattaa hakeutua mieluummin ennemmin kuin myöhemmin?

Sari Lehikoinen: Ilman muuta, ei tarvitse olla mitään isoja ongelmia esimerkiksi työnhaussa, kun hakeutuu psykologien keskustelemaan, että usein yksikin keskustelu saattaa riittää selkiyttämään omia ajatuksia.

Matti Hietala: Hyvä ja tosiaan sieltä meidän verkkosivuiltamme löytyy lisätietoa näistä meidän psykologipalveluista. Oikein paljon kiitoksia Uudenmaan TE-toimiston johtava psykologi Sari Lehikoinen.

Sari Lehikoinen: Kiitos.

Jutta Valkeinen: Työttömyys koetaan tänäkin päivänä usein häpeälliseksi. Mediassa ihmiset kertovat nykyisin varsin avoimesti esimerkiksi burnoutista tai masennuksesta, mutta työttömyys tuntuu olevan yksi viimeisimmistä tabuista. Mitä yleisen yhteiskunnallisen ilmapiirin muuttamiseksi voitaisiin tehdä, jotta työttömyyttä ei koettaisi näin häpeälliseksi ja kenen tehtävä ilmapiiriin vaikuttaminen oikein on?

Matti Hietala: Kollegani Sofia Alander kävi Helsingin yliopistolla haastattelemassa sosiaalityön ja sosiaalipolitiikan professori Helena Blomberg-Krollia. Hän kertoo meille, miksi työttömyyttä usein hävetään ja miten työttömiin suhtaudutaan julkisessa keskustelussa.

Jingle: Lisätietoja yrittäjille, yrityksille, työnhakijoille ja alan vaihtajille suunnatuista palveluista löydät osoitteesta TE-palvelut.fi.

Helena Blomberg-Kroll: Minä olen Helena Blomberg-Kroll, olen töissä Helsingin yliopistossa, missä toimin sosiaalityön ja sosiaalipolitiikan professorina. Olen erityisen kiinnostunut, mitä köyhyydestä ja työttömyydestä ajatellaan ja miksi. Olen aina ajatellut, että ajatuksilla ja arvoilla ja mielipiteillä ja mielikuvilla on suurikin sosiaalipoliittinen merkitys.

Sofia Alander: Sitten jos mietitään tämän jakson aihetta, eli työttömyyttä ja miten siihen suhtaudutaan ja myös sitä yhteyttä ihmisen identiteettiin, meillä on ollut usein haasteita löytää haastateltavia, jotka olisivat halukkaita jakamaan omaa tarinaansa työttömänä olemisesta esimerkiksi uutiskirjeessä tai tästä meidän podcastissa ja omasta työttömyydestä ei usein haluta puhuta julkisesti, vaikka olisi jo päässyt elämässä eteenpäin ja löytänyt töitä, eli tämä kokemus ikään kuin takanapäin. Mikä tässä työttömyydessä hävettää?

Helena Blomberg-Kroll: No kyllä se ihmisen omakuva voi usein olla koetuksella, että työ kuitenkin tällaisessa työkeskeisessä yhteiskunnassa kuten Suomi, niin sehän antaa taloudellista turvallisuutta, mutta se on myös mukana tavallaan luomassa sitä omakuvaa, sitä minäkuvaa ja työ antaa tietyn sosiaalisen arvostuksen ja luo suhteita ja sitten kun tätä työtä ei enää ole, niin siinä on sellaisia tunteita, näitä häpeän tunteita, että miten minulle tapahtui näin ja onko tämä jotenkin minun syytäni, miten muut katsovat minua nyt, koska työttömyyteen liittyy tiettyjä tabuja vieläkin yhteiskunnassa, niin tällaiset alemmuuden tunteet ja tämän tyyppiset, niin ovat aika tavallisia työttömien keskuudessa usein, ainakin tutkimusten mukaan työttömät kokevat, että tulee sellaisia signaaleja, että työttömyys ehkä mahdollisesti, vaikka sitä ei ehkä suoraan sanota, että työttömyys vähän voisi johtua sinusta itsestäkin ja se myöskin vaikuttaa siihen ihmisen häpeän tunteeseen ja siihen alemmuuden arvoisuuden tunteeseen.

Sofia Alander: Mutta jos mietitään esimerkiksi sosiaalista mediaa, siellä saatetaan nykyään jakaa hyvin henkilökohtaisiakin aiheita ja kertoa omista vastoinkäymisistä, kuten mielenterveysongelmista ja omista sairauksista ja sitten vaikuttaisi kuitenkin siltä, että työttömyyden kokemuksia ei nosteta esiin yhtä paljon, niin millä tavoin työttömyys eroaa kokemuksena muista elämän vastoinkäymisistä?

Helena Blomberg-Kroll: No ensinnäkin sanoisin, että moneen tällaisen elämän kriisiin liittyy ehkä samojaakin elementtejä. On taloudellinen tilanne, joka heikkenee ja se lisää epävarmuutta ja tämä niin sanottu taloudellinen stressi voi vaikuttaa terveydentilaan ja niin edelleen. Tietenkin joillekin henkilöille juuri nämä työttömyyteen liittyvät häpeän tunteet ja epäonnistumisen tunteet, niin ne ehkä ovat voimakkaammat kuin esimerkiksi ajattelee sairauten liittyvää elämänkriisiä, sairaus on elämänkriisi, mutta usein siitä ei ehkä puhuta julkisuudessa sellaisissa termeissä, että sairaus olisi yksilön oma vika. Ehkä tällainen tietyn tyyppinen syyllistäminen voi olla voimakkaampaa kun on kyse työttömyydestä kun esimerkiksi ihminen sairastuu tai kohtaa muita elämänkriisejä. Kuitenkin sanoisin, mitä itse olen tutkinut, että tämä suhtautuminen työttömiin ei välttämättä ole hirveän negatiivista, jos katsoo esimerkiksi valtamediaa tai julkista keskustelua ja sitten kyllähän se moneen muuhun esimerkiksi eurooppalaisen tai ylipäänsä muihin maihin ihan kansainvälisestikin, niin kyllähän työttömyydestä ja työttömistä puhutaan suhteellisen maltillisesti suomalaisessa julkisessa keskustelussa.

Sofia Alander: Olet tässä hyvin nyt kuvaillut sitä tapaa, miten Suomessa työttömistä puhutaan julkisessa keskustelussa. Pystyisitkö vähän maalailemaan sellaista kuvaa, että miten tai millainen kuva työttömyydestä välittyy siinä julkisessa keskustelussa nykypäivänä?

Helena Blomberg-Kroll: No useimmiten työttömyydestä puhutaan juuri tällaiseen rakenteelliseen ja poliittiseen tasoon ja aika paljon vähemmän puhutaan työttömistä itse, mutta kyllähän tässä keskustelussa ovat olleet nämä kaksi klassista näkökulmaa, työttömät ovat joko uhreja ja heitä pitää auttaa tai sitten työttömät ovat yhteiskunnan niin sanotusti elättejä, jos nyt ihan kärjistää tämän keskustelun jotenkin. Niiden tutkimusten mukaan, mitä me olemme tehneet täällä Helsingin yliopistossa, niin kansalaisilla, jos puhutaan niin sanotusta kansalaismielipiteestä, on kuitenkin melko myönteinen ja ymmärtäväinen asenne koskien työttömiä ja työttömien tilannetta ja monella kansalaisella on kokemuksia omasta tai läheisten työttömyydestä ja se varmaan lisää sitä ymmärrystä myös, että mitä siellä työttömyyden takana voi kaikkea olla ja mitä tällaisia seurauksia työttömyydestä voi olla ja sitten sitten toisaalta päättäjien puhetapa voi olla vähän kovempi, jos vertaan kansalaismielipiteeseen ja ehkä näissä päättäjienkin puheissa voi korostua vähän enemmän, että työttömillä myös on velvollisuuksia ja ehkä tämä puhe työttömien oikeuksista on tuollaisessa ajallisessa perspektiivissä mennyt siihen suuntaan, että näitä velvollisuuksia korostetaan enemmän ja näitä oikeuksia vähemmän.

Sofia Alander: Vaikuttavatko henkilökohtaiset ominaisuudet kuten esimerkiksi ikä, sukupuoli tai koulutustausta siihen, miten työtön henkilö nähdään? Voiko ajatella, että joillain esimerkiksi ihmisillä on lupa olla työtön ja joillain ei?

Helena Blomberg-Kroll: Meidän tutkimusten mukaan osittain kyllä, eli on nähtävissä, että ehkä joillain ihmisillä on lupa olla työtön suurimmassa määrin kuin toisella, me olemme tutkineet näitä asioita tällaisen ansaitsevuuden teorian näkökulmasta ja jos ajattelee esimerkiksi kansalaismielipidettä, niin sitä tavallaan ohjaa sellaiset käsitykset, että kuka ansaitsee apua ja kuka ei ja siinä ansaitsevuudessa tavallaan kansalaiset usein katsovat, että onko tämä henkilö ihan oikeasti avun tarpeessa tai pystyisikö tämä henkilö elättämään itsensä muilla tavoin tai ei, onko tämä henkilö kiitollinen saamastaan avusta, onko tämä henkilö ehkä kontribuoinut hyvinvointijärjestelmään aiemmassa vaiheessa elämäänsä ja onko tämä henkilö, voinko minä identifioitua häneen tai ei ja se tarkoittaa esimerkiksi sellaista, että jos ajattelee vaikka vanhempien ihmisten ansaitsevuutta, ansaitsevatko he esimerkiksi yhteiskunnan apua sosiaaliturvajärjestelmän kautta, niin siinä moni ajattelee, että vanhat ihmiset ovat riippuvaisia, iäkkäät ihmiset ovat riippuvaisia yhteiskunnan avusta ja heillä ei ole mahdollisuuksia muuten ehkä saada taloudellista ja sosiaalista tukea ja he ovat aiemmassa työelämässään ehkä kontribuoineet hyvinvointivaltion kautta ja monet pystyvät identifioimaan itsensä suhteessa iäkkäisiin ihmisiin, on vanhempia sukulaisia niin edelleen, että siinä on sellainen tunne, että tämä on tällainen ryhmä, joka todella ansaitsee apua. Sitten jos ajattelee työttömiä, siinä voi olla sellainen samanlainen mekanismi, että jos on kyse nuorista työttömistä, niin se kansalaisten mielikuva voi olla, että henkilö ei ole vielä kontribuoinut yhteiskuntaan paljon mitään ja nuori, terve henkilö pitäisi ehkä voida jotain töitä tehdä ja niin edelleen ja esimerkiksi tämän ansaitsevuusmekanismin johdosta esimerkiksi vanhemmat työttömät henkilöt, ehkä heitä pidetään enemmän ansaitsevina. En sano, että se kansalaismielipide on sitä mieltä, että heillä on lupa olla työttömänä, mutta se ymmärrys vanhempia työttömiä kohtaan on suurempaa kuin esimerkiksi se ymmärrys, kun on kysymyksessä vaikka kaksikymppiset työttömät ja samalla varmaan on muitakin tällaisia asioita ja mielikuvia, että kenellä

työttömällä ryhmällä on niin sanottu oikeus ehkä olla työtön ja sitten toiset ryhmät, joissa se ymmärrys on vähäisempää.

Sofia Alander: Jos ajatellaan tätä yleistä ilmapiiriä ja miten suhtaudutaan työttömiin, sanoit, että se on jo melko hyvä verrattuna muihin maihin, mutta miten tätä ilmapiiriä sitten muutetaan, jos sitä halutaan vielä parantaa, eikä työttömyyttä tarvitsisi hävetä?

Helena Blomberg-Kroll: No tietenkin kaikki julkinen retorinen puhe vaikuttaa varsinkin työttömien oma kuvaan, että jos kuitenkin tulee signaaleja, että paljon työttömyys johtuu henkilöstä itsestään, niin varmaan se häpeän tunne vaikuttaa, mutta mitä tuossa aiemmin sanoin, että myös itse politiikkatoimet vaikuttaa varmaan sekä siihen julkiseen keskusteluun ja siihen, miten kansalaiset mieltävät työttömyyden ja miten työttömät itse kokevat työttömyyden, että jos haluaa välttää tällaista negatiivista ilmapiiriä, niin työttömiä kohtaan pitäisi miettiä, että miten näitä politiikkatoimiakin ehdotetaan ja miten niistä puhutaan ja se, mikä on ehkä haasteellista on se, että monet tutkimukset näyttävät, että mielipiteisiin ja mielikuviin voi olla joskus aika vaikeaa vaikuttaa. Nuoremmilla ihmisillä on taipumus helpommin kuunnella erityyppisiä esimerkiksi fakta-argumentteja ja niiden perusteella muodostaa osin uusia mielipiteitä, että ehkä sellainen panostus, että keskustelisi paljon työttömyyttä ja työttömyyden syistä nuorempien sukupolvien kanssa, on se sitten koulussa tai muissa yhteyksissä, niin voi olla tällainen yksi seikka, jota voisi miettiä, koska aikuisiässä mielipiteisiin vaikuttaminen informaation kautta, faktojen kautta voi olla aika vaikeaa.

Sofia Alander: Onko se sitten poliitikkojen tehtävä vai kenen tehtävä ilmapiiriin vaikuttaminen on?

Helena Blomberg-Kroll: Kyllä minun mielestä päättäjillä on aina suuri vastuu siitä, että miten asioista puhutaan ja miksi, mutta tietenkään tämän päivän yhteiskunnassa meillä on kaikilla tietty vastuu siitä, miten asioista puhutaan ja miten. Tässä on mukana päättäjät tietenkin, mutta asiantuntijat, tässä voi olla median edustajat ja sitten ihan tavalliset kansalaiset, että miten me puhumme asioista ja että me voimme puhua asioista niin, että ne eivät loukkaa tiettyjä ihmisryhmiä ja sitten en halua tietenkään sysätä sitä vastuuta ilmapiiristä pelkkään poliittisille päättäjille. Kyllä me kaikki olemme osa tätä diskurssia ja keskustelua tai vaikutamme siihen kaikki, että siinä mielessä kyllä päättäjät on sellaisessa tiettyssä avainasemassa, mutta tässä on monta muutakin sellaista tekijää, mitä me ajattelemme työttömyydestä ja työttömistä ja minusta olisi hyvä muistaa myös sekin asia.

Matti Hietala: Kokemuksia työttömyydestä on yhtä monta kuin työttömiäkin. Jokaisella työttömyyden kokevalla ihmisellä on oma elämäntilanteensa ja omat ajatuksensa, joiden kanssa on selvittävä. Jos sinä olet tällä hetkellä työtön ja muistat tästä podcastista vain yhden asian, niin me haluamme sen olevan tämä: toivoa on. Älä jää ajatuksiesi kanssa yksin vaan keskustele kaverisi kanssa, äitisi kanssa tai Uudenmaan TE-toimiston psykologin kanssa.

Jutta Valkeinen: Tämä oli Uudenmaan TE-toimiston toiveikas podcast Työtä näkyvissä. Lisää podcasteja ja blogeja löydät osoitteesta tyotanakyvissa.fi. Seuraavaan kertaan.

Jingle: Tyotanakyvissä.fi blogeissa ja podcasteissa käsittelemme muun muassa Uudenmaan TE-toimiston toimintaa ja palveluita.