

Siinä toimijuus missä mieli

Toimijuus iäkkään henkilön itsensä sanoittamana

Arja Kasurinen 0159469
Pro gradu-tutkielma
Sosiaalityö
Lapin yliopisto
Kevät 2014

Lapin yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Työn nimi: Siinä toimija missä mieli. Toimijuus iäkkään henkilön itsensä sanoittamana.

Tekijä: Arja Kasurinen

Koulutusohjelma/oppiaine: Sosiaalityö

Työn laji: Pro gradu -työ_x_ Sivulaudaturtyö__ Licensiaatintyö__

Sivumäärä: 86

Vuosi: 2014

Tiivistelmä:

Kymmenen iäkkään henkilön haastatteluihin perustuvalla laadullisella tutkimuksella on selvitetty, miten iäkäs henkilö kokee toimijuutensa nyt ja ennakoidussa tulevassa, jolloin hänellä on toisen henkilön antaman avun ja hoivan tarve. Tutkimuksessa on etsitty vastausta kahteen kysymykseen: millaista toimijuutta iäkäs henkilö rakentaa elämänsä kertomuksissaan sekä millaisena iäkäs henkilö näkee hyvän ja mielekkään elämän kotona ja kun siellä asuminen ei ole enää mahdollista, kodin ulkopuolisessa asumisyhteisössä. Aineisto on kerätty joulukuussa 2013. Tutkielman teoreettinen käsite on toimijuus ja analyysimallina on toimijuuden elämänkulkumalli.

Toimijuuden viitekehys muodostaa subjektiivis-sosiaalis-toiminnallisen näkökulman vanhenemiseen ja vanhana olemiseen. Kuva omasta toimijuudesta muotoutuu elämänmittaisena prosessina kokemusten ja sosiaalisten käytäntöjen kautta. Toimijuuden tukemisessa vahvistetaan vanhan ihmisen omaa läsnäoloa ja osallisuutta elämäntilanteessaan. Toimijuus käsitteen kautta on mahdollista ymmärtää ja tarkastella iäkkään toimijuutta hänen elämäntilanteissaan sekä liittymiä, vuorovaikutusta ja asemia suhteessa sosiaaliseen ympäristöön ja erilaisiin palvelujärjestelmän instituutioihin.

Haastateltavien mielestä ikääntyneisiin suhtaudutaan yhteiskunnassa, palveluissa ja kanssaihminen taholta myönteisesti. Haastateltavat kokivat, että kotihoidon palvelujen turvin he pysyvät toimintakyvyn heiketessä edelleen olemaan kotona, mikä on heille tärkeää. He toivoivat kotihoidon hoitajilla olevan riittävästi aikaa käynneillään, myös seurusteluun, virikkeelliseen yhdessäoloon, mahdollistamaan kodin ulkopuolelle pääsyn ja tukemaan heitä sosiaalisten suhteiden ylläpidossa. Usea haastateltava kanto huolta taloudellisesta toimeentulosta, mikäli joutuu tulevaisuudessa käyttämään enenevässä määrin terveys- ja sosiaalipalveluja. Riittämätön avun saanti, muistamattomuus, kotona pelkääminen, yksinäisyys ja ulkopuolisten kontaktien puute olivat haastateltavien mielestä syitä, jolloin hoivakoti on kotia parempi asuinpaikka. Muutoin he ajattelivat, että kotona voi olla vaikka kuolemaan asti, kunhan sinne järjestetään riittävästi hoivaa, sisältöä elämään ja että yksin kotona ollessa todella selviää.

Ajatus hoivakodin asiakkuudesta sisälsi haastateltavien puheissa paljon pelkoja. Eteenkin hoidon laatuun ja kohteluun liittyvät kysymykset askarruttivat mieltä. Nykyisiä hoivakoteja pidettiin laitospäivinä ja kylminä lähinnä niiden toimintakäytäntöjen vuoksi. Haastateltavien mielestä hyvä ja mielekäs elämä hoivakodissa mahdollistaa yksityisyyden ja yksilöllisyyden. Tärkeää oli iäkkään tarpeista lähtevä riittävä, ihmisläheisesti toteutettu apu ja hoiva. Toiminnan hoivakodissa tulisi sisältää yhteisöllisyyttä, virikkeellisyttä ja ulkoilua. Voimien niin sallissa hoivakodissa asuessa tulisi päästä osalliseksi normaaliin hoivakodin ulkopuoliseen elämään. Tuki sosiaalisten suhteiden ylläpitoon ja omaisten mukanaolon mahdollistuminen heidän elämässään myös hoivakodissa ollessa on haastateltavien mielestä tärkeää.

Vanhuskäsitys on vanhuspalvelujen toteuttamisen lähtökohta. Toimijuuden toteutumisen haasteena on, miten käytännön työssä kyetään yhdistämään iäkkään riippuvuus toisen henkilön avusta sekä iäkkään henkilön toimijuus, osallisuus ja itsemääräämisoikeus. Ikääntyneiden kanssa työskentelevien tulisi omata suuri määrä sensitiivisyyttä iäkkään elämäntilanteelle ja yksilölliselle tilanteelle. Keskiöön nousee kohtaamisen ja työskentelyn tapa, joka parhaimmillaan viestii näkemystä ihmisestä arvokkaana elämänsä subjektijana ja keskeisenä toimijana toimintakyvyn asteesta tai avuntarpeen määrästä riippumatta.

Avainsanat: iäkäs henkilö, toimijuus, hyvä elämä, elämäntilanne

Suostun tutkielman luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi_x_

Suostun tutkielman luovuttamiseen Lapin maakuntakirjastossa käytettäväksi_x_

(vain Lappia koskevat)

Sisällys

1 Johdanto.....	1
2 Toimijuus	5
3 Kohti toimijuuden tukemista vanhuspalveluissa.....	13
3.1 Toimijuus ja vanhuskäsitys	14
3.2 Itsemääräämisoikeus ja toimijuus.....	17
3.3 Asiakaslähtöisyys ja osallisuus – tie toimijuuteen.....	19
3.4 Hoidosta hoivaan.....	20
3.5 Toimintakyvyn laajempi ymmärtäminen.....	21
3.6 Toimijuuden tukemisen tavoitteena hyvä ja mielekäs elämä.....	24
4 Tutkimuksen toteutus	27
4.1 Tutkimuskysymykset	27
4.2 Merkitysten tutkiminen laadullisessa tutkimuksessa	27
4.3 Aineisto.....	28
4.4 Teoriasidonnainen aineiston analyysi	33
4.5 Tutkimuksen luotettavuus ja yleistettävyys.....	34
4.6 Eettisiä kysymyksiä.....	35
5 Haastattelujen tulokset	40
5.1 Elämänkulku iäkkään henkilön toimijuuden rakentajana	40
5.1.1 Mennyt elämä	41
5.1.2 Linkitetyt elämät	45
5.1.3 Ajallis-paikallinen sijainti	49
5.2 Toimijuus ennakoidussa tulevassa	54
6 Yhteenveto	63
6.1. Toimijuuden rakentuminen iäkkään henkilön elämänkulun kertomuksissa.....	63
6.2 Hyvä ja mielekäs elämä kotona tai kodin ulkopuolisessa asumisyhteisössä	66
7 Pohdinta	70
Lähteet	76
Liitteet	84

1 Johdanto

lääkkäiden henkilöiden haastatteluihin perustuvalla tutkimuksella haluan selvittää, miten iäkäs henkilö toimijuutensa kokee nyt ja ennakoitussa tulevassa, jolloin hänellä on toisen henkilön antaman avun ja hoivan tarve. Tutkimus on laadullinen ja aineisto on kerätty haastattelemalla kymmentä iäkästä henkilöä joulukuussa 2013. Tutkielma taustalla on sosiaalityön yleinen tietoperusta. Tutkimus kuuluu sosiaaligerontologian alaan, jolloin kiinnostuneita ollaan vanhan ihmisen elämänpiiriin kuuluvista asioista kuten vanhan ihmisen elämäkulusta ja sitä määrittävistä tekijöistä sekä siitä miten ne vaikuttavat vanhan ihmisen toimintaan ja kokemusmaailmaan. (Seppänen 2006, 31.)

lääkkäällä henkilöllä tarkoitan Lain ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista (28.12.2002/980, myöhemmin vanhustalvvelulaki) mukaisesti henkilöä, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien tai vammojen vuoksi taikka korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta. Käsitteeseen iäkäs henkilö ei sisälly oletusta henkilön kronologista iästä, vaan se kertoo toimintakyvyn heikkenemistä. Laajalti käytössä ovat käsitteet kolmas- (60–79 v), neljäs- (+80 v) ja viidesikäläinen. Kolmas ikä katsotaan alkavan eläkkeelle siirtäessä ja sitä pidetään toimintakykyisenä, itsenäisenä ja aktiivisena elämänvaiheena. Neljännen iän katsotaan alkavan, kun toimintakyky heikkenee eikä iäkäs selviydy enää itsenäisesti omassa kodissaan. Viides ikä sijoittuu elämänvaiheeseen, jossa henkilö on täysin riippuvainen muiden antamasta avusta. Käsite iäkäs henkilö tarkoittaa neljättä ja viidettä ikään eläviä ikäihmisiä. (Helin 2003, 38–39; Rajaniemi 2006, 34.)

Päädyin tähän tutkimusaiheeseen, koska olen kiinnostunut ikäihmisen tilanteesta nyky-yhteiskunnassa. Vanhussosiaalityössä minua erityisesti puhuttelee vanhusiän mukanaan tuoman toisten antaman tuen ja arjessa selviytymisen kysymykset ikäihmisen itsensä näkökulmasta. Vanhuuteen usein liittyvä kehon, mielen ja sosiaalisten suhteiden haavoittuvuus sekä lisääntyvä riippuvuus toisista ihmisistä tekee iäkkäistä henkilöistä erityistä ammatillista eettistä herkkyyttä ja toisinaan myös oikeuksien asianajoa tarvitsevan asiakasryhmän ikäihmisen aseman puhuttelevuuden tuo henkilökohtaiseksi omien iäkkäiden vanhempjen lähiomaisena toimiminen. Tutkimusaiheen valinta on

myös vastapuhetta talouden puheelle ja vanhuspalvelujen järjestelmä- ja asiantuntija-keskeisyydelle, jolloin vaarana on kohdata vanhat ihmiset massana, jolloin ohitetaan yksilölliset elämäntilanteet ja tarpeet sekä iäkkään henkilön yksilölliset vanhenemisen merkitykset ja oma näkemys tilanteestaan. (Vikström 2004, 13–18; Tedre 2007, 97; Jyrkämä 2008, 190; Sarvimäki ym (toim.) 2010; Phillips ym 2010, 132; Virkola 2013, 11.)

Ajatus tutkia toimijuutta nousee huomiosta, että iäkkään henkilön toimijuuden tukeminen ja osallisuuden lisääminen on nostettu tuoreimmissa vanhuslainsäädännössä ja vanhuspalvelujen ohjeistuksissa ikääntyvien ja iäkkään henkilön palvelujen järjestämisen lähtökohdaksi. Valtakunnalliset linjaukset luovat puitteet kuntien hoito- ja palvelujärjestelmien kehittämiseksi ja kuntien tehtävä on vastata paikallisiin tarpeisiin lainsäädännön edellyttämällä tavalla. Työskentelen vanhuspalvelun tehtävissä, minkä johdosta tavoitteena on myös oman ammatillisen tietämyksen ja ymmärryksen lisääminen. Haluan oppia, mitä iäkkään henkilön toimijuus on ja mikä merkitys sillä on henkilölle itselleen.

Vanhuspalvelujen ikäihmisten hyvää tarkoittavista strategiatavoitteista ja työstä huolimatta vanhuspalveluja moititaan muun muassa kokonaisvaltaisesti vanhan ihmisen tarpeisiin vastaamattomiksi, säilyttäväiksi ja järjestelmäkeskeisiksi, minkä vuoksi juuri kukaan – hiukan kärjistäen – ei haluaisi itse niiden asiakkaaksi kuin viimeisessä hädässä. Omaiset ilmaisevat huolensa iäkkäiden omaistensa kotona pärjäämisestä sekä hoidon ja hoidon laadusta. Mikä siis pitäisi muuttua, jotta strategiapuheesta päästäisiin luottamuksen ilmapiiriin sekä kokemukseen tarpeita ja toiveita vastaavaan toteutuneeseen toimintaan? Millaisista asioista koostuu hyvä ja mielekäs elämä ja toimijuuden kokemus vanhuspalveluissa? Vanhuspalvelulainsäädännön osallisuutta korostavan lähtökohdan mukaisesti päätin kysyä vastausta iäkkäiltä itseltään.

Toimijuus (human agency) on monitasoinen ja monilla tieteenaloilla käytetty viitekehys ja käsite. Sosiologiasta tulevan lähtökohtansa vuoksi toimijuutta on usein tarkasteltu yksilön tai yksilöiden, rakenteiden ja yhteiskunnan välisenä toimintana ja siihen liittyvinä ehtoina tai lainalaisuuksina. Kun tutkitaan toimijuutta, voidaan Suvi Ronkaisen (2012) mukaan tarkastella, millaisina toimijoina tietyt sosiaaliset kategoriat, ryhmät tai

subjektipositioihin sijoitetut yksilöt esitetään, kuka tai ketkä esitetään toimijoina eli nimetään aktiivisiksi tekijöiksi tai kohotetaan sosiaalisiksi kategorioksi tai ketkä ohitetaan. Toimijuutta tutkittaessa voidaan tarkastella myös, millaista toimijuutta tietty diskurssi tai käytäntö edellyttää tai vaatii tai voidaan tutkia, millaista toimijuutta arjen teot rakentavat tai millaista toimijuutta suhteessa muodostuu. Voidaan tarkastella toimijuuden tiloja, kuten millainen toimijuus avautuu tietyissä käytännöissä, millaisia subjektipositioita on mahdollista ottaa ja mitä siitä seuraa. Toimijuutta tutkittaessa voidaan tarkastella toimijuuden tuntoa, kokemusta toimijana. Voidaan tutkia toimijuuden toteutumiseen vaadittavaa kompetenssia esimerkiksi sosiaalista pääomaa tai millaista toimijuus on marginaalissa, kuten millaisia valintoja, neuvottelua, vastustuksen muotoja tapahtuu tilanteissa, jotka näyttäytyvät ylivalentana tai sortona.

Tämä toimijuustutkimus on toimijuuden tuntoa ja merkitystä kuvaava, vaikka myös muut toimijuuden elementit tulevat esille. Toimijuuden tunto on Tuula Gordonin (2005, 114–115, 119) mukaan käsitystä omista mahdollisuuksista ja rajoituksista sekä tunnetta mahdollisuudesta toimia oman elämän subjektina. Toimijuuden tunto on arkivallan saavuttamista ja säilyttämistä. Tutkimuksen mielenkiinto kohdistuu vanhene- misen ja vanhenevan ihmisen yksilöllisten ja omakohtaisten toimijuuden kokemusten sekä jokapäiväisen elämän merkityksiin. Valitsin toimijuuden viitekehyksen tutkielmani teoreettiseksi lähtökohdaksi, koska miellän toimijuuden käsitteen sisältävän laaja- alaisen toimintakyvyn ymmärtämisen (fyysinen, psyykinen, sosiaalinen, hengellinen, kulttuurinen, ympäristöllinen), osallisuuden ja yksilöllisesti koetun mielekkään elämän iäkkäänä. Vaihtoehtoinen käsite olisi voinut olla elämänhallinnan, voimavaralähtöisen vanhuuden, hyvinvoinnin, elämänlaadun, kokemuksellisen vanhenemisen tai mielek- kään elämän käsite. Kaikki nämä käsitteet tarkastelevat vanhenemisen ja vanhana ih- misenä olemisen sosiaalista muotoutumista.

Toimijuus viitekehyksen kautta on mahdollista ymmärtää ja tarkastella iäkkään toimi- juutta elämäntilanteissaan sekä liittymiä, vuorovaikutusta ja asemia suhteessa sosiaali- seen ympäristöön ja erilaisiin palvelujärjestelmän instituutioihin. Pohdinnat kokemuk- sista, tarpeista, toiveista, odotuksista, merkityksistä ja tunteista tuovat uudenlaisia aineksia vanhuuden arkitilanteiden ymmärtämiselle, kohtaamisille ja palvelujärjestel- män kehittämiseksi. (Jyrämä 2007a, 19, 214; vrt. Vouti 2011, 21–22.)

Tutkielma koostuu seitsemästä luvusta. Johdantoluvun jälkeen avaan toimijuuden käsitettä. Luvussa kolme pohdin toimijuden tukemista vanhuspalveluissa vanhuskäsityksen, itsemääräämisoikeuden, asiakaslähtöisyyden, osallisuuden, hoivan ja toimintakyvyn kautta. Kolmannen luvun päätän hyvän ja mielekkään elämän käsittelyyn toimijuiden näkökulmasta. Neljännessä luvussa esittelen tutkimuksen toteutusta. Luvussa esittelen tutkimuskysymykset, aineiston, analyysitavan sekä pohdin tutkimuksen luotettavuutta, yleistettävyyttä sekä eettisiä kysymyksiä. Viidennessä luvussa esittelen haastattelujen tulokset. Kuudes luku on yhteenvetoluku ja seitsemäs luku sisältää pohdinnan.

2 Toimijuus

Jyrki Jyrkämän (mm. 2007, 2008) Suomessa tunnetuksi tekemä toimijuus-käsite pohjautuu Anthony Giddensin struktuaatioteoriaan (1984) sekä semioottisen sosiologiseen keskusteluun. Käsitteessä korostuu struktuaatioteorian ajatuksiin nojaten yksilöllisten pyrkimysten ja merkitysten kunnioittamisen ja huomioonottamisen tärkeys tasapäistävän kollektivismiin ja rutiininomaisten ratkaisujen sijasta. Sosiosemanttisen sosiologian lähestymistavan mukaisesti toimijuuden käsite perustuu ajatukseen, että yksilöllisten merkitysten muodostuminen (käsitykset, toiveet, pelot sekä niiden ilmaukset) ovat sosiaalisesti ajallisesti ja vuorovaikutuksellisesti rakentuneita ja muodostavat osan asiakkaan minuutta. Toimijuuden kokemisen ehtona on yksilöllisten merkitysten kunnioittaminen ja siksi ilmaistut merkitykset on tärkeä kuulla. Tieteenfilosofisesti ajatellen aristoteeliseen näkemykseen inhimillisestä toiminnasta sisältyy subjektiivinen momentti ja päämäärä.

Ymmärrän toimijuuden koostuvan eksistentiaalisena ja pluralistisena kokonaisuutena, jolloin tarkastelun keskipisteenä on vahvasti yksittäinen ihminen, ihminen subjektina ja kokijana, mutta samalla suhteessa yhteisöön, jossa hän elää. Mielestäni ihmistä elämäntilanteessaan ei voi ymmärtää tai kohdata ilman samanaikaista ympäröivän maailman, kehollisuuden tai tajunnallisuuden huomioimista (vrt. Rauhala 1989, 108–112; myös Rauhala 2005). Ymmärrän iäkkään henkilön toimijuuden muodostuvan konstruktivistisen ja fenomenologisen näkökulman mukaisesti vuorovaikutuksellisen toiminnan kautta historiallisesti, sosiaalisesti, kulttuurisesti, ajallisesti ja yksilöllisesti yhteiskunnallisessa tilanteessa.

Toimijuuden viitekehys muodostaa subjektivis-sosiaalis-toiminnallisen näkökulman vanhenemiseen ja vanhana olemiseen suhteessa sosiaaliseen ympäristöön ja yhteiskuntaan. Jyrki Jyrkämän (2008, 196) mukaan toimijuus käsitteeseen sisältyy iäkkään henkilön subjektius, minäidentiteetti, subjektiivinen hyvinvointi ja hyvän elämän kokemus sekä henkilökohtainen tunne vanhenemista ja vanhana olemisesta kulloisessakin senhetkisessä tilanteessa, elämänkulussa, sosiaalisessa ympäristössä (vanhuspalvelut, elinympäristö, sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutuksen laatu) ja ympäröivässä yhteiskunnassa (vanhuskäsitys, vanhuspolitiikka). (Jyrkämä 1995,18–19; Salonen 2007,

20–22; myös Koskinen 1994, 54–62.) Toimijuus-käsite tuo mielestäni laaja-alaisesti esille vanhana olemisen ja vanhenemisen monimuotoisuutta.

Toimijuuden tukemisessa vahvistetaan vanhan ihmisen omaa läsnäoloa ja osallisuutta elämäntilanteessaan. Toimijuuden tarkastelu edellyttää kokonaisvaltaista inhimillisen elämän ja siihen liittyvän toiminnan, arkielämän vuorovaikutuksen ja sen tilanteiden analysointia: mitä tapahtuu ja mitä tehdään, miten tiedonantajat ymmärtävät ja selittävät oman toimintansa ja mitä merkityksiä he toimijuudelle antavat eri toimintatilanteissa. Toimijuus-näkökulman mukaan tietoa iäkkään elämäntilanteesta, tarpeista ja asioille antamista merkityksistä pitää kysyä heiltä itseltään. (Jyrkämä 2007a, 212; Woods 2007, 7; myös Salonen 2007, 17; Virkola 2013, 16.)

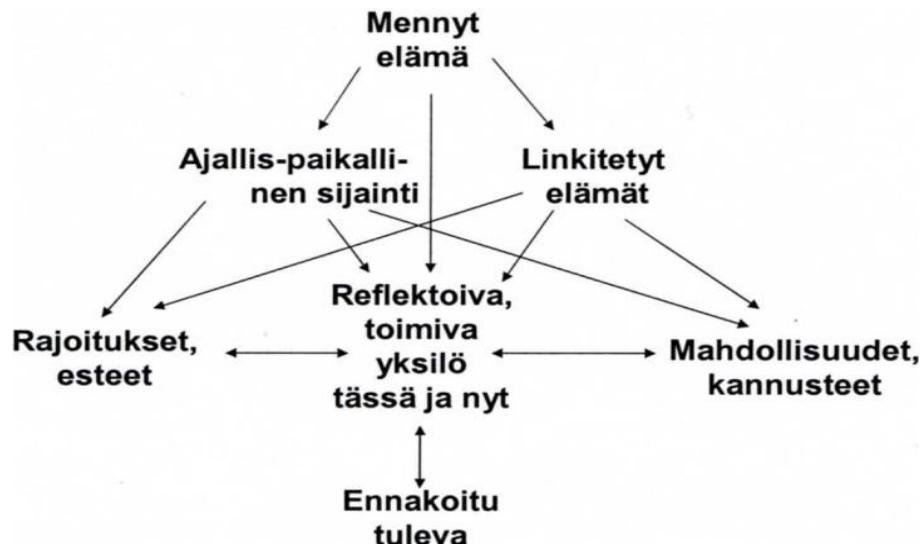
Toimijuus käsitteen taustalla on elämänskulttuuritutkimus, joka on tuonut esille inhimillisen kehityksen ja toimijuuden rakentumisen elämänmittaisuutta. Iäkkäällä henkilöllä on mukanaan henkilökohtainen menneisyys: elettyä, koettua ja nähtyä (Jyrkämä 2007b, 21). Henkilön toimijuuteen kuuluu elämänskerrallisuus. Elämänskulun ymmärtäminen ja toimijuuden muotoutuminen elämänmittaisena prosessina sosiaalisten käytäntöjen kautta auttavat hahmottamaan iäkkään henkilön yksilöllistä todellisuutta, mielipiteitä ja valintoja, kuten myös voimavaroja ja selviytymiskeinoja, joiden varaan toimijuutta ja toimintakykyisyyttä iäkkäänä voi rakentaa. (Jyrkämä 2007a, 203–205.)

Toimijuus käsitteeseen liittyvä elämänskulun näkökulman kautta ihmisen elämää voidaan tarkastella kokonaisuutena, jossa ihminen muotoutuu persoonansa, elämäntapahtumien ja elämäntilanteiden kautta. Elämänskulun myötä iäkkäälle on rakentunut yksilöllisiä merkityksiä toimijuudessa, henkilökohtainen subjektius ja identiteetti. Identiteetin käsite liittyy toimijuuteen. Identiteetti on käsitys itsestä. Siihen liittyy itsetunto, itsearvostus ja kokemus pystyvyydestä. Identiteetti muodostuu toimijuuden ehdoista ja niissä syntyneistä kokemuksista.

Kari Salonen (2007, 27; myös Rauhala 1989, 35–38) mukaan ihmisen elämänskulussa on sekä kohtalonomaisia että valintaan perustuvia aineksia. Vanhan ihmisen elämänskuluun voi liittyä merkittävä tapahtuma, jolla on merkitystä hänen toimijuuteensa iäkkäänä. Kohtalonomaisia aineksia ovat kasvuympäristö, itsestä riippumattomat onnis-

tumiset ja onnettomuudet, rotu, kansallisuus, kulttuuri ja yhteiskunta. Valintaan perustuvia aineksia elämäntilanteissa ovat sosiaaliset suhteet ja roolit (kuten parisuhde, ystävät), työ, asuminen, elämäntavat ja harrastukset. Iäkkään henkilön omaksumaan toimijuuteen vaikuttavat myös arvot, normit, henkinen ilmapiiri, uskonto, aatteet ja kulttuuri. Martti Puohiniemen (2002, 70–72, 100–109) mukaan ihmisen omaksumat arvot ovat luonteeltaan pysyviä, vaikka ajankuva ja henkilön elämäntilanne muuttuisikin. Tärkeä aines iäkkään henkilön elämäntilanteissa on Salosen (mt.) mukaan myös luonto. Elämäntilanteesta nousevat hyvät muistot toimivat voimavarana, kun puolestaan ikävät muistot, kertomattomat salaisuudet tai käsittelemättömät taakat rasittavat hyvää vanhuutta (Koskinen ym. 2007, 104).

Jyrki Jyrkämän (2008, 192–193) mukaan myös iäkkäät henkilöt rakentavat omaa elämäntilanteensa ja elämänsä tulevaisuutta käyttäen hallussa olevia resursseja sekä toimien ja tehtävien valintoja arvojen ja merkityksellisten pitämien asioiden, ajallisten elämäntilanteiden, siihen linkittyneiden muiden ihmisten sekä sosiaalisten olosuhteiden sisältämien ja avaamien vaihtoehtojen, mahdollisuuksien ja niiden tuottaminen ehtojen ja rajoitusten puitteissa. Kysymys on siis ihmisen elämäntilanteiden ehdoista ja niiden rakentumisesta, pakoista ja valintamahdollisuuksista, resursseista ja niiden muodoista, olemassaolosta ja käytettävyydestä. Myös vanha ihminen reflektoi elämäänsä ja tilannettaan - mennyttä, nykyisyyttä ja tulevaa - ja arvioi mahdollisuuksiaan ja vaihtoehtojaan ja tekee valintoja tämän perusteella. Toimijuuden mahdollisuudet ja ilmeneminen rakentuvat suhteissa, tilanteissa, ajassa ja paikoissa aina uudelleen (Virkola 2013,12). Tätä kokonaisuutta on kuvattu kuviossa 1. Jyrkämän (2007a, 204) mukaan samalla tullaan kysymyksiin, jotka kohdistuvat elämäntilanteeseen, elämäntapoihin, elämänpolitiikkaan sekä elämänlaatuun, hyvinvointiin ja hyvään elämään. Jyrkämän (2007a, 204) mukaan samalla tullaan kysymyksiin, jotka kohdistuvat elämäntilanteeseen, elämäntapoihin, elämänpolitiikkaan sekä elämänlaatuun, hyvinvointiin ja hyvään elämään.



Kuvio 1. Iäkkään henkilön toimijuuden elämänculullinen rakentuminen (Jyrkämä 2008, 193)

Jyrki Jyrkämän (2008, 196) mukaan hyvä vanheneminen on toimijuuden ulottuvuuksiin eli modaliteettien - osaamisen, kykenemisen, haluamisen, täytymisen, voimisen ja tuntemisen – toiminnallista ja kokemuksellista kongruenssia, yhteensopivuutta ja eheyttä. Toimijuus rakentuu kustakin toimijuuden modaliteetista itsenäisesti ja toisaalta niiden keskinäisestä kokonaisdynamikasta. Osata-ulottuvuus viittaa tietoihin ja taitoihin, pysyviin ominaisuuksiin, joita henkilö on itselleen elämänculkunsa aikana hankkinut tai jotka hän kokee omaavansa. Kyetä-ulottuvuudessa on kyse ensisijaisesti senhetkisistä fyysisistä ja psyykkistä kyvyistä ja kykenemisistä. Haluta liittyy motivaatioon ja motivoituneisuuteen, tahtomiseen, päämääriin ja tavoitteisiin. Täytyä-ulottuvuuteen kuuluu fyysiset ja sosiaaliset, normatiiviset ja moraaliset esteet, pakot ja rajoitukset. Voida-ulottuvuus viittaa mahdollisuuksiin, joita kulloinenkin tilanne ja siinä ilmenevät erilaiset rakenteet ja tekijät avaavat. Tuntee-ulottuvuus liittyy ihmisen perusominaisuuden arvioida, arvottaa, kokea ja liittää kohtaamiinsa asioihin ja tilanteisiin tunteitaan.

Osaaminen, haluaminen ja tunteminen ovat henkilöstä itsestään lähteviä tai hänessä olevia ominaisuuksia, jotka ohjaavat hänen toimintaansa. Ne liittyvät henkilön elämänculullisiin ja -tavoitteisiin, motivaatioon ja aikaisemmin omaksuttuihin taitoihin. Kykeneminen, täytyminen ja voiminen tulevat ulkoisista, ympäristön asettamista pakoista,

ehtoista ja mahdollisuuksista. Kykenemisessä on kysymys fyysisestä ja psyykkisestä toimintakyvystä, täytyminen liittyy erilaisiin moraalisiin ja sosiaalisiin odotuksiin ja pakkoihin sekä voiminen kulloisenkin tilanteen antamiin mahdollisuuksiin ja rajoituksiin. (Jyrkämä 2007a, 204–205.)

Toimijuuden osa-alueet ilmenevät henkilön toimijuuteen liittyvissä ilmaistuissa, merkityksissä, arvoissa ja toiminnassa. Toimijuuden kokemus on jotakin, joka syntyy, muoutuu ja uusiutuu näiden modaalisten ulottuvuuksien yhteen kietoutuvana prosessina ja sen tilanteellisena kokonaisuutena, yhteen kietoutuvana kokonaisdynamiikkana. (Jyrkämä 2007a, 206–207; Jyrkämä 2008, 194–195.) Elisa Virkolan (2013, 268–270) mukaan iäkkäät tavoittelevat tunnetta kykenevästä toimijuudesta ja toimijuuden tunnosta eli kompetenttia toimijuutta toimintakyvyn heikkenemisestä ja avuntarpeesta huolimatta. Mennyt elämä ja kompetentti toimijuus toimii motivoivana ja merkityksellistävänä tekijänä nykyhetkessä. Jyrkämä (2007a, 214) sanoo hyvän vanhustyön käytännön olevan työskentelyä sen puolesta, että tuntemiset ja haluamiset ilmenevät arjessa täytymistä vahvempina, jolloin on todennäköisempää, etteivät ”kykenemiset kaikkoo, osaamiset ohene, voimiset vähene”.

Ikääntyminen haastaa iäkästä henkilöä identiteettityöhön, jossa ratkaistava kysymys liittyy tarvitsevuuteen ja elämän tarkoituksellisuuteen uudessa tilanteessa. Samaan aikaan, kun ihminen tavoittelee toiminnallaan jatkuvuuden ja ennakoitavuuden tunnetta, hänen on sopeuduttava toimintakyvyn alenemiseen ja avun tarpeeseen. Ikääntyminen merkitsee toimijuuden mahdollisuuksien, olemisen ja identiteetin uudelleenrakentamista. (Karisto 2005, 25–26; Virkola 2013, 12.) Iäkkään henkilön psyykkiseen kokemukseen vanhenemisestä liittyy, miten hän kokee toimintakyvyn heikkenemisen vaikuttavan elämäänsä ja miten hän kestää vanhana olemiseen liittyviä luopumisia.

Toimijuuden toteutumisen haasteisiin liittyy vahvasti fyysisen ja sosiaalisen ulottuvuuden tukemisen ohella psyykinen ulottuvuus kuten iäkkään henkilön mielenterveyden, psyykkisten voimavarojen kuten henkilökohtaisten selviytymiskeinojen ja henkisen hyvinvoinnin tukeminen (Vaarama 2002, 11; Eloranta & Punkanen 2008, 13). Ihmisen fyysisten voimien heiketessä, sosiaaliset ja psyykkiset tekijät nousevat aiempaa merkittävämpään rooliin (Dunderfelt 1999, 191). Marja Saarenheimon (2003, 24) mukaan

iäkkään henkilön psyykkistä hyvinvointia koettelee vanhenemisen mukanaan tuomat rajoitteet, menetykset ja luopumiset, minkä vuoksi hän tarvitsee tukea tunteakseen olevansa edelleen arvokas ja omalla tavallaan riittävän pystyvä arjessaan. Tärkeää iäkkään henkilön toimijuudessa on elämän jatkuvuuden ja mahdollisuuksien kokemus, arkielämän mielekäs toiminnallisuus ja tarpeellisuuden kokemus sekä sosiaalisuuden ja sosiaalisten suhteiden ylläpidon mahdollistuminen (Phillips ym. 2010, 131). Toimijuuden tukemista on, että iäkäs henkilö, jonka voimavarat ovat jo ehtyneet, voi tuettuna saada onnistumisen kokemuksia toimijuudessaan. Keskiöön nousee kohtaamisen ja työskentelyn tapa, joka parhaimmillaan viestii näkemystä ihmisestä arvokkaana elämänsä subjektijana ja keskeisenä toimijana toimintakyvyn asteesta tai avuntarpeen määrästä riippumatta. (Heimonen & Voutilainen 2006, 16–17, 21; Tedre 2007, 100).

Jyrkämä (2007a, 204) viittaa toimijuuden psyykkiseen ulottuvuuden yhteydessä Aaron Antonovskyn (1987), jonka mukaan koherenssin tunne on tärkein mielenterveyttä ja hyvän elämän kokemusta edistävä voimavara. Hyvän koherenssin tunteen omaava henkilö kokee maailman ymmärrettäväksi, hallittavaksi sekä itselleen mielekkääksi eli koherentiksi. Korkean ymmärrettävyyden omaava henkilö pystyy luottamaan vaikeuksia kohdatessaan siihen, että tulevaisuuden haaste on voitettavissa. Hallittavuudella Antonovsky (em.) tarkoittaa, että yksilö kykenee niillä voimavaroilla ja resursseilla, joita hänellä itsellään on tai muiden tukemana, kohtaamaan tulevaisuuden haasteita. Kolmas koherenssintunteen osa on merkityksellisyys, joka edustaa motivaation ja henkilön tärkeänä pitämien asioiden elementtiä. Merkityksellisyyden tunteen omaavat henkilöt kokevat, että heidän elämänsä sisältyy alueita, jotka ovat heille erityisen tärkeitä ja merkityksellisiä, sekä emotionaalisesti että järjen tasolla. (Antonovsky 1988, 16–18.) Antonovskyn (1988, 22) mukaan merkityksellisyyden motivoiva komponentti on ratkaisevin. Koherenssiteoriaan on lisätty myöhemmin tyytyväisyyden osa-alue (katso Suominen 1994, 1996). Tästä kokonaisuudesta muodostuu elämänhallinnan käsite. Koherentilla toimijuudella tarkoitetaan yksilön sisäistä voimavaraa, kokemusta mahdollisuuksista ja kyvyistä vaikuttaa omaan elämäänsä ja ympäristöönsä. Toimijuuden tunne on henkilön ja hänen sosiaalisen maailmansa vuorovaikutuksen seurausta. Hyvässä tilanteessa yksilö ja ympäristö ovat sopusoinnussa keskenään. Ympäristö vaatii ihmiseltä sopivasti, samoin se tarjoaa hänelle mahdollisuuksia ja tukea. (Raitasalo

1996, 50.) Mielekkyyden kokemus, tyytyväisyys elämään, turvallisuuden ja luottamuksen tunne ovat toteutuneen toimijuuden keskeisiä piirteitä.

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013:11) korostaa iäkkään ihmisen näkemistä ainutlaatuisena, yksilöllisenä persoonana. Suosituksen mukaan kohtaamisia ja palveluja on arvioitava siltä kannalta, miten ne vaikuttavat iäkkään kykyyn kokea itsensä arvokkaaksi yksilöksi ja tuntea elämänsä mielekkääksi. Avuttomuuden aste ja riippuvuus sekä niihin liittyvät merkitykset ovat pitkälti sosiaalisesti rakentuneita, ne syntyvät vuorovaikutuksessa toisen ihmisen ja ympäristön kanssa. Kysymys on, miten muut ihmiset ja ympäristö vanhaan ihmiseen suhtautuvat ja hänet määrittelevät ja minkälaisia mahdollisuuksia toimijuuteen hänelle annetaan. Toimijuuden sosiaalisuus näyttäytyy parhaimmillaan myös iäkkäältä henkilöltä ympäristöön ja rakenteisiin päin tulevana vuorovaikutuksena ja vaikuttamisena. Toimijuudessa ei ole kysymys kykenemisestä tai kyvyttömyydestä, vaan siitä, miten vanha ihminen pystyy vaikuttamaan ja osallistumaan omaan elämäänsä ja sitä koskeviin käytänteisiin tai miten hänen tapansa ja persoonallisuutensa käytänteissä otetaan huomioon. Haasteena on, miten käytännön työssä kyetään yhdistämään avun tarve sekä toimijuus ja itsemääräämisoikeus. (Lloyd, 2000, 174–175; Jyrkämä 2007a, 202–203; Tedre 2007, 100; Heikkinen 2008, 454.)

Laatusuosituksen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013:11) mukaan on myös tärkeää tehdä näkyväksi osallisuuden ja toimijuuden periaate ikääntyneiden palveluissa siten, että ylläpidetään ja vahvistetaan iäkkäiden sosiaalista osallisuutta, yhteenkuuluvuutta ja yhteisöllisyyttä niin, että ihminen kokee iäkkäänäkin olevansa yhteisönsä täysivaltaisen jäsen. Riippuvuus toisen avusta tai tarvitsevuus ei hävitä toimijuutta, haasteena on mahdollistaa vanhan ihmisen tilanteen mukainen toimijuuden toteutuminen, olkoonkin toimijuuden ulkoisesti ilmi tuleva toteutuminen vaikka asioiden seuranta tai läsnä olemista tai mieleisten asioiden tekemistä omalla yksilöllisellä tavalla (Kröger ym. 2007,13–14; Jyrkämä 2007a, 205; Koskinen 2007, 19; Virkola 2013, 274).

Toimijuuden tukemisen mahdollisuuksien etsintä ja hyödyntäminen luo uuden tavan lähestyä ikääntyneiden arkea. Jos halutaan vahvistaa henkilön osallisuutta ja toimijuutta, ei häntä tai hänen arkeaan tule määritellä riippuvuuden tai avun tarpeen perusteel-

la, vaan riippuvuus tulee nähdä osana ihmisen arkea ja etsiä tapoja kompensoida vaje. Näkökulma avartuu iäkkään henkilön toimintakyvyn tarkastelusta toimintatilanteisiin ja niissä tapahtuviin toimintakäytäntöihin. (Tester ym. 2004, 216.) Iäkkään annetaan olla valintoja tekevä, tietävä, haluava ja tunteva subjekti toimintakyvyn asteesta riippumatta. Hyvä vanheneminen on toimijuuden toiminnallinen ja kokemuksellinen yhteensopi- vuus ja eheys elämäntilanteessa, jossa myös hyvinvoinnin perustekijät on turvattu. (Jyrkämä 2006, 21; Jyrkämä 2007a, 201, 216.) Samankaltainen ajatus liittyy vammais- ten henkilöiden täyden kansalaisuuden, osallisuuden ja yhdenvertaisuuden tukemi- seen (Tedre 2007, 117).

3 Kohti toimijuuden tukemista vanhuspalveluissa

Tuoreimmissa vanhuspalvelujen järjestämistä linjaavissa ohjeissa kuten Ikäihmisten toimintakyvyn arviointi osana palvelutarpeen arviointia sosiaalihuollossa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006), Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008), Laissa ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (20.12.2012/980) ja Laatusuosituksessa hyvän ikään- tymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013:11) painotetaan yhtenä tavoitteena ikääntyneen väestön ja iäkkään henkilön osallisuuden ja toimijuuden vahvistamista sekä yksilöllisyyden huomioimista vanhus- palvelujen toteutuksessa edellytyksenä onnistuneelle ikääntymiselle ihmisen asuin- ja hoitopaikasta tai avun tarpeesta riippumatta. Laissa ja suosituksissa on otettu huomi- oon hallitusohjelman linjaukset, ikääntymispolitiikan valtakunnalliset tavoitteet, van- huspalvelujen arviointien tulokset, uusin tutkimustieto sekä toimintaympäristön muu- tos.

Meneillään olevan lainsäädäntö- sekä kunta- ja palvelurakennemuutoksen toisena tavoitteena on varautuminen tulevaan ikärakenteen muutokseen yhteiskunnassa. Edellä mainittujen suositusten tavoitteena on lisätä ikäihmisten terveyttä, hyvinvointia ja osallisuutta sekä parantaa palvelujen laatua ja vaikuttavuutta. Vanhuspalveluraken- netta ollaan kehittämässä laitoshoitopainotteisuudesta kohti kotona asumista tukevia palveluja. Tavoitteena on tukea ja pidentää ikääntyvien ihmisten kotona asumista ja päivittäistä arjen toiminnoista selviytymistä ja ehkäistä tai myöhentää laitospuolisen asumisen tarvetta laajentamalla iäkkään henkilön toimintakyvyn tukeminen ennalta- ehkäisevään hyvinvointia tukevaan työhön ja toimijuuden tukemiseen lisäämällä ikään- tyneen osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuutta palvelujen suunnittelussa, omien pal- velujen toteuttamisessa ja niiden arvioinnissa. Palvelujen eettisenä lähtökohtana oh- jeistuksissa korostetaan ikäihmisen arvostamista, itsemääräämisoikeuden kunnioitta- mista, voimavara- ja lähtöisyyttä, oikeudenmukaisuutta ja turvallisuutta sekä yksilöllisiin tarpeisiin vastaamista. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 9.) Mallina kehitystyössä on käytetty Tanskassa toteutettua vanhustenhoivaa ja -hoitoa (Kankare & Lintula 2004, 7). Lain toimeenpanoa kunnissa myös seurataan Sosiaali- ja terveysalan lupa ja valvon- tavieraston (Valvira) ja Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) toimesta.

Vanhuuden ymmärtäminen yhtenä ihmisen elämänkulun pitkänä, arvokkaana, yksilöllisenä ja voimavaroja sisältävänä vaiheena on vaikuttanut yksilöllisen, laaja-alaisen palvelutarpeen arvioinnin, palveluohjauksen sekä vanhushpalvelujen monimuotoistumisen vaatimuksen korostumiseen. Huomiota kiinnitetään myös arkielämän ympäristöjen merkityksen huomioimiseen tuettaessa iäkästä henkilöä arjessaan. Puhutaan yksilöllisesti räätälöidyistä palvelukokonaisuuksista ennalta määrättyjen toiminta- ja ratkaisuvaihtojen sijasta. (Moisio ym. 2013, 14–16.) Vanhushpalveluissa on tehty hyvää, moniammatillista ja monitieteistä työtä iäkkäiden parhaaksi, mutta usein järjestelmälähtöisesti ja valitettavasti on myös esimerkkejä huonosti toteutuneesta vanhustyöstä (Kankare & Lintula 2004, 7, 9). Uusi lainsäädäntö edellyttää vanhushpalveluja ottamaan lähtökohdaksi iäkkään henkilön itsensä ja hänen hyvän elämän rakentumisen, hänen toimijuutensa.

Vanhushpalvelulain soveltamisohjeissa (Sosiaali- ja terveysministeriö 28.6.2013) ja vanhushpalvelulain pilotointihankkeissa eri puolella Suomea (esimerkiksi Ikäihminen toimijana –hanke) toimijuuden toteutumisen mahdollisuuksien keskeiseksi kysymyksiksi vanhushpalveluissa on nostettu toimijuuden suhde muun muassa vanhuskäsitykseen, itsemääräämisoikeuteen, kohtaamiseen, asiakaslähtöisyyteen ja osallisuuteen.

3.1 Toimijuus ja vanhuskäsitys

Silva Tedren (2007, 99) mukaan vanhuus on sosiaalisesti muotoutunut ikäkattegoria, vanhushpolitiikka sen yhteiskunnallisen ohjailun väline ja vanhushenhuolto palveluineen sen institutionaalinen ilmentymä. Ihmiskuva ja vanhushkuva sen osana muodostavat perustan sille, millaiseksi vanhuus ja vanhuuden instituutiot rakennetaan. Vanhuus saa yksilölliset, yhteisölliset ja yhteiskunnalliset hahmonsä käytännöissä, joita tietoisesti ja tiedostamatta toistetaan. (myös Jyrkämä 1990, 87–88, Jyrkämä 1996, 112.)

Vanhushpalveluillakin on oma historiansä ja historiaan liittyvä ymmärrys vanhushpalvelujen suhteesta iäkkääseen henkilöön. Vanhan ihmisen asema yhteiskunnassa ja yhteisössä on muuttunut ajankuvan mukaan, mutta jäänteitä vanhoilta ajoilta on tunnistettävissä vielä nykyistenkin vanhushpalvelujen toteutuksessa. Yhteisöllisen hoivan kauden

jälkeen julkinen hoito (1940–1970) otti vanhat ihmiset hoidon kohteeksi. Sairaaloiden vanhusosastot muutettiin vanhainkodeiksi. Sairaanhoidollinen näkökulma ja työntekijän asiantuntijuus olivat keskiössä. Vanhukset menettivät aikuisuuteen kuuluvan subjektiviteettinsa ja vastuu siirrettiin ihmiseltä itseltään palvelujärjestelmälle. 1970-luvulta lähtien palveluhenkisyys ja asiakaslähtöisyys sekä palvelujärjestelmän kehittäminen monimuotoisemmaksi on ollut tavoitteena. Asiakas alettiin nähdä tasa-arvoisena subjektina suhteessa palvelujärjestelmään. Yhteiskunnallisen taantumien myötä huomio vanhasta ihmisestä on siirtynyt takaisin palvelujärjestelmään, sen kehittämiseen taloudellisemmaksi ja tehokkaammaksi. Viime vuosina palvelujen tuottamisen mallia on monipuolistettu siten, että vanhuspalveluja tuotetaan niin yhteisöissä, julkisen kuin julkisesti tuetun palvelutuotannon kautta sekä täysin markkinaperustaisesti, mikä myös tuo uusia haasteita iäkkään henkilön toimijuuden toteutumiseen vanhuspalvelujen käytännöissä. Nykyisin iäkäs henkilö nähdään yhä vahvemmin taloudellisia resursseja omaavana kuluttaja-asiakkaana ja julkiset vanhuspalvelut välttämättömimpään vastaavana palveluna. (Paasivaara 2004, 19–30; Kröger ym. 2007; kts. Ala-Nikola 2003; Karvonen-Kälkjä 2012.)

Vanhuspalvelujen järjestäminen liittyy kysymykseen, määritelläänkö ikääntyminen ennalta määrättyinä lineaarisena ilmiönä, tiedossa olevana ja ulkoa päin määriteltynä elämänkulkuna, jolloin iäkkäät henkilöt nähdään homogeeniseksi tarvitsijoiden joukoksi vai nähdäänkö arvokkaaksi tukea ikääntyneitä heterogeenisenä ryhmänä, fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti yksilölliset ikääntymisen polut omaavina ja henkilökohtaiset ikääntymisen merkitykset rakentavina yksilöinä. Maire Voudin (2011, 130) mielestä vanhuskäsitteet paljastuu kohtaamisessa: onko iäkäs henkilö palveluiden ja toiminnan kohde, tietävätkö ammattilaiset iäkkästä paremmin ja tekevätkö ammattilaiset häntä koskevat päätökset vai kohdataanko iäkäs henkilö palvelujärjestelmässä oman tilanteensa asiantuntijana, täydet kansalaisoikeudet omaavana yhteistyökumppanina. (myös Virkola 2013, 11; kts Juhila 2006). Elisa Virkolan (2013, 12) mukaan käsitys iäkkästä henkilöstä ja hänen toimijuudesta ilmenee kolmella tasolla: kielenkäytössä, konkreettisesti toiminnassa ja vuorovaikutuksessa.

Kuva iäkkästä henkilöstä yhteiskunnassamme on vähintäänkin kaksinainen. Yhtäältä vanhuus nähdään ikään kuin stigmatisoivana sairautena, ei arvostettavana, toisen ar-

moilla olemisen elämänvaiheena ja tarvitseva ihminen yhteiskunnallisti tuottamattomana, jopa kulueränä. Tällöin vanhuspalvelujen järjestäminen lähtee ongelmista ja vanha ihminen nähdään palvelujen objektina ja järjestelmä subjektina. Järjestelmä määrittelee iäkkään ihmisen tarpeet ja vastaa itse määrittämällään tavalla niihin. Myös suhde omaisiin muotoutuu samasta näkökulmasta. Toimijuus-käsite liitetään Tuula Gordonin (2005,115) mukaan tällöin näkemykseen toimivasta, toimintakykyisestä ihmisestä tai ihmiseen liittyvänä toimintana ja sen ehtoina. Se, mistä vastuutetaan, millaisia valinnan tai toisin toimimisen mahdollisuuksia on olemassa, liittyy Suvi Ronkaisen (2012) mukaan vanhana olemisen asenteellisiin ja materiaalsiin mahdollisuuksiin ja yhteiskunnallisen aseman normatiivisiin odotuksiin. Toimijuus käsitteellä viitataan tällöin yksilöiden kapasiteettiin tehdä itsenäisiä päätöksiä ja toteuttaa niitä, jolloin käsite sisältää vivahteita vaikutuksesta ja voimasta. Toimijuuteen liitetään kysymys vallasta tai toimijuuden ansaitsemisesta. Tällöin kyse on oikeuksista, vastuista ja odotuksista, jotka yksilön on täytettävä, voidakseen olla täysivaltainen toimija suhteessa palvelujärjestelmään. (vertaa Virkki 2004; Valokivi 2008).

Toisaalta vanhuus nähdään rikkaana, tarkoituksensa sisältävänä yksilöllisenä elämänvaiheena ja vanha ihminen ehdoitta arvostettavana ja kunnioitettavana aikuisena ihmisenä (Tedre 2007, 100; kts Jolanki 2009; Räsänen 2011). Toimijuudesta voidaan Ronkaisen (2012) mukaan puhua, kun on toisin tekemisen, valinnan, reflektion tai osallisuuden mahdollisuus. Toimijuudesta puhuttaessa olisi Ronkaisen (mt.) mielestä huomioitava toimijuuden toteutumisen mahdollisuuksien vastavuoroisuus. Vaikka käsitteenä toimijuus nivotaan subjektiin, ei käsite kuvaa yksilön ominaisuutta, vaan toimijuus rakentuu ja ehdollistuu sosiaalisissa suhteissa vastavuoroisena prosessina. Iäkkäälle henkilölle tarjotut roolit, rooli toiminnan kohteena vai aktiivisena osallisena toimijana, vaikuttavat hänen ikääntymisen mahdollisuuksiin ja kokemukseen ikääntymisestä ja itsestä.

Toimijuus käsitteen mukaan on ensisijaista tukea iäkkään henkilön aikuisuutta, itsemääräämisoikeutta ja yksilöllistä tapaa vanheta. Toimijuuden toteutumiseen Päivi Moisio ym. (2013, 12) liittävät lisäksi sosiaalisen koheesion, jolle he tarkoittavat luotamusta, kokemusta syrjimättömyydestä ja päätöksenteon demokraattisuutta. Emeritusarkkipiispa John Vikströmin (2004, 17) mukaan sivistysvaltion mittana pidetään

haavoittavassa tilanteessa olevien asiallista, kansalaisuuteen perustuvaa huolehtimista. Toiminnan lähtökohta on suorituksista ja hyödyllisyydestä riippumaton ja kaikille yhteinen ihmisarvo. Silloinkin kun iäkäs henkilö turvautuu toisten apuun, lähtökohta on, että hän saa edelleen ikääntyä yksilöllisellä, arvokkaalla ja itsekunnioitusta tukevalta tavalla.

3.2 Itsemääräämisoikeus ja toimijuus

Riippuvuus muista tekee vanhan ihmisen erityisen alttiiksi itsemääräämisoikeuden ja arjen toimijuuden loukkauksille. Itsemääräämisoikeuden loukkaukset voivat tapahtua tiedostettuna tai tiedostamatta. Länsimaissa itsemääräämisoikeus eli autonomia on ihmisarvoon, henkilökohtaiseen päätäntävaltaan ja koskemattomuuteen keskeisesti kuuluva periaate. (Karvonen-Kälkäjä 2012.) Yhdistyneiden kansakuntien ihmisoikeuksien julistuksen (1948) 4. ja 5. artikla, Euroopan neuvoston ihmisoikeussäädöksen yleissopimus (1950) ja Suomen perustuslaki (11.6.1999/731) takaavat itsemääräämisoikeuden ja samalla määrittelevät yhteiskunnan toimijoiden oikeudet puuttua kansalaisen elämään. Itsemääräämisoikeus on kytkettynä länsimaiseen yksilöllisyyden korostamiseen ja demokraattiseen malliin, jossa jokaiselle on taattu tasa-arvo ja omaan elämään vaikuttamisen mahdollisuus myös iästä tai toimintarajoitteesta huolimatta.

Itsemääräämisoikeuden ja suvereniteetin eli riippumattomuuden ja itsellisyyden edellytykset syntyvät yhtäältä yksilöstä itsestään. Hoivan ja hoidon ympäristöissä joudutaan pohtimaan rajanvetoa, milloin yksilön oma kompetenssi eli kyky asioiden ymmärtämiseen, itsestä huolehtimiseen ja päätöksentekoon on niin ratkaisevalla tavalla puutteellinen, että syntyy velvollisuus asianomaisesta huolehtimiseen ja ratkaisujen tekemiseen hänen puolestaan. Säädöksissä on korostettu, että jokaisen itsemääräämisoikeutta on suojeltava ja etsittävä aktiivisesti mahdollisuuksia ja tapoja selvittää ja toteuttaa yksilön tahto, aikaisempi elämäntapa ja arvot. Potilaan tai sosiaalihuollon asiakkaan asemaa ja oikeuksia koskevien lakien mukaan yksilön tahtoa on selviteltävä myös omaisten ja läheisten kautta. (Jääskeläinen 2004, 146.) Puolesta päättämistä, rajoitteita tai pakottamista pidetään eettisesti oikeutettuna, kun niillä suojataan muita tai asianomaista itseään ilmeiseltä vaaralta tai jos ne ovat potilaan tahto huomioiden

lääketieteellisesti perusteltuja. Oleellista on, että toimenpiteet rajoitetaan minimiin ja että ne perustuvat ihmisarvoa kunnioittavaan, perusteltavaan ja yhteistyössä arvioituun syyhyn. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2010, 47.)

Itsemääräämisoikeuden ja suvereniteetin esteet voivat syntyä myös ulkoisista tekijöistä, jotka määräytyvät yhteiskunnan, hoitojärjestelmän ja elinympäristön rakenteista. Lievimmässä muodossa se ilmenee tiedon rajaamisena iäkkäältä ihmiseltä päätöksenteon tai suostumuksen pohjaksi. Seuraava porras on suostuttelu, mikä perustuu paternalismiin eli ajatukseen, että ammattihenkilö kykenee paremmin arvioimaan asiaan vaikuttavat lääketieteelliset, sosiaaliset, psykologiset tai käytännölliset tekijät. Suostuttelu sisältää tavoitteen henkilön tahdon muuttamiseen ulkopäin asetettujen tavoitteiden ja ehtojen mukaiseksi. Taivuttelu on edellistä pitemmälle viety suostuttelu, jossa ei vain manipuloida vaan myös uhkaillaan tai ylhäältäpäin vaikutetaan mielikuviin tavoitteen saamiseksi vanhuksen tahdoksi. Olisi kuitenkin muistettava, että henkilön ratkaisuihin vaikuttavat ulkoisten asioiden lisäksi myös hänen henkilökohtaiset käsityksensä ja merkityksensä asioista. Vähimmillään itsemääräämisoikeus on kun päätökset tehdään iäkkään henkilön puolesta häntä kuulumatta. Iäkkään henkilön kokemana tilanteet ovat nöyryyttävää aliarvioimista, ohittamista tai vajaavaltaistamista. Samalla voidaan myös sulkea iäkkäälle henkilölle turvaa tuova lähipiiri yhteistyön ulkopuolelle, mikä merkitsee iäkkäälle henkilölle kaksinkertaista ohittamista. (Jääskeläinen 2004, 146, 148–149; Järnström 2011.)

Vanhuspalveluja on arvosteltu pakkokeinojen liiallisesta käyttämisestä (mm. sitominen, eristäminen tai huumaaminen) hoitokäytäntöihin normaalisti kuuluvana asiana, voimavarojen niukkuudesta johtuvana henkilöstön turhautumiseen tai kiireeseen liittyväenä toimintana tai yhteisöä hankaloittavan iäkkään ihmisen rangaistuksen ("kasvattamisen") muotona. Voimatoimien ja fyysisen sekä henkisen väkivallan käyttö tai hoidon laiminlyönti on lainsäädännöllä ja eettisesti kiellettyä. Valitettavasti myös vanhustyöstä on raportoitu väkivaltaa, hoidon laiminlyöntiä ja epäkunnioittavaa kohtaamista avoimesti tai verhotusti tapahtuvan. (Mankinen 2011, 18–19, 44–50; Saarnio 2009; katso myös Suomen vanhusten turvakotiyhdistys.) Kaltarvointi on yhteydessä negatiiviseen vanhuskäsitykseen. Kyseessä voi olla ammattitaidottomuus tai työssä väsyminen ja kynnistyminen, jolloin herkkyys vanhan ihmisen tarpeille ja ilmaisemille toiveille

katoaa. Tällöin loukataan syvästi ihmisarvoa, itsemääräämisoikeutta ja vanhan ihmisen toimijuutta. (Jääskeläinen 2004, 147, 150.) Kaltoinkohteluna ja loukkauksena vanhan ihmisen toimijuutta kohtaan pidetään myös iäkkään henkilön toiminnallisiin, psyykkisiin, emotionaalisiin tai sosiaalisiin tarpeisiin vastaamattomuutta. Karoliina Ojanen (2014, 16–29) liittää myös sukupuolen huomioimisen osaksi iäkkään toimijuuden kokonaisuutta. Kansalaisuuteen ja itsemääräämisoikeuteen liittyvien kysymysten esille nostaminen ja toimintatapojen tarkasteleminen iäkkään ihmisen toimijuuden näkökulmasta työyhteisön sisällä on äärimmäisen tärkeää.

3.3 Asiakslähtöisyys ja osallisuus – tie toimijuuteen

Asiakslähtöisyydellä tarkoitetaan organisaation tai työntekijän toimintatapaa, jossa palvelut rakennetaan yksilöllisesti huomioiden iäkkään henkilön elämäntilanne, yksilölliset tarpeet ja omat voimavarat. Se merkitsee iäkkään henkilön toiveiden ja näkemysten hyväksymistä, huomioimista ja toteuttamista. Osallisuuteen liitetään usein sellaisia käsitteitä kuin osallistuminen, osallistaminen, vaikuttaminen ja valtaistaminen. Osallisuus on valinnanvapautta ja yksilöllistä vaikuttamista omaan hoitoon tai palveluun. Osallisuuden käsite liittyy myös yhteisöön osallistumiseen ja siinä osallisena olemiseen ja vaikuttamiseen. Ilman asiakslähtöisyyttä ei aito osallisuus voi toteutua. Asiakslähtöisyys kuvaa hoidon tai palvelun tavoiteulottuvuutta ja osallisuus kokemusulottuvuutta. (Paasivaara 2004, 32.)

Vanhuspalvelulaki velvoittaa varmistamaan iäkkään henkilön osallisuus oman palvelunsa suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Osallisuuden toteutumiseen liittyy tietoisuus valintamahdollisuuksista, palvelujen saatavuus ja saavutettavuus. Maarit Kairala (2010) on kuitenkin todennut, että mitä enemmän ikäihmiseen liitetään kielteisinä pidettyjä ominaisuuksia kuten ikä, fyysistä toimintakykyä rajoittava tekijä, kommunikoinnin vaikeudet, kognition alenema, haastava käyttäytyminen, köyhyys, menetykset, omaishoitajuus, alueellisesti syrjäinen sijainti tai riippuvuus toisista, sitä helpommin hän jää osattomaksi omassa elämässään ja yhteiskunnassa. Ilmenee toiseutta, lapsellistamista ja stereotyyppittelyä. Osallisuus mahdollistuu toimeliaan kolmasikäisen kohdalla, mutta siirryttäessä hoivavanhuuden vaiheeseen, huomio onkin laitospai-

koissa, hoitohenkilöstössä ja palvelujen organisoinnin ongelmissa iäkkään henkilön itsensä jäädessä taka-alalle. Ilmiötä kutsutaan hoitajien asenteisiin ja työkäytänteisiin ehdollistettuna osallisuutena. Mitä rajoittuneempi iäkkään henkilön toimintakyky on, sitä enemmän tarvitaan toisten mahdollistamaa, tuettua osallisuutta ja toimijuutta. (Kairala 2010.)

Vanhuspalvelulaki edellyttää iäkkään henkilön osallisuuden, vaikuttamismahdollisuuksien ja valintaoikeuksien varmistamista kohtaamisissa, neuvotteluissa ja hoito- ja palvelusuunnitelman laadintatilanteessa. Osallisuuden kokemus lisää kuulluksi tulemisen, oman elämän hallinnan ja toimijuuden tunnetta. Vanhuspalvelulain tavoitteena on toimintakulttuuri, joka korostaa tasa-arvoista dialogia ammattilaisen ja asiakkaan välillä. (Moisio ym. 2013, 12, 14.)

3.4 Hoidosta hoivaan

Lähtökohtaisesti Suomessa toteutetaan laadukasta lääketieteellisestä ja sairaanhoidollista vanhustyötä. Henkilöstön osaaminen ja aikaresurssi on valjastettu tämän tavoitteen toteuttamiseen. Vanhustyön haasteena on nähty asiakaslähtöisyyteen, elämänlaatuun ja mielekkääseen, toiminnalliseen arkeen liittyviin asioihin vastaaminen. Myös yhteistyön vahvistaminen ja tasa-arvoisen vuoropuhelun aikaansaaminen omaisten ja läheisten kanssa on nähty tärkeäksi. Tarve muutokseen on tunnistettu jo vuosikymmeniä sitten, sillä se on sisältynyt jo aikaisempiin kuten vuoden 2001 ikäihmisten hoitoa ja palveluja koskevaan laatusuosituksen. Käytännöt vanhustyön strategioissa, johtamisessa ja perustyössä kuitenkin muuttuvat varsin hitaasta. Osaltaan kyse on myös vanhustyön ammattien ja ammattilaisten koulutussisällöistä sekä palvelujen organisoinnin tavasta. Vanhustenhoito on mielestäni tällä hetkellä sosiaalipalvelua, jota toteutetaan sairaanhoidon käytännöin. Kuvaavaa on, että sairaanhoidollinen osaaminen varmistetaan määräajoin lääketentien, muttei samankaltaista osaamisen testaamista tai päivitystä ei tehdä eettisen osaamisen kohdalla.

Vanhuuden hallintaan pohjautuva vanhustyö voi ohittaa vanhan ihmisen subjektiivisuuden ja toimijuuden, kun hänen toiminnallinen ja kognitiivinen kontrolli elämästään on muutenenmassa (Hakonen 2003, 131; Seppänen 2006, 33; kts. Miettinen 2006, Muurinen

ym 2006, Jolanki 2009; Räsänen 2012). Hoidon, hoivan ja huolenpidon tarpeessa olevan paternalistinen, medikalisoitunut ja institutionalisoitunut vanhuus perustuu räikeimmillään puolesta tietämiselle, puolesta tekemiselle, puolesta puhumiselle, haltuun ottamiselle, siis auttajan toimijuudelle (Tedre 2007, 97, 99, 102). Suppeimmillaan iäkkään henkilön jokapäiväisen elämän keskeiset toiminnot voivat kaventua pelkästään elintoimintojen vaatimiin toimiin. Iäkkään henkilön kokemana ulkopuolisuuden, hyödyttömyyden, arvottomuuden ja esineellistämisen kokemus voi olla musertava. (Kankare 2002; kts Järnström 2011.) Mike Hepworthin (2004, 128, 131) mukaan ihminen kuolee sosiaalisesti, mikäli häntä ei kohdella aktiivisena toimijana ja elämänsä subjektina.

Hoidon tarkoitus on parantaa. Lähtökohtaisesti hoidossa vanhus on tekemisen ja toimienpiteiden kohde, objekti, kun taas hoivassa vanhus ja hoivaaja katsotaan toimivan enemmän yhteistyössä. Hoivan käsitteeseen liitetään hoito käsitettä laajemmin huolenpidon eri ulottuvuuksia, sosiaalisen vuorovaikutuksen eri elementtejä ja vanhan ihmisen oma tahto. (Tedre 2003, 64; Anttonen & Zechner 2009, 17–18.) Hoivalla edistetään vanhan ihmisen hyvää arkea. Se on läsnäoloa, konkreettista arjessa auttamista ja toimintakyvyltään rajoittuneesta henkilöstä huolenpitoa, kanssakulkemista. Hoivaan voi sisältyä myös hoidollisia asioita. Hoivan voi myös määritellä tavaksi ajatella ja toimia kokonaisvaltaisesti vanhan ihmisen toimintakykyä, terveyttä ja koettua hyvää elämää edistävästi. Aikaisemmin hoivalla tarkoitettiin ei-ammattilaisen kotona tekemää hoitamistyötä, informaalia hoivaa, mutta nykyisin laadukkaaseen ammatilliseen vanhustyöhön katsotaan kiinteästi liittyvän hoivan ja toimijuuden tukemisen elementit. (Räsänen 2011, 44–45.)

3.5 Toimintakyvyn laajempi ymmärtäminen

Toimintakyky käsitteenä liittyy ihmisen hyvinvointiin ja se voidaan määrittää joko voimavaralähtöisesti, jäljellä olevan toimintakyvyn tasona tai todettuina toiminnan vajaina. Tavallisimmin toimintakyky jaotellaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Erilaiset mittarit toimivat tärkeinä diagnostisina apuvälineinä ja toimintakykyä tukevien toimien suunnittelun pohjana. Fyysisen toimintakyvyn mittaamisella ja tukemisella on edelleen keskeinen rooli vanhustyössä, mikä osaltaan kaventaa tapaa

lähestyä iäkkään henkilön toimijuutta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 3; Eloranta & Punkanen 2008, 9-17.)

Toimintakyvyn käsitteen ongelma on, että sen avulla tarkastellaan ensisijaisesti ikääntyvien potentiaalista eli mahdollista toimintakykyä, ei niinkään käytössä olevaa toimintakykyä. Huomio kiinnittyy ulkoisesti havaittavaan toimintaan ja siihen liittyvään ulkoiseen aktiivisuuteen. Ihminen nähdään toimintakyvyn kantajana, ei käyttäjänä. Tällöin vaarana on, että huomiotta jää yksittäisen ihmisen konkreettinen monitahoinen elämäntilanne, ympäristö, toimintamahdollisuudet ja subjektiivinen kokemus. (Helin 2000, 16; Jyrkämä 2004, 157; Seppänen 2006, 36–37; Jyrkämä 2007a, 195–199; Phillips ym. 2010, 134.)

Laajasti määritellen toimintakyvyllä voidaan tarkoittaa sitä, miten ihminen selviytyi itseään tyydyttävällä tavalla itselleen merkityksellisistä jokapäiväisen elämän toiminnoista siinä ympäristössä, joissa hän arkeaan elää ja merkityksellistää. Toimintakyvyn ylläpitämistä ja edistämistä varten suunnitellut toimenpiteet ja palvelut edellyttävät henkilön itsensä motivaatiota aikaansaada muutos toimintakyvyssä. Hyvässä toimintakyvyn arvioinnissa tasapainotetaan henkilön subjektiivinen arvio toimintakyvystään ja avuntarpeestaan, eri mittaus- ja arviointikeinojen avulla tehty arvio ja mahdollisesti omaisen näkemys henkilön toimintakyvystä ja mahdollisuuksista. Tärkeää on selvittää tekijät, jotka vahvistavat tai estävät toimintakyvyn myönteistä kehitystä ja arjessa selviytymisen kokemusta. (Heimonen & Voutilainen 2006, 24, 29.) Huomion siirtäminen iäkkään henkilön elämän rikastuttamiseen henkilöstä itsestään ja hänen lähtökohdistaan käsin hänen tavallisessa arjessaan ja tutussa toimintaympäristössä on toimintakykyä tukevaa ja kuntouttavaa hoitotyötä parhaimmillaan ja samalla usein toteutuu myös toimintakyvyn tukemisen tavoitteet. Tällöin toimijuus on henkilöllä itsellään. (Seppänen ym. 2009, 8; kts Vähäkangas 2010).

Vanhuspalveluissa puhutaan kuntouttavasta työotteesta, jolla tarkoitetaan suppeimmillaan, että iäkkään henkilön on tehtävä kaikki oletetun toimintakyvyn puitteissa itse. Tästä työkäytännestä olen kuullut käytettävän myös nimitystä ”mummojen itkettämisen ja nolaamisen käytäntö”. Toimijuus näkökulman mukaan parempi käytäntö on voimavaralähtöinen työote (Koskinen 2004), jossa huomioidaan toimintakyvyn lisäksi

iäkkään henkilön subjektiivinen kokemus ja elämäntilanne. Elämänhistoria, yksilölliset elämäntyylit ja elämäntapa sekä koettu hyvä elämä otetaan huomioon työskentelyssä ja käytetään niitä aktivoinnin ja motivoinnin lähteinä. (Koskinen ym. 2008, 550–551.) Tämä ei tarkoita, että laaja-alaista toimintakyvyn tukemisesta ja kuntoutuksellisuudesta luovuttaisiin, kysymys on tasa-arvoisesta kohtaamisesta, puolitiehen vastaan tulemisesta, arjen kuntoutuksellisuuden arvostamisesta ja että toiminnan lähtökohta on iäkäs itse yksilöllisine piirteineen, tapoineen ja tuen tarpeineen.

Toimijuus (human agency, individual goal orientation) sisältää pyrkimyksen persoonallisiin tavoitteisiin ja tunteen itsestä. Käsitteen kautta tuodaan esiin ikääntyneen oma subjektiivisuus, oma tahto, omat valinnat, omannäköinen tekeminen ja henkilölle itselleen tärkeät elämänlaadun ulottuvuudet (Savikko ym. 2006, 25, 36; Heimonen 2009, 10). Toimijuuden näkökulma laajentaa vanhuspalvelujen järjestämistä huomioimaan ja vastaamaan perinteisen toimintakyvyn vajeen lisäksi myös jäljellä olevan toimintakyvyn, yksilön sosiaaliseen ja psykologiseen puolen sekä asiakkaan ympäristön ja arjen sekä niissä arvokkaana pitämien asioiden ja arvojen huomioimisen kysymyksiin. Jyrkämä (2007a, 204) viittaa toimintakyvyn sosiaalisen ja yksilöllisen näkökulman yhteydessä Laura Carstensenin (1991) muotoilemaan sosioemotionaaliseen valinnan teoriaan, jonka mukaan vanha ihminen käyttää ja suuntaa hupenevat voimansa ja suuntaa valinnat vuorovaikutukseen ja asioihin, jotka ovat emotionaalisesti palkitsevia. Katse kääntyy toimintakyvystä toimintakyvyn sosiaalisuuteen ja henkilön kokemaan tyytyväisyyteen omasta elämästä. Toimintakyky nähdään niin ruumiin, toiminnan, osallistumisen kuin mielenkin tasolla. (Jyrkämä 2004, 157; Seppänen 2006, 36–37; Jyrkämä 2007a, 200–201; Woods 2007,7.)

Jyrkämä (1995, 8; myös Seppänen 2006, 36–37) korostaa vanhan ihmisen toimijuuden ja toimintakykyisyyden sosiaalisuutta. Luottamus ja turvallisuus sosiaalisessa vuorovaikutuksessa edistävät kokemusta toimintakykyisyydestä. Jyrkämä (2007b, 32) viittaa Theodore Kemperin (1978) sosiaalisen vuorovaikutuksen tunneteorian, teoriaa on kutsuttu myös tunteiden status-valta – malliksi. Vallan Kemper (mt.) määrittelee kykyinä saada toinen seuraamaan toiveitaan ja näkemyksiään. Status puolestaan viittaa siihen, miten vuorovaikutuksessa annetaan ja saadaan pakottamatonta arvonantoa, myötämielisyyttä ja kunnioitusta. Jos jossakin tilanteessa yksilön status ja arkivalta

säilyvät, tuottaa se tyytyväisyyttä, positiivisia tunteita ympäristöä ja sen ihmisiä kohtaan ja lisää motivoituneisuutta. Kun taas status ja arkivalta menetetään, seurauksena on häpeää ja tarpeettomuutta, hämmennystä ja suuttumusta sekä masentuneisuutta. Yksilön sosiaalisissa vuorovaikutussuhteissa ja tilanteissa kokemalla suhteellisella vallalla ja statuksella ja niiden muutoksilla on olennainen vaikutus siihen, miten hän vuorovaikutuksen ja toimijuutensa mahdollisuudet kokee ja miten kyseiseen tilanteeseen ja siinä oleviin henkilöihin suhtautuu.

Perinteistä toimintakyvyn käsitettä täydentävässä näkökulmassa vanha ihminen nostetaan keskeiseksi ja hänet nähdään merkittävänä oman elämänsä subjektina, oman elämänsä toimijana ja kokijana, vaikka hän olisi toimintakyvyltään hyvinkin rajoittunut. Näkyvän, mitattavan ulottuvuuden rinnalle tasaveroisena halutaan nostaa vanha ihminen psyykkisenä ja sosiaalisena, elämänhistorian omaavana, yksilölliset merkityssisällöt, tarpeet ja tunteet omaavana toimijana. (Jyrkämä 2006, 139; Jyrkämä 2007a, 196, 201, 204–205)

3.6 Toimijuuden tukemisen tavoitteena hyvä ja mielekäs elämä

Toimijuuden tukemisella tavoitellaan yksilöllistä hyvää ja mielekästä elämää. Hyvä ja mielekäs elämä on moniulotteinen ja kokonaisvaltainen käsite, joka sisältää yhteiskunnallisia, yhteisöllisiä ja yksilöllisiä ulottuvuuksia. Yksilöllinen näkemys hyvästä elämästä rakentuu elämänmittaisena prosessina ihmisen omaksumista arvoista ja kokemuksista. Powell Lawtonin (1983) ”hyvän elämän” malli koostuu neljästä ulottuvuudesta: fyysisestä kompetenssista ja oppimiskyvystä, psyykkisestä hyvinvoinnista, kokemuksesta omasta elämänlaadusta sekä objektiivisesta ympäristöstä. Mallissa keskeistä on ympäristön ja yksilön kykyjen välinen sopusointu. Nämä ulottuvuudet voivat painottua eri tavoin eri elämänvaiheissa ja -tilanteissa. Objektiivinen, ulkoisesti havaittava hyvä elämä voi olla eri kuin subjektiivinen, yksilön oma kokemus hyvästä elämästä. (Luoma 2009, 74.) Tämän vuoksi iäkkään henkilön yksilöllisen näkemyksen hänen hyvästä ja mielekkäästä elämästä tai vanhenemisen kokemuksesta voi saada tietoon vain kysymällä sitä häneltä itseltään (Heikkinen 2008, 213). Tähän myös vanhuspalvelulaki velvoittaa.

Hyvään elämään liittyy Marja Vaaraman ym. (2010, 150) mukaan yleinen tyytyväisyys elämään sekä positiivinen kuva omasta itsestä ja mahdollisuuksistaan. Hyvään elämään keskeisesti liittyviä ovat terveys ja toimintakyky. Terveys iäkkäiden henkilöiden puheissa ei ole sairauden puuttumista, vaan kohtuullista fyysistä ja psyykkistä vointia. Kohtuulliseen fyysiseen vointiin iäkkäät yhdistävät itsellisen liikkumisen, kivuttomuuden ja hyvän unen. Riittävä toimintakyky on arkielämän toimista selviytymistä itsenäisesti tai autettuna. (Helin 2000, 21–25.)

Hyvän elämän kokemukseen liittyy myös yhteisöllisyys ja riittävät sosiaaliset suhteet. Sosiaaliset verkostot kuten läheiset, turvaa tuovat ihmissuhteet ja kodin ulkopuoliseen elämään osallisuuden mahdollisuus ovat tärkeä osa hyvää elämää. Sosiaalisten verkostojen kautta ikääntynyt kokee olevansa yhteisönsä jäsen ja kuuluvansa johonkin. Sosiaalisten verkostojen kautta saatu tuki on merkittävä hyvän elämän kokemisessa. (Vaarama ym. 2010, 150–167.) Emotionaalisiin tarpeisiin vastaaminen on tärkeää kokemukselle hyvästä elämästä ja toimijuudesta. Emotionaaliset tarpeet ilmentävät ihmisen inhimillistä tarvetta tuntea olevansa pidetty, hyväksytty, yksilönä tunnistettu ja turvassa sekä tarvetta olla toiminnallinen ja luova. Emotionaalisten tarpeiden tyydyttymisen kautta ihminen tuntee turvallisuutta ja varmuutta selviytymisestä, luottamusta, itsearvostusta ja iloa. (Räsänen 2011, 74.)

Asuinympäristöön liittyvä turvallisuus ja esteettömyys ovat hyvän elämän mahdollistajia. Asunnonmuutostyöt, tarvittavat apuvälineet ja arkea helpottavien toimintatapojen omaksuminen tukevat itsellistä selviytymistä (Vaarama 2004, 185). Luottamus avun saannista lisää turvallisuuden tunnetta. Riittävät ja oikea-aikaiset palvelut tukevat iäkkään toimijuutta ja tukevat kokemusta selviytymisestä kotioloissa. Iäkkään henkilön luottamus palvelujen saantiin ja riittävyteen on vanhuspalvelujen haaste, sillä esimerkiksi Vaarama (2004, 157–159) on todennut tutkimuksessaan (n=3195), että 10 % ikäihmisistä ei saanut kotiinsa tarvitsemaansa ja toivomaansa apua ja 11 % tuli mielestään liian vähän autetuksi.

Hyvään elämään iäkkäänä liittyy tulotaso, joka iäkkäillä ihmisillä voi olla yhteydessä terveydenhoitomahdollisuuksiin, mahdollisuuksiin ostaa palveluja, asumistasoon, ravitsemukseen ja sosiaaliseen osallistumiseen. Kysymys ei ole vähäpätöinen, sillä Sirpa

Nykäsen (2007, 99) kolmasikäisiä koskevan tutkimuksen (n=140) mukaan 5 % ilmoitti, että heillä joskus on ollut maksuvaikeuksia säännöllisesti tulevien maksujen kanssa ja jopa 13 % ilmoitti, että olemassa olevat palvelumaksut estävät heitä käyttämästä kunnan tai yksityisen sektorin palveluja. Avopalvelujen maksut voivat toimia puskurina hoivapalveluihin siirtymiseen.

Riitta Räsänen (2011, 169–170) ympärivuorokautisen hoivan ympäristössä tehdyn elämänlaatututkimuksen mukaan subjektiivisen, sosio-emotionaalisen ympäristön laatu korostuu hoivan vaiheessa. Laitoksessa asuvalla hyvän vanhuuden kokemukseen vaikuttaa myös kokemus saadusta hoidosta, yksilöllisesti rakennetusta huomiosta ja kohtelusta. Koskisen ym. (2007, 192) mukaan kaikkein keskeisin ero kolmas- ja neljäskäikäisten henkilöiden välillä näyttää olevan, että kolmasikäisten hyvän elämän kokemuksessa korostuvat fyysiseen toimintakykyyn, aineelliseen hyvinvointiin ja palvelujen saatavuuteen liittyvät tekijät, kun taas neljäskäikäisillä eli iäkkäillä henkilöillä korostuvat psykososiaaliseen hyvinvointiin liittyvät tekijät, esteettömyys sekä riittävät ja hyvinvointia monipuolisesti tukevat palvelut.

4 Tutkimuksen toteutus

4.1 Tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen aihe on toimijuus iäkkään ihmisen itsensä sanoittamana. Iäkkään henkilön näkemyksen omasta toimijuudestaan ja tärkeinä pitämistä asioista ymmärrän rakentuvan elämäntilanteesta. Tunne toimijuudesta syntyy sosiaalisesti ja toiminnallisesti iäkkästä ympäröivien ihmisten ja rakenteiden luomissa mahdollisuuksissa ja rajoituksissa. Tavoitteenani on iäkkään henkilön näkemysten kuuleminen toimijuuden näkökulmasta ja iäkkään henkilön toimijuuden rakentumisen parempi ymmärtäminen tilanteessa, jossa iäkkään henkilön tulevaisuuden näkymässä on väistämättä toisen antaman avun ja hoivan tarve kotona tai kun siellä asuminen ei ole mahdollista kodin ulkopuolisessa asumisyhteisössä. Mielenkiinnon kohteena ovat ilmaukset, joilla iäkkäät henkilöt määrittelevät tekemisen ja olemisen tapaa sekä toiveita itselleen tärkeiden asioiden suhteen liittyen heidän toimijuuteensa.

Tutkimuskysymykset ovat:

- Millaista toimijuutta iäkä henkilö ilmaisee elämäntilanteestaan
- Millaisena iäkä henkilö näkee hyvän ja mielekkään elämän kotona ja kun siellä asuminen ei ole enää mahdollista, kodin ulkopuolisessa asumisyhteisössä toimijuuden tukemisen näkökulmasta

4.2 Merkitysten tutkiminen laadullisessa tutkimuksessa

Tämä tutkimus on laadullinen tutkimus, jota ohjaa teoreettisena näkökulmana Jyrki Jyrkämän (2007, 2008) toimijuuden käsite. Tutkimusotteen ja -menetelmän valinta perustuu tutkimusongelmaan tai – tehtävään. Laadulliseen tutkimusotteeseen päädyin, koska tutkimukseni tavoite on olla kuvaileva ja tulkitseva. Laadullinen tutkimus mielestäni mahdollistaa tutkimusongelmaani vastaamisen määrällistä tutkimusotetta paremmin. (Metsämuuronen 2005, 167.)

Tieteenfilosofisesti laadullinen tutkimus perustuu aristoteeliseen ja fenomenologisen tieteen perinteeseen. Tavoitteena on ilmiön kuvaileminen ja ymmärtäminen. Aristoteelisen näkemyksen mukaan inhimillisessä toiminnassa mukana on subjektiivinen toimintaan vaikuttava momentti, jolloin kiinnostuneita ollaan subjektin ajatuksista, tunteista, aikomuksista ja päämääristä. Laadullisessa tutkimuksessa ollaan fenomenologisen perinteen mukaisesti kiinnostuneita ihmisen elämis- ja kokemusmaailmasta ja ihmisen yhteisöllisyydestä. Tarkoituksena on lisätä ymmärrystä inhimillisen elämän ilmiöstä. Kokemus syntyy ja merkityksellistyy vuorovaikutuksellisessa suhteessa elämäntodellisuuden kanssa.

Fenomenologia on ilmiön olemuksellisen merkitysrakenteen selvittämistä. Laadullisen tutkimuksen liittyminen hermeneutiikkaan liittyy yksilöllisen kokemuksen ja ilmiön ilmauksien tulkitsemisen ja oivaltamisen tavoitteeseen. Kuvailevana, ymmärtävänä ja tulkitsevänä tutkimusotteena laadullinen tutkimus korostaa tutkimuskohteen autonomisuutta, merkityksen koherenssia ja ymmärtämisen aktualisuutta. Se ei pyri löytämään universaaleja yleistyksiä vaan ymmärtämään ihmisen sen hetkistä merkityksimaailmaa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 27–35; Laine 2010, 28–31, 43–44.)

Merkitykset ilmenevät toiveina, tavoitteina ja uskomuksina, mutta myös aikomuksina ja toimintana. Merkitykset tutkimuskohteenä on haasteellinen, koska asioiden merkitykset eivät tarkoita jokaiselle samaa. Asioihin ja tapahtumiin liittyy yksilöllinen, kulttuuriin, aikaisempiin kokemuksiin ja nykyiseen tilanteeseen sijoittuva tulkinta. Osaksi merkitykset ovat tiedostettuja ja mahdollisia sanoittaa, mutta osittain ne ovat myös piileviä, henkilön itsensä sanoittamisen tavoittamattomissa. Merkitykset myös liittyvät toisiinsa. Merkitysten tulkinta edellyttää herkkyyttä havaita vivahteita ja merkitysten keskinäisiä suhteita. Merkitysten tulkinta myös edellyttää paneutumista kontekstiin, jossa henkilö on elänyt ja elää ja on rakentanut ja rakentaa merkitykset. (Pohjola 2003; 54–57; Jyrkämä 2008, 192–193; Moilanen & Rähä 2010, 46–48.)

4.3 Aineisto

Haastattelin joulukuussa 2013 kaikkiaan kymmentä iäkästä henkilöä, kahdeksaa naista ja kahta miestä. Haastateltavista nuorin oli 69 -vuotias ja vanhin 88 -vuotias. Kaksi

haastateltavaa oli 85 -vuotiasta, heidät olen erottanut iän perässä olevalla kirjaimella a ja b. Kaikki haastateltavat olivat yksinasuvia leskiä, joilla kaikilla oli arkea rajoittava toimintakyvyn alenema. Heistä yksi asui omakotitalon toista päätyä, kaksi kolmiossa rivitalossa, yksi kolmiossa kerrostalossa, yksi omistuskaksiossa kerrostalossa, neljä asui vuokrakaksiossa ja yksi asui vuokrayksiossää. Kolmen asunto sijaitsi vanhusten vuokra-asuntoalueella vanhusten toimintakeskuksen läheisyydessä. Kaikki asuivat taajamassa.

Kysyin haastateltaviksi työni kautta tietooni tulleita haastateltaviksi sopivia iäkkäitä henkilöitä. Listasin tiedossani olevien henkilöiden nimiä, joiden elämäntilanne on tutkimuskysymyksen mukainen. Etsin henkilöitä, jotka eivät olleet vanhustyön asiakkuudessa, asuivat kotona ja että hänellä oli senkaltainen toimintakyvyn alenema, jonka vuoksi näköpiirissä on toisen henkilön antaman avun tarve lähitulevaisuudessa. Listaamistani noin kolmestakymmenestä nimestä arvoin haastateltavat. Haastateltavien saaminen ei tuottanut ongelmia; jokainen pyytämäni suostui haastateltavaksi ensi kysymällä.

Alun perin tarkoitukseni oli tehdä kuusi yksilöhaastattelua, mutta suostuin yhteen viiden naishenkilön ryhmähaastatteluun kyseisen ryhmän nimenomaisesta toivomuksesta. Mennessäni hakemaan sopimuksemme mukaisesti haastateltavaksi suostunutta naishenkilöä palvelukeskuksen ryhmätilasta, läsnä oleva ryhmä ja alkuperäinen haastateltavaksi sovittu ilmoittivat, että he kaikki haluavat tulla haastatelluksi, koska aihe oli heidän mielestään mielenkiintoinen. Alkuperäinen haastateltava oli näyttänyt teema-haastattelun kysymykset ryhmäläisille ja he olivat pohtineet niitä yhdessä. Suostuin ryhmähaastatteluun ajatellen, että siten saan kokemuksen myös ryhmässä tapahtuvasta haastattelusta.

Kyseinen ryhmä on toiminut yhdessä pitkän aikaa ja he tuntevat toisensa vuosien takaa. He kertoivat elämäntilanteistaan ja ajatuksistaan tulevaisuuden suhteen varsin avoimesti omasta näkökulmastaan ja selvästi toisiinsa luottaen. Alun perin olin ajatellut, että tutkimuskysymyksen henkilökohtaisuuden vuoksi ja iäkkäiden henkilöiden ollessa haastateltavina yksilöhaastattelu sopisi haastattelumuodoista parhaiten, mutta yllätyin, miten antoisa tutkimuksen kannalta oli yllättäen toteutunut fokusryhmähaastattelu. Keskustelu ryhmässä sujui yksilöhaastattelun tapaan teemakysymys kerrallaan.

Tehtäväni haastattelijana oli huolehtia, että kaikki ryhmässä olijat tulivat kuulluksi. Yhden kysymyksen kohdalla haastateltavat alkoivat toistaa toistensa vastauksia, jolloin lisäkysymyksellä vein puhetta henkilökohtaisempaan suuntaan. Muutoin ryhmäläiset rikastuttivat kannanotoillaan toinen toistensa pohdintaa. Kokemukseni molemmista haastattelutavoista, niin yksilö- kuin fokusryhmähaastattelusta, olivat myönteiset. Kaikki haastateltavani olivat yksilöinä sitoutuneet haastatteluun ja olivat valmiit jakamaan ajatuksiaan kanssani.

Toteutin yksilöhaastattelut haastateltavien kotona ja ryhmähaastattelun palvelukeskuksen kerhotilassa. Sovin haastattelut puhelimitse. Kerroin haastateltaville tutkimuksen tarkoituksesta, aineiston käytöstä, haastattelun vapaaehtoisuudesta sekä annoin omat yhteystietoni. Toimitin haastattelukysymykset liitekirjeineen (liite 1 ja 2) heille etukäteen, mikä osoittautui hyväksi menettelyksi, koska he selvästi olivat pohtineet ja työstäneet asioita etukäteen. Haastattelutilanteet olivat vapaamuotoisia keskusteluja ja etenivät vapaasti haastattelukysymyksiä sivuten. Haastattelijana johdattelin toisiinsa puhetta takaisin aiheeseen tai esitin kysymyksen jostakin teemasta. Kaikkien kanssa sivuttiin ainakin jollakin tasolla kaikkia haastattelukysymyksiä. Tunnelma haastattelutilanteissa oli rauhallinen ja koin, että haastateltavat luottivat minuun ja halusivat jakaa kokemuksiaan ja ajatuksiaan kanssani.

Laadullisessa tutkimuksessa yleisimmin käytetyt aineistonkeruumenetelmät ovat haastattelu, kysely, havainnointi ja erilaisiin dokumentteihin perustuva tieto. Niitä voidaan käyttää yksin tai yhdessä rinnan. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 73.) Tutkimuksen aihe ja tutkimusjoukon korkea ikä puolsivat tässä tutkimuksessa tutkimusmenetelmän valinnaksi haastattelua. Haastattelu on mielestäni paras tapa hankkia tietoa toisen tulkinnoista asioille, kokemuksista ja asioille antamista merkityksistä. (Laine 2010, 37; Hirsjärvi & Hurme 2000, 48.) Haastattelu on interaktiivinen tapahtuma, jossa aineisto tuotetaan vuorovaikutuksessa. Haastattelun etuna on, että haastattelussa voin tutkijana tarkentaa lisäkysymyksiin asiakkaan puhetta kuten arkea, asiakkaan arvossa pitämiä ja menneisyyteen liittyviä asioita, joilla asiakas mielipiteitään ja toiveitaan perustelee (Hirsjärvi & Hurme 2000, 38).

Jari Eskolan ja Jaana Vastamäen (2001, 28) mukaan haastattelupaikka on tärkeä tekijä haastattelujen onnistumisen kannalta. Heidän mukaansa haastateltavien kotikentällä esimerkiksi kotona tehtävillä haastatteluilla on suurempi mahdollisuus onnistua. Tila on haastateltavalle tuttu ja turvallinen. Lupa tulla kotiin kertoo myös sitoutumisesta tutkimukseen ja että haastateltava on valmis luottamaan tutkijaan. Haastattelu kotona myös säästää iäkkään henkilön vaivaa saapua haastateltavaksi. Haastattelu kotona tai iäkkään muussa luonnollisessa elinympäristössä mahdollistaa myös toimintarajoitteisen kuten fyysisiltä voimiltaan heikon ottamisen tutkimusjoukkoon ja hänen yksilöllisen huomioimisen haastattelutilanteessa. Eskolan ja Vastamäen (2001, 31) mielestä kannattaa pyrkiä luomaan miellyttävä ja vapautunut ilmapiiri ja tietoisesti pyrkiä rakentamaan haastateltavan kanssa luottamuksellinen, kunnioittava suhde.

Laadullisessa tutkimuksessa haastattelu voidaan toteuttaa strukturoituna haastatteluna, teemahaastatteluna eli puolistrukturoituna haastatteluna tai syvähaastatteluna (Eskola & Vastamäki 2001, 26). Tässä tutkimuksessa olen päätenyt vapaamuotoiseen teemahaastatteluun. Teemahaastattelussa edetään tiettyjen keskeisten etukäteen valittujen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa. Haastatteluni apukysymykset perustuivat tutkimuskysymykseen ja tutkimuskontekstiin. Timo Laine (2010, 37–38) opastaa laatimaan laadullisessa tutkimuksessa haastateltavalle esitettävät kysymykset siten, että vastaukset ovat kuvailevia ja kertomuksenomaisia. Hän kehottaa kysymään konkreettisia, kokemuksellisia, toiminnallisia, todellisuuden kuvailemiseen houkuttelevia kysymyksiä. Omassa tutkimuksessani olen kiinnostunut kuulemaan iäkkään henkilön sanoittamana, miten hän toimijuuden sanoittaa; millaisia käsityksiä, merkityksiä tai odotuksia hänellä on itsestään ja tilanteestaan suhteessa lähenevään toisen henkilön avun ja hoivan tarpeeseen. Haastattelutilanteessa tutkijan lisäkysymykset voivat perustua myös intuitioon ja aikaisempaan tietoon ja kokemukseen aiheesta. (Eskola & Vastamäki 2001, 26–27; Tuomi & Sarajärvi 2002, 77–78.) Haastattelurunko on liitteenä tämän tutkielman lopussa (liite 2).

Haastattelulla tarkoitetaan keskustelunomaista vuorovaikutustilannetta haastattelijan ja haastateltavan välillä. Noudatin haastattelussa vapaan haastattelun ideaa, jolloin tarkkojen kysymysten sijaan edetään mahdollisimman keskustelunomaisesti ja luonnollisesti antaen tilaa haastateltavan kokemuksille, tuntemuksille, muistoille, mielipi-

teille ja perusteluille. Timo Laineen (2010, 37) mukaan avoimessa haastattelussa kyse on fenomenologisesta haastattelusta. Lisäkysymyksillä mukailin asiakkaan kertomusta ja hain tarkennusta hänen ilmaisuilleen. Kokemattomana tutkijana ja haastattelijana en voinut lähteä haastattelutilanteeseen miettimättä joitakin tutkimusongelmasta ja toimijuus käsitteestä nousevia keskeisiä aihepiirejä ja laatimatta niihin liittyviä kysymyksiä valmiiksi, ikään kuin itselle turvaksi. Haastattelun kulun varmistamiseksi laadin apukysymyksiä teemahaastattelun tapaan tutkimuskysymyksiin liittyen, muutoin annoin haastateltavan puhua vapaasti. (Eskola & Suoranta 2000, 86 – 88; Hirsjärvi & Hurme 2001.) Lähtökohta oli, etten voinut kysyä iäkkäältä ihmiseltä suoraan, mitä hän ajattelee toimijuudesta, koska termi olisi ollut todennäköisesti hänelle vieras.

Tutkijana minun tehtävänä oli pitää haastattelu aiheessa, mutta antaa haastateltavan puhua vapaasti. Jari Eskola ja Jaana Vastamäki (2001, 30–31) kuvaavat, että haastattelijasta tulee kuuntelija ja haastateltavasta asiantuntija. Haastattelun etuna on sen joustavuus. Haastattelijana minulla oli mahdollisuus toistaa kysymys, selventää ilmaisuja ja kysyä tarkennuksia. Haastattelu voi edetä tilanteen mukaisesti, haastateltavaa mukailen ja esimerkiksi kysymyksiä ei tarvitse esittää eri haastattelutilanteissa samassa järjestyksessä tai täysin samanmuotoisina. Haastattelun etuna oli myös haastateltavan ja ympäristön havainnoinnin mahdollisuus, joka osaltaan voi laajentaa ymmärtämystä iäkkään henkilön toimijuuden ilmauksista. (Eskola & Vastamäki 2001, 24; Tuomi & Sarajärvi 2002, 75–76, 83.) Henkilökohtaisessa tapaamisessa pystyin lisäksi varmistamaan, että vastaaja oli todella iäkäs henkilö itse.

Haastattelijana olisin toivonut itseltäni enemmän malttia odottaa vanhan ihmisen vastausta. Liian helposti aloin selittelemään kysymystä. Pohdintojen ollessa pitkiä jopa puhuin haastateltavan puheen päälle. Myös tutkijan roolissa pidättäytyminen oli ajoittain vaikeaa, sillä huomasin alkavani etsiä ratkaisuvaihtoehtoja heidän esittämiin pulmiin. Tein haastattelut kolmen viikon aikana, yhden haastattelun päivässä. Yleensä litteroin haastattelun heti sen teon jälkeen, mikä osoittautui hyväksi tavaksi, koska minulla oli haastattelutilanne monella tapaa vielä muistissa kuten tunnelma haastattelutilanteessa ja haastateltavan liikkeet ja eleet. Haastattelujen oltua ajallisesti pitkiä, 69-214 minuuttia, yhden haastattelun litterointiin meni kolmekin päivää. Kaikki haas-

tattelut kuuntelin ainakin kolmeen kertaan. Opiskelutoverin hyvien neuvojen ansiosta haastattelu ja niiden purku sujuivat teknisesti ongelmitta.

4.4 Teoriasidonnainen aineiston analyysi

Tuomen ja Sarajärven (2002, 93) mukaan perusanalyysimenetelmä laadullisessa tutkimuksessa on sisällönanalyysiksi kutsuttu analyysin teon teoreettinen kehys. Sisällönanalyysillä tarkoitetaan kirjoitettujen, kuultujen tai nähtyjen sisältöjen analyysia erilaisilla analyysimenetelmillä. Menetelmässä tutkija lukee ensin aineistoa tutkimusongelman ratkaisun kannalta tietystä näkökulmasta. Tässä vaiheessa tutkija hakee aineistosta samuutta, erilaisuutta, toiminnan logiikkaa tai tyypillistä kertomusta.

Perinteisessä sisällönanalyysissä aineisto yhdistetään yhä tiiviimmiksi luokiksi eli käsitteiksi ja näin etsitään vastausta tutkimustehtävään. Tavoitteena on aineiston pelkistäminen eli redusointi. Pelkistetyistä ilmauksista etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia ja yhdistää pelkistetyt ilmaisut alaluokiksi. Tätä vaihetta kutsutaan aineiston ryhmittelyksi eli klusteroinniksi. Koodauksella tarkoitetaan aineiston jäsentelyä ja luokittelua. Koodausta voi tehdä sanojen, tekstiosoiden tai asiakokonaisuuksien tasolla. Koodaaminen helpottaa aineiston analyysia, koska koodatusta aineistosta voi poimia esim. tiettyä teemaa tai aihetta käsittelevät kohdat. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 110–115.)

Tutkimukseni analyysi noudattaa Jyrki Jyrkämän (2007, 2008) toimijuus käsitteeseen sisältyvää toimijuuden elämänkulun analyysimallia (kuvio 1 sivulla 8). Tässä tutkimuksessa lähestyn iäkkään henkilön toimijuutta iäkkään henkilön narratiivien, elämänkulun tarinoiden kautta ja rakennan kuvaa iäkkään henkilön toimijuuden rakentumisesta elämänmittaisena prosessina. Ymmärrän, että tämän hetken toimijuudessa on läsnä mennyt elämä, linkitetyt elämät, elämäntilanne realiteetteineen nyt ja niihin perustuu ajatukset tulevaisuutta koskien. Toimijuus rajoitteineen ja esteineen ja toisaalta mahdollisuuksineen ja kannusteineen on yksilökohtainen, tilanteittain muuttuva. Toimijuuden elämänkulusta lähtevän analyysimallin mukaan iäkkään henkilön tilannetta tulee lähestyä hänen elämänkulkunsa ja tarinansa kautta.

Tavoitteenani on kuvata haastateltujen antamia merkityksiä iäkkään henkilön toimijuudesta heidän näkökulmastaan elämäntilanteessa, jossa heillä lähitulevaisuudessa on ulkopuolisen avun tarve. Haastateltavien kertomukset ovat yksilöllisiä, mutta antavat myös yleistettävän kuvan heidän elämäntilanteestaan. Etsin aineistosta yhtäältä yhteneväisiä merkityssisältöjä ja samankaltaisuuksia, mutta myös erilaisuuksia analysoinnin tuloksena, siitä miten iäkkäät henkilöt itse toimijuuden sanoittavat. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 92.) Tulos- ja johtopäätösluvussa pyrin kuvailemaan, miten toimijuus rakentuu elämänmittaisesti, mitä iäkkäälle ihmiselle merkitsee toisen antaman avun piiriin meneminen ja millaisia toiveita he tässä tilanteessa toimijuuden kannalta ilmaisevat. Analysoinnin tuloksena löytyi toimijuutta ilmentäviä yhteisiä piirteitä, mutta myös yksilöllisiä merkityssisältöjä. Tavoitteeni on, että haastattelujen avulla on mahdollista muodostaa kuva iäkkään henkilön toimijuuden kokemuksesta hoivavanhuuteen siirtäessä ja siitä, mihin tarpeisiin, toiveisiin ja odotuksiin vanhuspalveluissa tulisi vastata. Olen tuonut tutkimustuloksiin haastateltavien ilmaisuja suorina lainauksina laadulliselle tutkimukselle tyypilliseen tapaan. (Moilanen & Rähä 2010, 64).

4.5 Tutkimuksen luotettavuus ja yleistettävyys

Jouni Tuomien ja Anneli Sarajärven (2002, 21, 124; myös Moilanen & Rähä 2010, 58) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuus perustuu ensinnäkin tutkimuksen sisäiseen johdonmukaisuuteen. Metodien valinnan perusteleva ja tutkimuksen kulun avoin selostaminen mahdollistaa arvioida tutkimuksen ja tulosten uskottavuutta. Toiseksi luotettavuus perustuu lähdeaineiston pätevään käyttöön. Lähdeaineiston tulee olla aiheen kannalta keskeistä ja lähdeviitteiden relevantteja. Kolmanneksi uskottavuutta lisää myös vuoropuhelu toisten aihepiiriin liittyvien tutkimusten kanssa ja jos toisista tutkimuksista on löydettävissä vastaavia ilmiöitä tai selityksiä.

Tutkittaessa merkityksiä tietoisuus ja kriittisyys oman esiymmärryksen tai olettamusten vaikutuksesta tulkintaan on tärkeää. Fenomenologiassa korostetaan esiymmärryksen tiedostamisen tärkeyttä, koska sen mukaan on tärkeää asioiden kuvaamisen mahdollisimman ennakkoluulottomasti. Merkitysten kuvaamisen tulee nojautua aineistoon, ei taustalla olevaan teoriaan, aikaisempiin tutkimustuloksiin tai tutkijan esiy-

määräykseen asiasta. Teoria ja aihepiirin aikaisemmat tutkimustulokset ovat puolestaan tärkeitä tulkintojen syventämisen vaiheessa. (Moilanen & Rähä 2010, 52–53.) Tutkimuksen objektiivisuus edellyttää, että tutkijana kohtaan tutkimuskohteen ja–ilmiön puolueettomasti tiedonhaluisen sivustakatsojan näkökulmasta ja että aktiivisesti pyrin olemaan tuomatta tutkimukseen omaa tietoa, kokemusta, asenteita tai uskomuksia asioista (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 54). Näen oman vanhustyön kokemukseni tutkimuksellisesti sekä rikkautena että haasteena. Olen tottunut olemaan iäkkäiden henkilöiden kanssa vuorovaikutuksessa ja tunnen jo edeltävästi vanhustyöhön liittyviä asioita, mikä edesauttaa ymmärtämään, mistä iäkkäät henkilöt puhuvat. Haasteena oli objektiivisuus haastattelutilanteissa ja tutkijan roolissa pitäytyminen.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkittavien määrä on usein vähäinen, eikä sen tuloksia voi yleistää kuvaamaan ilmiötä keskimääräisyyksien tai jakautumien kautta kuten määrällisessä tutkimuksessa. Laadullisessa tutkimuksessa aiheet käsittelevät usein ihmiselämän kannalta koskettavia aihepiirejä ja antavat samaistumis- tai vertailukohteen lukijalle. Laadullisessa tutkimuksessa yksittäisistä tapauksista nouseva tieto ja tulkinta ovat yleistettävissä ja testattavissa samankaltaisissa tilanteissa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 87; Moilanen & Rähä 2010, 65–67.)

Yleistettävyyteen liittyy myös kysymys aineiston koosta eli informanttien määrästä. Laadullisessa tutkimuksessa ratkaisevaa ei ole aineiston koko vaan tulkintojen kestävyys ja syvyys. Yksi tapa ratkaista aineiston riittävyys on puhua saturaatiosta eli kylläntymisestä, jolloin aineisto ei tuota tutkimusongelman kannalta uutta tietoa. Pro gradu tutkielmassa riittäväksi katsottu määrä on 5-6 haastateltavaa. (Eskola & Suoranta 2000, 39.)

4.6 Eettisiä kysymyksiä

Olen pyrkinyt noudattamaan hyvää tieteellistä tutkimuskäytäntöä koko ajan tutkimuksen teon prosessissa, joka alkoi ideasta, aiheen rajaamisesta, kysymyksenasettelusta, tutkimuksessa käytettävän teorian valinnasta, jatkuen viitekehysten kirjoittamiseen ja haastattelujen tekemiseen ja niiden litterointiin, tutkimuskysymysten vastausten etsin-

tään ja tulososion kirjoittamiseen. Tutkijan vastuu ei suinkaan pääty siihen, kun tutkielma on luovutettu arvioitavaksi, vaan edelleen olen vastuussa esimerkiksi luotettavuuden lupauksesta haastateltavilleni. Tavoitteena minulla on ollut tutkimuksen tekemisen rehellisyys ja avoimuus. (Pelkonen & Louhiala 2002, 127; Pohjola 2003, 7; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)

Sosiaalitieteellisen tutkimuksen erityistä eettisen vastuun tärkeyttä painottava syy on, että sosiaalitieteissä kuten sosiaalityö tutkimusta tehdään ihmisistä, heidän arjestaan, sosiaalisesta vuorovaikutuksesta ja inhimillisestä toiminnasta. Tutkimuseettinen pohdinta koskee kysymystä, millä keinoilla tutkimuksen päämäärään liittyvät tavoitteet pyritään saavuttamaan. (Mäkinen 2006, 10.) Sosiaalityön eettisten arvojen näkökulmasta ihmistutkimuksessa on tärkeää noudattaa tutkimuksen inhimillisiä, moraalisia ja eettisiä lähestymistapojen sääntöjä (Pohjola 2003, 6). Tutkijana olen pyrkinyt ottamaan huomioon haastateltavien fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin. Tarjoisin esimerkiksi mahdollisuuden taukoon tai kysymällä haluaako haastateltava ottaa juotavaa. Huolehdin, että tutkittava tietää tutkimuksen tarkoituksen, tutkimuksen teon periaatteet ja oikeutensa haastateltavana. Pyysin haastateltavia ottamaan minuun yhteyttä jälkikäteen, jos jokin asia jää heitä tapaamisessamme askarruttamaan. (Pietarinen 2002, 62.)

Anneli Sarvimäki (2006, 9) ja Jyrki Jyrkämä (2006, 14–15) pitävät erityisen tärkeänä, että vanhustutkimuksessa iäkäs tutkittava nähdään henkilönä, joka tuottaa relevanttia tutkimustietoa vanhana ihmisenä olemisesta ja asiakkuudesta palvelujärjestelmässä. He kysyvät, millainen asema ja tila ikääntyville annetaan tutkimuksessa ja miten ikääntyvät itse ovat teoreettisesti ja empiirisesti läsnä tutkimuksessa. Jyrkämä (2006, 14) tuo esille, ettei tutkimus vain kuvaa ja selitä ilmiötä, vaan sillä myös merkityksellistään vanhusta tutkimuksen ja vanhustyön osallisena. Tutkijana halusin olla aidosti läsnä sekä kiinnostunut haastateltavan kertomuksesta. Mielestäni on luontevaa, että sosiaalityön tutkimus osana sosiaalityön toimintaa edustaa kumppanuuteen perustuvaa lähestymistapaa tutkimusasetelmassaan. Vanhan ihmisen kehon haurastuminen ja elämänpäiirin pieneneminen antavat hänestä haastateltavana, asiakkaana ja yhteistyökumppanina yksipuolisen kuvan. Sain huomata, että pysähtymällä kuuntelemaan iäkäs ihmistä tuo kuva muuttuu asiantuntijaksi, jolla on paljon elämänkulun mukanaan

tuoman kokemuksen kirkastamia näkemyksiä palveluista, niiden vahvuuksista ja puutteista sekä myös toiveita palvelujen suhteen. (Jyrkämä 2007a, 202, 204.)

Tutkijalta vaaditaan Anneli Pohjolan (2003, 54, 58) mukaan tutkimuksellista sensitiivisyyttä, millä hän tarkoittaa laajempaa ja syvällisempää paneutumista tutkimaansa ilmiöön ja siihen vaikuttaviin tekijöihin. Historiallinen, kulttuurinen ja kontekstuaalinen sensitiivisyys johdattaa tutkijan ymmärtämään ihmisten toiminnan perusteiden moninaisuuden ja tekemään oikeutta myös historiallisille, kulttuurisille ja kontekstuaalisille merkityksille. Yksilötasolla tarvitaan ihmisen lähtökohtien ja arvomaailman ymmärtämistä, yhteisö- ja yhteiskuntatasolla normaalina pidetyn ymmärtämistä ja teoreettisella tasolla sosiaalisten ongelmien tai ilmiön syntyyn liittyvien teorioiden ja selitysten ymmärtämistä. (Pohjola 2003, 56.) Pyrin tutkielmalla kokonaisuutena vastaamaan Pohjolan esille tuomaan tutkimuksen sensitiivisyyden vaatimukseen.

Olli Mäkinen (2006, 64) tuo esille, että erityisryhmät kuten ikääntyneet asettavat tutkimuksen etiikan varmistamiselle omat haasteensa. Lähtökohta kuitenkin tulee olla, että kaikkia ihmisiä tulee kohdella tutkimuksessa eettisesti ja inhimillisesti kestävällä tavalla. Vanhustutkijalta vaaditaan tutkimusmenetelmien ja ratkaisujen ikäihmiselle soveltamisen lisäksi taitoa kohdata iäkäs ihminen. Tutkimustilanteessa ikääntyneen turvallisuuden tunteen säilyminen on keskeistä. Turvallisuuden tunnetta pyrin tietoisesti tukemaan kaikissa ratkaisuissa kuten tutkimuskysymysten laadinnassa, tiedonkeruutavan valinnalla, leppoisalla lähestymistavalla, kertomalla avoimesti tarkoitukseni ja antamalla tutkittavien päättää järjestelyistä. (vrt. Topo 2006, 26.)

Oman tahdon ilmaiseminen kuten esimerkiksi tutkimukseen suostuminen ei aina iäkään henkilön osalta ole mahdollista rajoitteiden kuten heikon muistin, puutteellisen käsityskyvyn tai ilmaisun vaikeuksien vuoksi. Joissakin tapauksissa tarvitaan erityisiä järjestelyjä, jotta tutkimusta koskeva informaatio on vajaakykyisen ikäihmisen ymmärrettävissä. Joissakin tapauksissa lupa tutkimukseen osallistumisesta on hyvä kysyä iäkään henkilön omaisilta tai iäkkään lailliselta edustajalta. (Mäki–Petäjä–Leinonen 2006, 22–23; Topo 2006.) Arvioin, että kaikki haastateltavani kykenivät itse päättämään osallistumisestaan tutkimukseen. Osa oli kertonut läheisilleen tutkimukseen osallistumisestaan.

Anneli Sarvimäki (2006, 11,12) tuo esille, että sairaus ja toimintakyvyn heikkeneminen aiheuttavat riippuvuutta toisesta ihmisestä ja palveluista. Iäkäs ihminen ei ehkä uskalla kertoa vapaasti tilanteestaan tai ilmaista mielipiteitään tai kokemuksiaan, koska pelkää sen vaikuttavan heidän asioihin myöhemmässä vaiheessa, esimerkiksi avun saantiinsa. Toisaalta iäkäs voi kokea, että hänen on pakko suostua tutkimukseen, jos pyyntö osallistumisesta tulee taholta, joka työssään edustaa palvelun tarjoajaa. Tämänkaltaisessa tilanteessa suostumuksen vapaaehtoisuuden periaate voi kyseenalaistua. Työskentelen vanhuspalveluissa ja tein haastattelut kotipaikkakunnallani. Pyrin minimoimaan Sarvimäen esille tuoman tutkimuksellisen eettisen ongelman. Tutkimukseen pyytämieni haastateltavien henkilöiden joukossa ei ollut minun omia asiakkaita. Nykyisen työnjaon mukaan he eivät myöskään tule asiakkakseni. Keskustelimme tutkimuksen tarkoituksesta haastateltavien kanssa. Kerroin, etten missään muussa yhteydessä ilmaise heidän kertomiaan asioita ja ettei heitä voida tunnustaa tutkielmastani. Minulle jäi tunne, että he kertoivat asioistaan varsin luottamuksellisesti, eivätkä he tuoneet missään tilanteessa esille, että olisivat ajatelleet keskustelewansa paikkakunnan julkisen sektorin vanhuspalvelujen palvelutarpeen arvioinnin työntekijän kanssa. Keskustelutilanteessa läsnä oli vain haastateltava ja sosiaalityön opiskelija, joka oli kiinnostunut oppimaan iäkkään henkilön näkemyksistä.

Arvolähtökohtani on iäkkään henkilön kunnioittaminen. Näen iäkkään henkilön kansalaisoikeudet omaavana, tuntevana ja yksilöllisen elämäntarinan omaavana subjektina riippumatta hänen toimintakyvynsä asteesta. Ajatukseni todellisuuden holistisesta ja humanista luonteesta sekä sisäistämäni arvot ja näkökulma vanhenemiseen ovat ohjanneet minua valitessani tutkimusaihetta, tutkimuksen käsitteitä, tutkimusmenetelmää ja analyysissa käytettävän teorian valintaa. Robert Staken (2010, 200) mukaan sosiaalityönteiden tutkimuksissa usein on lähtökohtana tutkijan omat henkilökohtaiset arvot ja mielenkiinnot.

Pitkin tutkielmaprosessia olen pohtinut omien arvojeni ja henkilökohtaisten sitoumusten läpituloa tutkielmassa (Pohjola 2003, 58–59). Tutkimukseni rakentui eettisesti kantaaottavaksi. Johanna Hurtigin ja Merja Laitisen (2003, 89) mielestä kantaaottavuus ei ole ristiriidassa klassisen tieteen ihanteiden, kuten objektiivisuuden, neutraalisuuden

tai puhtaan tietointressin kanssa, mikäli tutkija toteuttaa sen avoimesti, reflektiivisesti ja perustellusti. Siihen olen pyrkinyt. Heidän (mt.) mielestään tutkijalla on oikeus ottaa kantaa ja esittää toimenpide-ehdotuksia.

5 Haastattelujen tulokset

5.1 Elämänkulku iäkkään henkilön toimijuuden rakentajana

Jyrki Jyrkämän (2007b, 21) mukaan iäkkään henkilön toimijuus rakentuu elämänmittaisena prosessina: eletystä, koetusta ja nähdystä. Elämänkulku muovaa ihmisen näkemyksiä ja arvoja eri asioiden suhteen. Toimijuuden minuus rakentuu elämänkulun tapahtumien kautta. Elämänkulun hahmottaminen auttaa ymmärtämään iäkkään henkilön yksilöllistä todellisuutta, elämänkulun myötä rakentunutta toimijuuden minuutta, johon perustuvat mielipiteet ja valinnat kuten myös voimavarat ja selviytymiskeinot, joiden varaan toimijuutta ja toimintakykyisyyttä iäkkäänä voi rakentaa (Jyrkämä 2007a, 203–205). Ellei tunne iäkkään henkilön elämänkulkua ja tutustu hänen toimijuuden perustaan, ei voi kohdata iäkästä yksilöllisesti ja tukea hänen toimijuuttaan hänen lähtökohdistaan käsin, kuten vanhuspalvelulaki velvoittaa. Iäkkään ihmisen yksilöllisyyden huomioiminen luo elämään jatkuvuutta ja merkityksellisyyttä sekä tukee menetysten myötä haurastuvaa minuutta. Ikääntyneiden kanssa työskentelevien tulisi omata suuri määrä sensitiivisyyttä, yksilöllistä ja kollektiivista elämänkulun tuntemista, tunnistaakseen menneen vaikutuksen nykyisyydessä (Koskinen ym. 2007, 104).

Tässä luvussa kuvaan ensimmäisen tutkimuskysymyksen - millaista toimijuutta iäkäs henkilö ilmaisee elämänkulun kertomuksissaan - kautta iäkkään henkilön toimijuuden rakentumista haastateltavien esille nostamien elämänkulun kertomusten ja ikääntymisen merkitysten kautta otsikoiden niistä nousseet teemat Jyrkämän (2008, 193) käyttämien mennyt elämä, linkitetyt elämät ja ajallis-paikallinen sijainti otsikoiden alle.

Haastattelemani iäkkäät henkilöt ovat iältään 69–88 –vuotiaita, syntyneet vuosien 1925 ja 1945 välisenä aikana. Haastattelemani vanhimmat iäkkäät henkilöt kuuluvat Jeja-Pekka Roosin (1987, 39–59) sukupolvijaon sodanjälkeisen jälleenrakennuksen ja nousun sukupolveen (1925–1940 välisenä aikana syntyneet, nyt yli 74 vuotta). Varsinkin neljän vanhemman haastateltavan osalta heidät voi nuoruuden kokemustensa perusteella ajatella kuuluvan sotien ja pulan sukupolveen (ennen vuotta 1925 syntyneet, nyt lähellä 90 ikävuotta). Iältään nämä neljä ovat 85–88 –vuotiaita ja he kaikki ovat veteraaneja. Sota tuli esiin haastateltavien elämänkulun kertomuksissaan heihin vahvasti vaikuttaneena elämäntapahtumana. Kaksi nuorinta haastateltavaa kuuluvat toi-

sen maailmansodan jälkeen syntyneiden suurten ikäluokkien eli suuren murroksen sukupolveen (1940–1955 välisenä aikana syntyneet, nyt yli 60 –vuotiaita). He olivat rauhan ajan lapsia, mutta turvallisuutta varjosti sodan historiallinen läheisyys ja Neuvostoliiton ja Suomen välisen kylmän sodan aiheuttama pelko. Sodan jälkeen alkoi uusi rakentamisen ja vaurastumisen aika. Maaseutu kukoisti, elettiin kehityksen ja optimismin aikaa. Elämää leimasi kokemus sosiaalisesta noususta. Haastateltavien elämäntulkinto oli noudattanut pitkälti suurten ikäluokkien elämäntulkintoa. Suurilla ikäluokilla tarkoitetaan vuosina 1945–1950 välillä syntyneitä eli haastateltavia nuorempia henkilöitä. (vrt. Savioja ym. 2000; Karisto 2005; Koskinen ym. 2007.)

5.1.1 Mennyt elämä

Haastateltavien synnyinseudut kuuluivat sodan aikana sotatoimialueeseen, josta elettiin sodan varjossa ja josta piti lähteä evakkoon sotaa pakoona. Sodan vuosina 1939–1945 ovat olleet haastateltaville traumaattinen, aina mielessä pysyvä kokemus.

Nainen 85b v: Ei se kyllä ollu mukavaa ku evakkoon lähettiin, niin kaikki palo. Minun syntymäkotini on järven takana. Niin kaikki tienvarteen, että viimeinen lähtö on. Oon monesti aatellu ja oon puhunut, että hyvä että ihmiset kerkesivät ajaa pois ku sillat ja kaikki räjäyttivät. Tavarat ja ...ne meni kaikki. Kun mentiin niin näky että kotikylä palo. Tuntemattomaan piti lähteä.

Nainen 80 v: Se desanttipeleko. Minähi olin kotona nelivuotiaan siskon kanssa kotona, siellä järven takana, isä oli toisten kanssa viikot niityllä. Kyllä minua pelotti, vain en sille siskolle koskaan sanonu että pelottaa. Lehmät kun sitte tuli se meni puoleenyöhön joskus, kyllä oli ankea, se ei unohu koskaan.

Kaikilla haastateltavilla oli joko lapsen tai nuoren aikuisen kokemus sodasta tai ainakin sodan jälkeisestä jälleenrakennusajasta. Sukupolvi, johon haastateltavani kuuluvat, on kokenut elämässään sodan aiheuttamia menetyksiä, köyhyyttä ja puutetta. Aikuisten puheet sodasta ja sodan julmuuksista ovat jääneet haastateltavien mieleen.

Nainen 85a v: Sota-aika oli paha aika. Äitin kaks veljeä partisaanit veivät eikä oo tietoa missä ne on. Ne on tuntemattomana siunattu. Luonnonniityllä erämaassa olivat, ne oli maanantaina lähteneet eikä lauantai-iltana tulleetkaan kottiin, sitte ruvettiin hakemaan, viikate ja haravat oli siellä suolla, mittää muuta ei. Se oli niin lähellä rajjaa.

Nainen 86 v: Se oli täällä meleko alakuun, semmosta sovan jälkeeseen, että täällä ei ollu paljo mittää. Parakissa asuttiin. Ku mennään tuonne (paikka) oli sellanen parakki mistä sai huoneen missä assua. Jälleenrakennuksen aika oli surkkaa aikaa, ei saanu tavaraa. Kaikesta oli pula, ei saanut kaupasta, ei kenkiä eikä mittää.

Lapsuuden kotiaan, vanhempiaan tai kodin ilmapiiriä haastateltavista muisteli vain kolme. Usea kertoi vain sisarusten määrän. Huomioitava on, ettei lapsuuden perheestä

tai lapsuudesta suoranaisesti haastattelussa kysytty. Riitta-Liisa Heikkinen (2002, 209–218) tuo esille, miten lapsuuden muistoilla ja turvan kokemuksella lapsuudessa on merkitystä vanhenemiselle ja toimijuuden kokemiselle vanhetessa. Merkitys perustuu lapsuuden merkitykseen henkilön identiteetin ja henkisen vahvuuden rakentajana.

Nainen 77 v: Köyhässä perheessä kasvanut että... kyllä oli aina ruokaa että ei siitä ollut kysymys, olihan se semmosta, isäki ku oli vanhanaikainen, niin se oli sellasta yksinkertaista se elämä. Empä vaihtais pois, ihan hyvä. Hyvä lähtökohta on ollut lähteä, kuitenkin oli sellaista lämpöä siinä kotona, kyllä kyllä.

Mies 73 v: Sitten Vennamo järjesti veteraanitilan sieltä, asutustilan. Äitihän kuoli sitte heti kohta velipojan saantiin. Se oli sellasta kiertokulukua ku isävainaa ku se ... vainajasta ei sais puhua pahaa ... se kans oli muutamanlainen suurjuoppo, sovasta hullu. Meni tila ja, siinä meni mehtäpalstat ja kaikki.

Jo lapsena haastateltavien oletettiin osallistuvan töihin kodin ja lähiyhteisön piirissä. He ovat omaksuneet työtä arvostavan ilmapiirin ja kovalla työllä pärjäämisen eetoksen. Haastateltavat kertovat, miten reipas työtahti ja nöyryys vanhempien käskyn edessä olivat heidän hyvytensä mitta.

Nainen 85a v: Sehän on ollu sitä luontaistoloutta. Isä on kuollu ku minä oon ollu 8 vuotias. Äiti on sitte kuuven lapsen kanssa jääny siihen. Siinä mielessä se on ollu ihan, maalla on oltu niin, että se on pitäny työtä tehdä alusta asti. Niin pienenä ku minä muistan, ku isä kuoli, veli oli vanhin, minä olin aina sen perässä. Oli mikä työ tahansa, minä olin siellä mukana. Sen kanssa tekemässä. Veli oli 17 vuotias, kun otti isännän paikan perheessä, näinhän se mennee.

Nainen 73 v: Minäki olin vielä koulussa vielä, minä hoisin veljen perhettä. Oli kahet kaksoset, 14 lasta oli. Siellä piti minun käyvä töissä olemassa, äiti sano, että on mentävä, vaikka koulua kävin. Ennen ei lapset ollu jouten. Ei.

Useimmat haastateltavista olivat lähteneet töihin kodin ulkopuolelle jo varsin nuorena, jopa 14–15 –vuotiaina, mikä on pari, jopa kolme vuotta aikaisemmin kuin esimerkiksi Koskisen ym. (2007) tutkimuksen haastateltavilla. Naispuoliset olivat lähteneet useimmiten kotiapulaisiksi joko vieraalle tai omille sukulaisille. Toinen mieshaastateltavista kertoi hakeneensa vapaaehtoisena sotaan 15 –vuotiaana ja toinen oli mennyt metsätöihin.

Nainen 80 v: Minä lähin siitä kotielämästä semmonen 14–15 –vuotiaana. Kotiapulaisena minä lähin. Ensin omalla kylällä olin opettajalla apulaisena ja sitte tuota menin tuota, se hommasi minulle paikan tuonne (paikkakunta Etelä-Suomessa). Niin minä siellä oli lääkäriperheessä apulaisena kuutta päivää alle kahen vuojen.

Nainen 73 v: Siellähän minäki olin kaks kolome vuotta savotan kämpällä kokkina. 14 vuotiaana oon maalimalle lähtenyt ja tässä istun. (...) Minäki lähin (paikkakunta). Talloon tein töitä ja samalla hoijin lapset. Mulla oli silloin kaksi ommaa lasta ja minä hoisin, niitä talon lapsia oli 10. 5 lähti kouluun ja 5 jäi kottiin. Ja kolome lehmää oli siihen vielä mulla. Illat sai sitten ku lehmät hoisi sai niitä paskarääsyjä pestä. Ku kolome vielä housuun pasko. Oli siitä työtä tehdä.

Haastateltavien koulunkäynti oli jäänyt vähiin. Koulunkäynnin oli estänyt joko sota, työ, oman perheen perustaminen tai vanhempien kielteinen asennoituminen opiskeluun.

Nainen 85b v: Justiin talavisota tuli, niin eihän mulla oo koulupohjaakaan. Kolomannella luokalla olin supistetussa kansakoulussa, joka nyt vastaako se toista vai ensimmäistä luokkaa. Opin lukemaan ja kirjoittamaan kuitenkin (nauraa). Kyllä sitä tietysti enämpi ois saanu olla sitä koulua, elämäntutkimusta on tullu sitte siitä eestä pitkästi.

Mies 73 v: Töihin se isä kyllä pakotti. Mulla ois ollu lukupäätä, opettaja että (nimi) on lukupäätä, että jatkaa koulua. Isä vainaa tuumasi että jos tuon oven pannee kiinni ja lähtee, sitä ei tarvi aukasta, ei muuta ku kotipalstalle töihin vaan.

Usea haastateltavista oli edennyt uusiin tehtäviin töissä ollessa tai koulutettu työn puolesta nimenomaista tehtävää hoitamaan. Yksikään haastateltavista ei ollut hankkinut ammattikoulutusta aikuisiällä.

Nainen 85a b: Ne rautatehtaalla minut labraan kurssitti.

Nainen 69 v: Sitte minä olin siellä harjoittelijana sen kolme kuukautta, sitten minä pääsin myyjäksi tiskin taakse ja sitte minä elintarvikeosaston sihteeriksi kun siitä lähti äitiyslomalle (nimi), ku minä olin käyny konekirjoituskurssin. Sitte tuli ensimmäinen tämä itsepalvelumyymälä, niin minut pantiin siihen kassalle sitte. (...) Ne sano minulle että he on nyt ajatellut sillä tavalla, että sinä tuut maanantai aamuna tänne konttoriin töihin.(...) Sitte ku hän (pääkassanhoitaja) jäi eläkkeelle, minusta tehtiin pääkassanhoitaja. Pitihän se mennä kun käsky käy (nauraa). Sitä ei tullu ajateltua mitä minusta isona tulee. Kohtalo vei.

Kahdeksan haastateltavaa oli tehnyt päivätyönsä kodin ulkopuolella. Heistä kuusi oli elänyt työvuotensa toisella paikkakunnalla, missä nyt asui. Kaksi oli saanut toimeentulonsa maataloudesta. Työikä oli heille merkittävä jakso elämäntutkimusta.

Nainen 85b v: No ku se ku lapset on pieniä olleet ja lehmät on ollu niin. Navetan ja pirtin välillä. Se oli semmosta elämäntutkimusta aikaa. Sillon ei oo syrjissä sähköjä eikä mittää, se oli käsipelissä tehtävä kaikki. [H: *Se ei se työmäärä tuntunut mahdolltomalta?*] No sitähan jakso kyllä sillon ihmeesti. Kyllä iltasella...aamusella puoli kuuven aikana nousi, iltasella tuonne kymmeneen yhteentoista, eihän lapset aina nuku. Jos sairastu niin sillai. Meni öitä ettei saanut nukkuakaan. Minä vähällä nukunnalla tuln toimeen ja pakkohan se oli. Että se oli rikasta, en kyllä passaa sannoo että se olis ollu niin ku vastenmielistä. 11 lasta oon tehny ja kaksi on pieneenä kuollu ja oon hoitanut siihen aikaan syrjistä. Mulla on on ollu paljo lapsia, mutta ei oo yhtään liikaa ollu. Ei ollut autoja eikä sitä ollut aurattu maantietäkään.

Haastateltavien elinaikana Suomi muuttui maatalousvaltaisesta yhteiskunnasta teollisuusyhteiskunnaksi. Suomi vaurastui ja elämänmahdollisuudet laajenivat. 1970-luvulla monet lopettivat maatalouden ja hakeutuivat töihin kodin ulkopuolelle taajamiin tai muuttivat töiden perässä Etelä-Suomeen tai Ruotsiin. Haastateltavien elinaikanaan suomalainen yhteiskunta ja elinympäristö on muuttunut valtavasti (perheyhteyden muuttuminen, naisten palkkatyöllistyminen ja itsellistyminen, maaseudun autioituminen, sosiaaliturvan kehittyminen, teknologian kehittyminen ja yhteiskunnan teknistyminen, globaali taloudellinen kehitys).

Kolme haastateltavaa oli ollut töissä Ruotsissa. Ruotsiin he olivat muuttaneet ollessaan lähellä kolmea-neljääkymmentä ikävuotta. Työn Ruotsissa he kertovat olleen raskasta, mutta kokivat saaneensa arvostusta ahkeruudestaan ja tunnollisuudestaan. Sopeutuminen ruotsalaiseen yhteiskuntaan ei kuitenkaan ollut helppoa puutteellisen kielitaidon vuoksi. Usein vapaa-aika vietettiin perhepiirissä tai suomalaisyhteisöissä.

Nainen 88 v: Olin 44 –vuotias ku lähetettiin, aikaisemmin oli karja täällä, silloin justiin tuli se maatalousvähennys, laitettiin karja pois. Laskettiin, ettei ku ollut poikia, tämmönehän se oli se vanhojen ajattelu. Tehtaassa oltiin töissä.

Nainen 73 v: No niin minä olen tuota 70 luvulla menin Ruotsiin ja olin (paikkakunta) 19 vuotta, tein pyöränrenkaita. (nauraa) Niitä päälyrenkaita tejin. Minun tyttö hommasi mulleki työpaikan (Ruotsista). Suomalaiset oli hyvässä huuossa. (...) Joo me oltiin kaikki suomalaisia. Me oltiin niinku miksi ne sano sitä taloa, se oli suomiseuran talo. Kaikki sai siellä käyvä että jotka halusi. Tanssikurssia ja semmosta. Niin ne aina minut autolla haki ja toivat kotiin.

Nainen 77 v: Tein työtä tehtaalla, se työ oli semmosta raskasta ja urakkaluontoista. Ruotsissa teetätettiin raskaimmat työt ulkomaalaisilla. Olin myös yliopistolla ja päiväkodissa siivoomassa. Olin hirveän arka puhumaan sitä niin sitä ruotsia niin sillai ne oli ne kontaktit vähän heikkoja ruotsalaisten kans. No Ruotsissa oli niin hirveen vaikeeta ja ja... sitten se ainanen rahapula vaikka kuin teki töitä niin ei sitä riittäny.

Yli puolet haastateltavista oli jäänyt eläkkeelle terveyteen liittyvien ongelmien vuoksi ennen varsinaista eläkeikää, aikaisimmallaan 52 -vuotiaana, osa muutamaa vuotta ennen virallista eläkeikää. Eläkkeelle jäännin he kokivat helpottavana. Osalla heistä se tarkoitti ajan vapautumista jonkin muun tehtävän tekemiseen kuten omaishoitajana toimimiseen tai perheen yrityksessä avustamiseen. Osalle eläkkeelle jäänti tarkoitti mahdollisuutta palata kotiseudulle. Osalla eläkkeellä oloaika tarkoitti mahdollisuutta tehdä itselle mieleisiä asioita.

Nainen 69 v: Minä olin ihan onnellinen ku vain pääsin töistä pois. Me hoidettiin mun äitiä kotona, niin sain sitä sitte paremmin tehdä, kato ku se (miehen nimi) tauti eteni kans.

Mies 88 v: Sitte tuli laki, että pääsee täyelle eläkkeelle 60 vuotiaana jos työvuojet riittää. Minähän välitömästi hain ja rupesin hoitamaan tuota liikettä. [H: *Kuinka vanhaksi teit työtä vaikka olit eläkkeellä?*] 74 vuotiaaksi.

Nainen 85a v: Minä jäin aikaisemmin, minä jäin 62 -vuotiaana. Ei se mulle paha ollu, sehän oli luonnollinen asia. Heti muutettiin takasin tänne kotipaikkakunnalle. Oltiin niin (aviomiehen) kanssa sovittu.

Mukavimmaksi elämänvaiheeksi haastateltavat nimeävät elämäkulustaan nuoruuden ilottelun, perheen perustamisen ja lasten syntymän ja kasvun. Yksi kertoi nauttineensa erityisesti eläkkeelle jäätyään elämänvaiheesta, joka mahdollisti mökkeilyn. Kolme haastateltavaa koki elävänsä nyt elämänsä mukavinta elämänvaihetta.

Nainen 73 v: Siellä jäällä tehtiin tulet ja opeteltiin tanssimaan. Ne oli hyviä haitarinsoittajia yhdessä talossa. Nuoria kymmeniä. Siellä sillä lailla tanssittiin. Se oli mukava olla. Oltiin nuoria.

Mies 88 v: Sehän oli silloin tietysti kun minä menin kihloihin, lapset synty, alettiin perustamaan perhettä. Se oli kaikkein mukavinta, ihaninta aikaa.

Nainen 85a v: Tietennii se kun ensimmäinen koti rakennettiin, synty lapset siihen sitte ja niijen koulunkäynti ja niijen menestyminen ja työelämään sijoittuminen.

Nainen 80 v: No kyllä se on... Minä oon ollu semmonen vähä liikunnallinen ja mökkihöperö ku sanotaan. (nauraa) Siellä mökillä se ... minulla on se mökki, meren rannassa se mökki. Siellä oon ollut monena kesänä ennen. Se työ se on minusta siellä ollu mukavaa, ku saa tehdä. Sitä työtä on ollu enempi siellä.

Nainen 77 v: Minusta tuntuu, että minä elän nyt mukavinta aikaa.

5.1.2 Linkitettyt elämät

Simo Koskisen ym. (2007, 135–136) KaupunkiElvi tutkimuksessa todetaan, että hyvää vanhenemista tukevan elinympäristön aikaansaaminen on suuri haaste paikalliselle hallintokunnat ylittävälle päätöksenteolle. Hyvä elinympäristö vaatii hyvän suunnittelun ja rakentamisen lisäksi ikäihmisten liikkumismahdollisuudet turvaavaa ympäristön kunnossapitoa. Helppokulkuisuuden ja esteettömyyden ohella ikääntymisen ja ympäristön välisessä suhteessa on tärkeää ympäristön sisältö kuten hallittavuuden ja tuttuuden tunne, mahdollisuus tavata muita ihmisiä ja luontokokemukset.

Nainen 86 v: Kaupassa minä oon käyny melekein tähän asti. Ku sattuu olemaan hyvä tasanen tie niin sitte. Tuo olkapää ku ei kestä tärinää, se on ollut kipiä pitkään. Tänä päivänä ei pääse mihinkään kun ei oo auranneetkaan. Ku paatuu tuo rolla.

Mies 88 v: Pitemmälle ei uskalla lähteä ku ei oo missä levähtää. Pumpun vuoksi ei jaksu pitkästi kerralla.

Haastateltavat kokivat, että ikääntyneisiin suhtaudutaan yhteiskunnassa, palveluissa ja kanssaihminen taholta myönteisesti. He kokivat toimimisen kodin ulkopuolella turvallisiksi. He kertoivat iloiten, miten heitä olivat tuntemattomat auttaneet. Koskisen ym. (2007, 126) KaupunkiElvi kolmasikäisiä koskevassa tutkimuksessa (n=140) vastaajista 94 % kertoi, ettei ole kokenut syrjintää ikänsä perusteella.

Nainen 73 v: Mitä minä oon tuolla asioinu, niin kaikki on mennyt hyvin. Oikein hyvin. Pankeissa ja kauppoissa. Oikein kohteliasta. Tulevat kassin pakkaamaan ja. Ei oo niin kiire. Jos mitä ei löyvä, niin varmasti hakevat ja nostavat ottavat ylähylyltä. Apu on kyllä...on on.

Nainen 85b v: Puolin ja toisin sanotaan huomenta. Vaikka ei tunneta. Puolin ja toisin aletaan puhumaan.

Nainen 86 v: Rollaattorin kanssa ku kulukoo tiellä, niissä ku on niitä pykälöitä niin niin ne kääntyy kah-tomaan pääsetkö. Nostavatki kinoksen yli, ku niitä on niitä paltteita. Ihan hyvin niinkö ihan vieraat ihmi-set, että.

Iloisia haastateltavat olivat myös lasten ja nuorten suhtautumisesta ikääntyneisiin.

Usea toi esille toiveen, että asuinympäristössä olisi monenikäisiä ihmisiä.

Nainen 85a v: Tämmönenki tappaus oli että minulla putosi kintas, en minä sitä ite huomannu, niin sem-monen toisella kymmenellä oleva poika, niin se juoksi ja nosti sen ja toi mulle.

Nainen 77 v: Tähän talloon ku muutin, tässä on kaksi nuorta poikaa, ne alko sillai tervehtimään, niin ja tuota ne muutaman sanankin vaihtoivat, nuo nuoret, minusta se tuntu hirveen kivalta.

Nainen 86 v: Nuoret ei ne mittää. Ei ne mittää huutele. Niiku poikasakiki mennee ei ne mittää ilikiyksiä.

Nainen 73 v: Minäki aina tästä kävelen ammattikoulun kautta suoraan kotiin. Ne siinä tupakoivat siinä jalkakäytävällä. Antavat rauhan kun kävelee siinä. Joskus joku sanoo huomenta, tyttö tai poika saattaa sanna.

Nainen 80 v: Lapsia ja nuoria ei oikeasti näy täällä. Pitäs olla sekasi kaikenlaisia ihmisiä asumassa.

Kysyin haastateltavilta, onko heillä lähiomaisia, joihin he voivat turvata arjessaan. Kol-mella vastaajista ei ollut omia lapsia, osalla ei sisaruksiakaan. Osalla haastateltavista oli lapsia, mutta he kokivat, ettei lapsiin voinut turvata. Huolta pitävän lähipiirin puuttu-minen oli tulevaisuutta ajatellen huolta herättävä asia puolella haastatelluista. Perälah-ti ym. (2011, 111) tuovat esille, miten yksilöllistyminen ja itsekeskeisyyden lisääntymi-nen sekä työelämän kiireisyys ja paine voivat johtaa yhteisvastuullisten läheisrakentei-den heikkenemiseen. Myös maantieteellinen etäisyys omista lapsista tuli haastatelta-vien puheissa esille. Osa haastateltavista sanoi, että he tietävät, että viranomaisiin voi hädän hetkellä turvata. Usean haastateltavan kommentteista tuli kuitenkin esille, ettei-vät he tiedä vanhuspalveluista ja sen käytänteistä tarpeeksi.

Nainen 80 v: H: Onko sulla lapsia? Ei mulla oo olemassakaan, ei ole ollut koskaan. [H: *Onko sitten sisa-ruksia täällä?*] Ei. Minä olen täällä aivan yksin. Miehen sukulaisia täällä on, mutta ei ole pidetty yhteyttä. Tiellä tietämättömällä tuolla kun minä oon niin kauan ollu poissa. Ku hätä tulee niin eiköhän se joku. Onhan ne tietysti viranomaiset, ostamalla saa palveluja. Niin.

Nainen 69 v: Minulla on yksi sisarus. (Sisaren nimi) on minua kolmisen vuotta vanhempi. Pieni perhe (liikuttuu) Kummallakaan ei oo lapsia. (ääni murtuu) [H: *Tuntuuko se turvattomalta kun on pieni perhe?*] Tuntuu (itkee) [H: *Onko sinulla tuttuja tai muita läheisiä, joihin voit turvata?*] Niitä ei tavallaan niinku ole. Serkkujahan on, mutta.. ei sitä. Ja (pitkä hiljaisuus, kokoaa itseään) Nyt vielä (sisaren nimi) todettiin se muistisairaus. Kumpiki ollaan sairaita.

Mies 73 v: Poika asuu 25 kilometrin päässä, kerran oon käyny heillä. Yhteydessä ollaan kerran korkein-taan pari vuodessa. Enemmin kotihoito. Se on hyvä niin.

Osalla haastateltavista oli hyvinkin tiivis yhteydenpito lasten kanssa ja lapset auttoivat vanhempiaan arjessa monin tavoin. Turvallisuutta tuovat avun läheisyys ja välittämisen kokemus. Perhekeskeisyys ja siihen liittyvä kanssakäyminen ja avunanto tulivat haastatteluissa esille hyvin vahvasti. Myös muilta sukulaisilta tai läheisiltä ystäviltä saatiin apua arjessa. Perheenjäsenten mahdollinen vieraantuminen koettiin uhkaksi jäädä yksin ja turvattomaksi.

Nainen 86 v: 6 lasta on ja täällä on kolme, kaks poikaa ja tytär. Käyvät aina ja tytär hyvin huolissaan on minusta kun minä oon pari kertaa kopsahtanut kaatua. Aina soittaa että ootko tolopillasi. Kaupassa on nyt ovat käyttäneet huonolla kelleillä. Jouluksi siivosivat.

Nainen 69 v: No mulla on niinku henkilökohtasesti, minä sanosin että mulla on hyvällä mallilla nyt elämä nyt. Minähän tapasin tässä... minä oon nyt puolitoista vuotta minä löysin sellasen kivan miesystävän. Jonka kans me paljo liikutaan yhdessä. Sillä tavalla että minun elämä muuttu, että minun elämään tuli sisältöä sieltä kautta. (...) Hän on auttanu minua tämmösissä miesten asioissa , mitä pittää jotakin korjata tai tehdä, sitte auttanu semmosissa asioissa. Kesällä kaato mulle puita siellä mökillä. Se on onnellista, myös sillä tavalla.

Nainen 85a v: Tietenni että lasten kanssa menis hyvin ja he huolehtis minusta.

Sukulaisista voi olla myös harmia, kuten yksi haastateltavista kertoi.

Mies 73 v: Velipoika on (lähikaupunki), sen kans mä oon ressautunu ihan älytön. Ku sillä minun veljellä on paha alkoholiongelma. [...] Toisinaan vaikuttaa nukkumiseen. Vaikka se velipoika onkin, se soittaa keskellä yötä, ei muuten voi soitella kun päissään, minä että anna olla soittamatta. Se mäläkyttää tyhjää, tyhistä tyhjää.

Haastateltavat toivat esille merkittävinä asioina sosiaalisiin suhteisiin ja kanssakäymiseen liittyvät asiat kuten lapsuudessa omaksutun naapurisuuden, yhteisöllisyyden, toisen toisensa tukemisen ja keskinäisen kanssakäymisen. Ikätovereiden kanssa toimiminen ja keskustelu tekevät mahdolliseksi oman elämäntilanteen ja identiteetin pohdinnan.

Nainen 80 v: Ku alakaa käyvä synkäksi ajatukset, niin lähtee naapurissa käymään. Kun sitä on joku on, niin ei oo ikävä yhtään.

Nainen 72 v: (Kertoo naapurista joka edellisenä iltana oli tullut yllättäen) .. että saanko hän tulla sinun tykö, hällä on niin ikävä. Se oli monta tuntia... että ikävöijään yhdessä... kun se sai jollekin...se mulle sai niinku purkaa mieltään, niin se tuntu että sillä ihan helepottaapi. Se oli tuota (nimi) ku se joutu lähtemään sieltä. Hän sai mulle kertoa kaikkia niitä.

Mies 88 v: Että ois jotain liikettä ympärillä. Tulee vaihettua kuulumisia, puhuttua aina. Joskus noita kavereita tapaa ja juttelee, saa nähdä jonkun tutun.

Arjen turvaa haastateltavat kokivat saavansa myös naapurustosta tai ystäviltä. He kervoivat keskinäisestä avunannosta ja vuorovaikutuksellisuudesta.

Nainen 72 v: Se että käy aamulla ohi kulkiessa kattomassa häntä, käy kattomassa onko hän vielä hengissä. Että hän ei paa ovea lukkoon. Minä aina huikkaan ovelta, että onko kaikki hyvin.

Nainen 85b v: Onhan se täällä turvallisempaa (vanhusten vuokrataloyhteisö). Ku ei ala näkkyä, ei kuulua, niin aina toisilta kysellään. Sellasta keskinäistä huolenpitoa.

Mies 73 v: (Nimi) kerto ettei hän uskalla yksin kaupassa käyvä. Minä että mennään yhdessä. Sitte minä autan (nimi) ku ei se pärjää niin vähä saapi (...) appua.

Kaikki haastateltavat olivat olleet naimisissa ja nyt leskiä. Kysyessäni vaikeinta elämänvaihetta kahdeksan haastateltavaa kymmenestä mainitsi vaikeimpana puolison sairautumisen ja kuoleman. Puolison merkitys turvaa ja läheisyyttä tuovana henkilönä korostui. Heitä kalvoi edelleen ikävä ja kaipuu, vaikka puolison kuolemasta saattoi olla jo vuosikymmen. Viisi haastateltavaa oli toiminut puolisonsa omaishoitajana. Aika omaishoitajana edusti heille sekä myönteisiä että kielteisiä kokemuksia.

Nainen 86 v: No kyllä se oli se kun mies kuoli ja. Ja lapset jäi pieneksi (liikuttuu) Oli kova huoli että miten selvitään. Työteliästähän se oli kun... (...) Ainahan se iltasella on mielessä. Nuorin oli neljän, niin sitä ei passannu sitä näyttää sitä surua että piti niinku yöllä sitten surra. Sitä jää niin yksin. Arkisten asioiden kanssa ja ihmisenä ja naisena jää niin yksin. 43 -vuotias minä olin.

Nainen 77 v: Ja sitte loppuajalla, ku se (aviomiehen nimi) niin paljo sairasti ja semmosta mutta se oli hirveen raskasta. En mä tiä fyysisesti niin nyt raskasta mutta henkisesti. Sitte se luonne muuttu sillai ku oli se sairaus päällä, niin se oli henkisesti raskasta aikaa.

Mies 88 v: (...) [H: Se on edelleen ikävä?] On se. (liikuttuu)

Nainen 72 v: No se just ku mies kuoli. Se läheisen menettäminen se oli kaikkein pahinta. Se on ku kynsil-le lyöty ku... Että ku sitä jäi tyhjän päälle. Ku piti kaikki ruveta itellä asiat hoitamaan. Sitten tuota ku mie jouvuin myymään sen talon missä me asuttiin ku se oli silleen niin...se oli paha. Asuttiin siinä yli 20 vuotta ja tuota sitte ku siitä joutuu luopumaan. Se itku se aina pääsee, ku ajattelee että joo tätä tehtiin ja tätä tehtiin (miehen nimi) kanssa.

Yhdellä haastateltavalla puolison menettämisestä oli kulunut vajaa vuosi. Hänen kertomuksessaan tulee esille, miten hän etsii uutta tapaa elää ja toimia ilman puolisoa.

Nainen 85 v: Minulla on sellanen tunne vieläki että onko minun soveliasta lähteä.(kodin ulkopuoliseen elämään) Oma mieli ei aina niin anna mennä. Vaan pakko sitä on. Ei voi erakoitua. Ei mieli kestä sitä yksinäisyyttäkään. Oon sanonu itelle, että sitä on jatkettava sitä elämää. Sitä pittää ajatella, että näin se on elämäankaari luotu ja se on mentävä tämän mukkaan.

Kolme haastateltavaa oli menettäneet lapsensa, minkä he nimeävät vaikeimmaksi elämänvaiheekseen. Puhuttelevaa oli haastatteluissa ilmenevä vanhemman rakkaus. Haastateltavat kuuluvat ikäpolveen, jonka äitiyteen liittyy paljon uhrautumista, epäitsekkyttä ja lasten edun etusijalle asettamista.

Nainen 73 v: Sitten lähtee risteilylle. Niin sille reissulle jäi. [H: Löytykö häntä koskaan?] Ei löytynyt. Ne haki kyllä, hakeneet oli kyllä sieltä merestä. No totta se on hukkunu ku ei mistään löyvä. Se on raskasta, ku ei tiiä. Sitten minä en mitää muuta ku ikkunasta katoon yökauvet, että koska se tulee se poika. Mutta ei tullu...[H: Teetkö vielä niin?] Kyllä minä yöllä aina teen niin, joka kerta pittää kattoo ikkunasta.(...) Siitä mulle jäi sitte semmonen (näyttää miten vapisee) vapina. Se on se suru ollu ihan tänne asti.

Nainen 85b v: Nyt vanhin poika kuoli. Se oli vaikein. Se tuntu ettei mee oikeassa järjestyksessä. Minä oon toivonu että minut ottas ettei lapsia. Minä oon jo joutilas lähtemään. Se on vaikeaa että... Minä sitte jouvun siraalaan että...puolitoista viikkoa.. se lääkäri sano että tämä on... se paine oli niin raskas että.

5.1.3 Ajallis-paikallinen sijainti

Haastateltavat olivat muuttaneet elämänsä aikana useita kertoja. Useimmille koti oli siellä, missä kulloinkin asuttiin. He puhuivat lapsuudenkodista, koti Ruotsissa, koti siellä ennen kuin muuttivat seuraavaan kotiin. Muutot liittyivät elämäntilanteiden muuttamiseen, kuten työn vuoksi muuttamiseen, perheen pienenemiseen, puolison sairastumiseen, leskeytymiseen tai kotipaikkakunnalle muuttoon. Viimeisimpien muuttojen yhteydessä on huomioitu ennakoiminen vanhenemiseen, jo ilmenneet arjessa selviytymisen ongelmat ja helpommin saavutettavat palvelut. Yksi haastateltavista pohti muuttamista vielä kerran, huolettomaan kerrostaloasuntoon. Muiden haastateltavien puheissa ei enää ilmennyt ajatusta muuttamisesta muuta kuin ehkä sitten joskus – pakon edessä – hoivakotiin. Osa haastateltavista käytti nykyisestä kodista nimitystä asunto, koti heidän puheissaan oli se, missä he olivat esimerkiksi kasvattaneet perheen tai asuneet puolisonsa kanssa. Nykyiseen kotiin juurtuminen oli osalla haastateltavista vielä kesken. (vrt. Juntto & Vilkkonen 2005)

Nainen 72 v: Sitte tuota mies kuoli kaksi vuotta sitte niin tuota... mulla tyttö asuu täällä, se tuota mulle että et sinä voi siellä kotona yksin enhää asuu syrjäkylässä. Sitten se hommas mulle tuosta (osoite) asunnon ja sitten minä oon asunut täällä. Heinäkuussa tullu 2 vuotta ku tulin tänne. Sitten mie oon täällä asunu. [H: Oliko hyvä ratkaisu?] Oli oikiastaan. Kato mie asuin (paikkakunta) 20 km oli kauppahan, kylästä loppu kauppa, autoja olis ollu mutta ei ajokorttia. Niin se tytär ettei siitä mitähän tule, tuuhan tänne, tässä on palvelut kaikki lähellä. Ei tartte autoa ja sillälaila.

Nainen 85a v: Mutta ku ne raput aina tullee vastaan. Sitte ku tätä alettiin rakentamaan, niin sitte tästä varattiin. Sitte sanoki isä että sitte ei mennä yhtään rappua. (nauraa) Se on eri helepotus tämä sitte. Hyvä koti. On asuttu tässä 11 vuotta. Nyt sitte yksin oon opetellut tässä kotona olemaan. (jäänyt leskeksi vuosi sitten)

Nainen 80 v: Minä 32 vuotiaana lähin Ruotsiin. 65 vuonna. Siellä se meni. Minä nyt 2011 tulin. Mies kuoli sillon 2006 syksyllä. Niin minä...Näytti että minä en ossaa sieltä lähteä, minä sitte että käsivoimain aikana täytyy lähteä. Minä tulin sitten 2011. [H: Miksi halusit muuttaa takaisin Suomeen?] Ruotsissa minulla ei ollu kettää ja että Suomessa kuitennii selviän kielen kanssa.

Joitakin haastateltavia olivat lapset houkuttelleet asumaan luokseen, mutta vielä tässä vaiheessa haastateltavat kokivat, että mieluummin asuvat itsenäisesti, omillaan.

Mies 88 v: Se että voit sä tulla meille, oisit täällä. Ei tartsis... minä että en varmasti tuu, että mä ... mulla on oma talo että minä (nauraa) Oma talo oma lupa. Ei minulla oo ollu puhetta sen kumminki. Tyttäret kyllä ottasivat kumpikin, vaikka menisin millon, ne pitäs huolen.

Nainen 85a v: [*H: Ovatko houkuttelleet sinua luokseen?*] Kyllä, mutta ne tietää, etten minä lähe, minä haluan täällä olla, minne isä hauvattiin. Minusta sillai kuulostaa ihanalta, että ne suhtautuu tähän minun tilanteeseen, vaikka minä olen 85 ja minä oon jääny yksin, ettei ne oo oookkaan ottanut minua ja minun elämää haltuun, vaan että minä itse rakennan omaa elämää nyt ja elän omaa elämää. Eikä ne oo alka-neet määreilemään, miten pitää elää ja olla. Kyllä ne appuun tulee jos tahon.

Ikääntymiseen liittyviä myönteisiä asioita olivat haastateltavien mielestä mahdollisuus päättää itse elämän rytmistä ja sisällöstä. Vapaus olla ja toimia mielensä ja kulloisenkin tilanteen mukaan tuntuivat vapauttavilta. Rauhallinen, leppoisa elämä tuntui mukavalta. Itsellisyys, autonomian kokemus, valinnan mahdollisuudet, itsensä toteuttamisen mahdollisuus ja vapaus liikkua oman mielensä mukaisesti tulivat esille usean haastateltavan kertomuksissa. Toiminnallisuus kotona ja sosiaaliset suhteet kodin ulkopuolella koettiin palkitsevana. Samat teemat tulevat esille myös Maire Voudin (2011) ja Simo Koskisen ym. (2007) kolmannen iän tutkimuksissa, kuten myös Tuula Mikkolan (2005, 2009) omaishoitoon liittyvissä tutkimuksissa.

Nainen 69 v: Ne on tavallaan ne huolet häipyny. Eihän meillä oo kiire minnekään. Meillä tavallaan on sellanen huoleton elämä. Me voijaan tehdä sitte oman rytmin mukkaan niitä asioita. Ja sitte voijaan tehdä just sitä mitä me halutaan. Jos meitä haluttaa, niin kuin minua pitkään nukkua, niin minähän nukun. Eikä minua kukkaan komentele. (nauraa) Taloudellinen tilanneki on suht kohtalainen niin ei tarvi ajatella kärsiikö ostaa tuota tai tätä. Jos minusta tuntuu että minä jotakin haluan, niin minähän ostaa täräytän. Sillä tavalla huoleton elämä.

Kysyessäni haastateltavilta muuttuuko ihminen ikääntyessään, he kokivat, että ikääntyessä tulee hitaammaksi, väsy helpommin, rutiinit korostuvat ja ettei itseltä vaadi enää niin paljon kuin ennen. Kotoa lähteminen ei houkuttellut entiseen tapaan ja se tuntui työläämmältä. Haastateltavat kertoivat viettävänsä paljon aikaa kotona yksikseen. Kodin ulkopuoliset menot, esimerkiksi järjestöharrastukset tai seurakunnan tilaisuuksissa käyminen, olivat vähentyneet. Myöskään vierailuja sukulaisten tai ystävien luo ei tullut tehtyä enää entiseen tapaan. Haastateltavien puheissa tuli esille ristiriita toimimisen halun ja toteutuneen toiminnan välillä. Ruumiillisesta muuttumisesta huolimatta enemmistö haastateltavista koki olevansa ihmisinä entisenlaisia ja kokivat, että he tuntevat itsensä kalenteri-ikää nuoremmiksi. Maire Vouti (2011, 89–90) toteaa tutkimuksessaan, että ne henkilöt, jotka kokevat subjektiivisen ikänsä kalenteri-ikää nuo-

remmaksi, voivat sosiaalisesti, fyysisesti, henkisesti ja eksistentiaalisesti muita paremmin. Niiden, jotka kokivat ikänsä kalenteri-ikänsä kanssa yhteneväisiksi tai jopa vanhemmiksi, ikäkokemuksiin liittyi kielteisiä merkityksiä, kuten menetyksiä, sairauksia tai merkittävää toimintakyvyn alenemaa.

Nainen 86 v: Muuttuu sitä hitaammaksi. Tulee sitä semmonen olo että pitäs enempi tehdä ku mitä kerkiää ja jaksaa. Ja tuntuu, ettei kehtaa lähteä mihinkään. Minä ainaki teen kaikkia niinku nuorempanakin tein, enempi oon ennen tehnyt, nyt teen vaan vähempi. Kyllä kai sitä, ei itse huomaa sitä että sitä muuttuu. Ulukonäkö kyllä muuttuu. (nauraa)

Nainen 85a v: Sitä on armollisempi itselleen. Ku jos joku assia ei justiin mee, ei sitä aattele että se on mentävä. Se että siivous ainaki mulla on hatarampaa (nauraa), sitä laistaa. Ettei vaaji iteltään niin paljon enää.

Nainen 85b v: Minäki sentään oon jo 85, en minä mieleltäni oo vanha. Se mieli on niin kuiteski ettei sitä oo vanha. Kun aattelee niitä numeroita... kummiski se mieli on siellä, se mieli on siellä semmonen nuoren ihmisen mieli ja ajatuski vielä ja sillä tavalla. Haluaisin tehdä sitä ja tätä vielä, kaikkea että. Mutta kaikkiahan ei oo mahdollista enää. Mutta se mieli on niinku nuoren vielä.

Kysyessäni luopumisia iäkkäänä haastateltavat tuovat vahvasti esille, miten terveyden ja toimintakyvyn heikkeneminen luo varjoa heidän nykyiselle olemiselleen. Terveydentilan muuttuminen huonommaksi ja sairauksien uhkakuvat tarkoittivat haastateltavien puheissa vanhuuden tarvitsevuuden ajan alkua. Toimintakyvyn heikkeneminen murtaa itsenäisen arjen ja pakottaa ajattelemaan ulkopuolisen avun ja hoivan tarvetta.

Nainen 86 v: Että pysys sillai terveenä ja. Kuhan niitten sairauksien kanssa pärjää. Pittää kopistella puuta (nauraa) ois mahtava jos sais tervennä olla aivan loppuun asti.

Nainen 77 v: Kun pysys kunnossa ja kotona sais olla mahdollisimman pitkään, se on tärkein, kaikista tärkein.

Mies 88 v: No on se että rauhassa ja suht terveenä tässä olla, oleskella, ei kait tässä sen kummempaa.

Usea haastateltava kantoi huolta taloudellisesta toimeentulosta, mikäli joutuu tulevaisuudessa käyttämään enenevässä määrin terveys- ja sosiaalipalveluja. Jo nyt osa haastateltavista joutui tekemään valintoja jokapäiväiseen elämään liittyvien hankintojen suhteen, mikä haittaa jopa heidän perustarpeisiin liittyviä asioita ja rajoittaa heidän mahdollisuuttaan osallistua yhteisön tapahtumiin ja ylläpitää sosiaalisia suhteitaan. Ikääntyneiden köyhyydestä on uutisoitu viime vuosina paljon. Vanhustenkin keskuudessa on voimistuvaa kahtiajakautumista ja eriarvoistumista sekä hyvinvointivaltion heikentymiseen liittyvää turvattomuutta. (Perälähti ym 2011)

Nainen 85a v: Nytkö pysys terveenä. Sehän se on vanhoilla, nyt kun on pienet eläkkeet, se on sivusta ostaminen hankalaa, kun ei tiiä riittääkö rahat. Kaikki nyt vain kallistuu ja kaikki turva puretaan.

Nainen 77 v: Lääkäri olis määränny mulle kokeeksi epilepsialääkkeen, ku mulla tulee niitä muistikatkoksia, kato ku veljellä oli se epilepsia eikä muuta syytä niihin katkoksiin löytyny. Vaan en ottanu. [H: Mikset?] Se ois ollut kallis lääke, eikä siitä ois ollu varmuutta auttaako se sitte. Se on aika kallista että. Tämä elämä.

Toimintapiirin kapeneminen sekä mielessä olevan kuvan itsestä toimijana ja toimintakyvyn välinen eroavuus on kipeää luopumista entisestä pystyvästä minästä. Toimettomuus ja yksinäisyyden kokemus, jopa elämän tarkoituksettomuuden tunne tuli esille useassa haastattelussa. Tutkimusten mukaan 80 vuotta täyttäneet naiset ja 85 vuotta täyttäneet miehet ovat kaikista yksinäisimpiä ja masennus ja alakuloisuus lisäänty keskimääräisesti 80 ikävuoden jälkeen. Tutkimustulokset ovat yhdistettävissä toimintakyvyn alenemiseen ja sairastelevuuden lisääntymiseen samoissa ikävuosissa. (Vaarama ym. 2010, 150.) Toimintapiirin kapeneminen liittyy Elisa Virkolan (2013, 273) mukaan mahdollisuuksiin toteuttaa toimijuutta. Omilla toiminnoilla ja valinnoilla pyritään etsimään toimintakäytäntöjä, mihin omat kyvyt ja taidot riittävät ja jossa oma toimijuuden tunto säilyy.

Mies 88 v: Ei muuta ku terveys. Se on pakko luopua monesta. Terveys hiastaa.

Nainen 86 v: Ulkoilusta on pitänyt luopua. Aikoinaan ulkoilin paljo. Ei nyt pääse. Mennee vähäksi tuo liikunta, ei paljo mittää, minä oon siinä talon eessä tasanteella kulukenu...siinä ovien eessä ku haluttaa kävellä. Kun oli nuorempi niitä sitähän oli sitä hommaa ku piti lastenlapsia hoitaa ja oli aina johonki meno. Ei ehtinyt ku kassia vaihtaa.

Nainen 69 v: Mulla on jännä nyt se niin ku tässä vuojen päästä. Että saanko minä enää sitä ajokorttia. Niin minä tarviin sitä autoa. Vappautta että sitä voi lähteä. Että tuota. Sitte vuojen päästä sellanen kynnykskysymys että mitten sitte käypi. (...) Se on mulle lukeminen ja tarkka työ hankalaa. Minä olin intohimoinen kirjojen lukija. Samoin käsityön tekemiset on pitänyt jättää ja kaikki tommoset. Tekstiviestit pitää suurennuslasilla lukea. (...) Tietokoneisiin eikä tuota semmosia suurennusjuttuja, että minä haluaisin semmosen. Että tuota. Minä kävin sellasessa tilaisuudessa ja näin että on niitä kaikenlaisia mahdollisuuksia. Mutta minä en tiiä mistä minä semmosen saan. Minä niin haluaisin tietokoneella vielä tehdä.

Oma tulevaisuus alkaa arveluttaa. Elämän mielekkyyden, jatkuvuuden, arvokkuuden ja hallittavuuden menettämisen pelko kalvaa mieltä. Kati-Pupita Mattilan (2002) mukaan kuvattu eksistentiaalinen ahdistus on avuttomuutta olemassaolon kysymysten äärellä. Näitä ovat esimerkiksi tietämättömyys ja hallitsemattomuuden tunne suhteessa tulevaan sekä kysymykset riippuvuudesta, elämän tarkoituksesta, kärsimyksestä, elämän rajallisuudesta ja mahdolliset mieltä kalvavat menneisyyden ristiriitaisuudet. Mattilan mielestään käytännön vanhustyössä on tärkeää pysähtyä kuuntelemaan vanhan ihmisen kokemusta, olla aidosti läsnä, antaa tilaa iäkkään henkilön pohdinnoille ja auttaa

tunnistamaan eletyn elämän arvo ja löytämään elämän mielekkyyden lähteitä nykyisessä elämäntilanteessa. Mattila tuo keskiöön toivon, turvan ja emotionaaliseen yhteyteen liittyvät näkökulmat sekä emotionaalisen fyysisen kosketuksen, kuten kädestä pitämisen ja halaamisen merkityksen. Ihmistä pohjimmiltaan motivoiva voima on tahto löytää elämälleen tarkoitus. Viime kädessä tämä löytyy ihmisen itsensä ulkopuolelta, suhteessa ympäristöön ja toisiin ihmisiin.

Nainen 80 v: Että nyt on tämä toinen talvi että tuntuu ettei oo mittää. Ei tuota niin muuta pysty kun täällä olla niin. Tuota mitä tässä liikkuu. Tuota tuossa vain olla ku ei oo muuta ku syyvä ja haista. Siinä minä nyt sitte kuluttelen aikaa. Tämä on kaikkein pitimmän tuntonen aika.

Nainen 72 v: Joskus tulee että voi helvetti ku suoraan sanotaan, että. Semmonen tyhjä olo. Kun istua öllöttää tuolla yksiössä niin yksistähän, se tulee semmonen (on hiljaa tovin) semmonen tunne, että tässäkö tämä nyt on että.

Haastateltavat tuntuivat olevan kuin kolmannen ja neljännen iän tienhaarassa, jossa he pohtivat elettyä elämää, elämää nyt ja mielessä kangasteli jo ennakoitu tuleva. Heidän lausahduksissaan on elämän tuomaa näkemyksellisyyttä, viisautta ja rauhallisuutta sekä kokemuksen mukanaan tuomaa tietoa selviytymisen strategioista elämän ylä- ja alamäessä. Tulevaa he eivät tienneet, mutta selkeästi he ajatuksissaan työstivät asiaa. Jollakin tapaa ajattelen, että he elämäkokemuksensa nojaten myös ikään kuin rauhoittelivat itseään. Herkällä korvalla kuultuna he myös kertoivat epävarmuudesta, surusta ja ahdistuksesta, jonka edessä oleva muuttuva tilanne heissä herätti. Maire Vouti (2011, 35–36) tuo tutkimuksessaan esille, miten positiivinen asenne, arvostuksen ja turvan kokeminen ja ikääntyvän oma toiveikkuus tekevät ikääntymisestä luonnollisen elämänvaiheen ja auttavat ikääntyvää näkemään tulevaisuutensa myönteisempänä. läkkäänä olemiseen liittyy sopeutumista ja luopumista, mutta myös parhaimmillaan uusien mahdollisuuksien avautumista.

Nainen 86 v: Se on tuo ihmisen olo ...miten monta kerta sitä pittää taipua. Se ei oo ymmärryksellä hallittavissa, miten monta kertaa pittää vaan yrittää saaha elämästä kiinni. Pittää ajatella että se on niin, että minun pittää tästä elämä uuelleen rakentaa. Ainahan se varsinkin iltasella on mielessä.

Mies 88 v: Kato sota opetti ottamaan vastuuta ja tyytymään mitä eteen tuli.

Nainen 77 v: Kaikilla samat asiat sitten ikääntyneillä että ei siinä.

Nainen 69 v: Sehän se ois ku sanotaan kun loppuun asti pärjäis omillaan ja pää pysys selvänä ja. Sitte kuolla kupsahtas niin ku. Mutta ei se oo itellä määrättävissä. Saappaat jalassa ei pääse kaikki lähtemään. Se se asia pittää ottaa mitä vastaan tulee niin sitä mukkaa niitä pittää ajatella että miten tässä elämää nyt järjestää ja mitä tehdä ja tuota.

5.2 Toimijuus ennakoidussa tulevassa

Luvussa 5.2 kuvaan toisen tutkimuskysymyksen mukaisesti millaisena iäkäs henkilö näkee hyvän ja mielekkään elämän kotona ja kun siellä asuminen ei ole enää mahdollista, kodin ulkopuolisessa asumisyhteisössä toimijuuden tukemisen näkökulmasta

Vastausten perusteella syntyy kuva, mitä iäkkäät henkilöt vanhustalvueluilta tulevaisuudessa odottavat tai niissä pelkäävät. Haastateltavien vastauksiin peilaten on mahdollista tarkastella nykyistä palvelujärjestelmää sekä sen sisältämiä toimintakäytäntöjä, organisatorisia, fyysisiä ja sosiaalisia tiloja. Vanhustalvuelulaki antaa vahvan viestin, millaisten arvojen ja käytänteiden pohjalta vanhustalvuelujen kehittäminen kohti toimijuuden ja osallisuuden toteutumista, ennaltaehkäisevyyttä ja kotona asumisen tukemista tulee toteuttaa. Jyrki Jyrkämän (2003, 20) mukaan tarvitaan tietoa vanhustalvuelukan ja vanhustyön toimivuudesta ja vaikutuksesta ikääntyneiden ja heidän kanssaan vuorovaikutus- tai hoivasuhteessa olevien ihmisten elämän arkitasolta. Näin vältetään inhimillisesti, sosiaalisesti ja kulttuurisesti kestäättömät linjavalinnat ja ratkaisut. Palvelujen käyttäjien asiantuntijuuden hyödyntäminen arviointi- ja kehittämistyössä luo edellytyksiä eettisesti kestävien ja asiakkaiden toimijuuden vahvistavien toimintamuotojen ja palvelujen kehittämiseksi (Palomäki & Teeri 2011, 50).

Kysyin haastateltavilta heidän mielipidettään vanhustalvueluista. Poliittisiin lupauksiin vanhustalvuelujen kehittämisestä ei luotettu, vaan ajateltiin, että toimien vaikuttimena on lähinnä säästökohdeiden löytäminen. Huolta aiheutti palvelujen riittävyys ja laatu tulevaisuudessa. Haastateltavat pohtivat hyvinvointiyhteiskunnan tulevaisuutta ja poliittisten päätösten yhteyttä ikääntyvän väestön tilanteeseen.

Nainen 85a v: Siellä tuntuu toiset puheet hyvältä, mutta ei se kaikki. Poliitikassa luvataan mutta ei tehdä. Tämä on minun tunne politiikan vanhustenlupauksista. Kaikkea luvataan, mutta tapahu ei mittää ja aina säästetään. Minusta kuulostaa, ei niitä paikkoja ja palveluja kyllä oo, niitä on vähän ja ku niitä vähennetään vielä lissää.

Mies 73 v: Liian vähän saa vanhat apua. Ei se oo rahasta kiinni, järjestelykysymys ja mitä päättäjät pitää tärkeänä.

Haastateltavilla kuitenkin oli henkilökohtainen luottamus palvelujen saatavuuteen ja tasapuolisuuteen. Osalla oli myös myönteisiä kokemuksia vanhustalvueluista joko omassa tai tuttavansa asiassa. Myös vanhustalvueluissa oleviin työntekijöihin luotettiin.

Nainen 69 v: Tänä päivänähän tuota paljo kyllä paljo on että ku vaan uskaltaa mennä pyytämään ja ker-
tomaan. Tänä päivänä näistä jo onneksi puhutaan niin paljon, minusta se on niinku se hyvä asia. Se se on
Suomessa hyvä, että jokainen hoidetaan, vaikka on köyhä, se hoidetaan.

Nainen 72 v: Ku se ku se yksiki mummelikin, niin ei missään muualla saa niin hyvää hoitoa saa vanha
ihminen. Että tuota hänestä pijetään hyvää huolta. Hyvältä kuulostaa kun semmosia kuuluu.

Nainen 85a v: Minulla on sellanen tunne, että julkisiin palveluihin voi luottaa, ne on asiallisia ihmisiä.
Niin ainakin tuntuisi, ettei sinne rikollisia oteta. Jos on rikosrekisterissä jotaki, niin eihän semmosia voi
ottaa tämmöseen julkiseen palveluun. Jos käyttäytyy huonosti, valituksia tulee.

Kysyttäessä, millaista on haastateltavien mielestä hyvä ja mielekäs elämä vanhana, he
toivoivat, että saisivat olla kotonaan mahdollisimman kauan ja tehdä itselleen tuttuja
toimia. He pitivät myös tärkeänä mahdollisuutta virkistäytymiseen ja kanssakäymiseen
toisten ihmisten kanssa. Myös riittävä toimeentulo tuli tärkeänä asiana esille osana
hyvää ja mielekästä elämään vanhana. Marja Vaarama ym. (2010) toteavat tutkimuk-
sessaan, että ikääntyneiden elämänlaadun ja hyvinvoinnin tekijät ovat pitkälti samat
kuin muillakin ikäryhmillä. Näitä ovat hyvä terveys, toimivat sosiaaliset verkostot, toi-
minnallisuus, emotionaalinen turvallisuus ja riittävä toimeentulo. Maire Vouti (2011,
106) lisää edellisiin vielä luonnon ja sen konkreettisen kokemisen ja aistimisen.

Nainen 77 v: Hmm, semmoinen on hyvä elämä vanhana, että saa olla tuota omassa kodissa. Se on tär-
kein ja sitten niin siinä jotenkuten pärjää. Että riittää rahat. Ja se ettei jouvu neljän seinän sisällä ole-
maan.

Mies 88 v: Sitä, että saa kotona olla ja sitten saa apua jos tarvii. Ja tommoset pikku tapahtumat ja retket
joskus, se piristää kyllä sitä elämää. Kanssakäyminen on tärkeää. On tärkeää, että näkkee muitaki ihmi-
siä. Että jos ihan yksin on, perkule yksinään ku vain on, hulluksi tulee siellä.

Nainen 86 v: Sitä tekkee mitä pystyy. Sitä mitä on tottunu aina tekemään, se tuntuu hyvältä. Ei ihan mee
toimettomaksi ja yksitoikkoseksi. Saa ite tehä, se on tärkeää. Siitä tulee sitte tyhjää siitä elämästä jos ei
ite.

Nainen 85a v: Kohtuullinen terveys, hyvä ruoka, hyvä asunto, yhteyvet lapsiin ja muihin ihmisiin. Virik-
keet, että on muutaki ajateltava ku oma tilanne. Aattelee muutaki ku terveyden menetystä ja avuntar-
vetta. Ei ehi ottaa kuolemaa (nauraa).

Haastateltavat pohtivat paljon puheissaan kodin ja kotona asumisen merkitystä. Koti
edustaa heille usein elettyä elämää. Kotiin liittyy paljon muistoja ja tunteita liittyen
kodissa olleisiin henkilöihin, tapahtumiin tai esineisiin. Koti fyysisenä paikkana on heille
tärkeä tuttuuden ja omannäköisyyden vuoksi. Koti merkitsee heille itsellisyyttä, vapa-
utta ja mahdollisuutta omannäköiseen arkeen. Koti tuottaa kokemuksen omasta pär-
jäämisestä. Kotona vähäisempänäkin on riittävä, eikä siellä koe olevansa vieras. Koti on
heidän areenansa, itsemääräämisoikeuden varmistaja. Kotiin liittyvät tärkeät sosiaali-

set suhteet, mielekäs tekeminen sekä perheen, naapuruston ja tutun ympäristön ole-massaolo. Tutussa kotiympäristössä, omien tavaroiden keskellä elämisen on todettu tukevan iäkkään toimintakykyä, psyykkistä hyvinvointia ja sosiaalisia suhteita kodin ulkopuolista asuinympäristöä paremmin. (Nykänen 2007, 27; Vouti 2011, 103–104: Virkola 2013, 275.)

Mies 88 v: Se on vaan tärkeä. Sitä on monta kertaa hommannu tässä ja touhunnun siihen. Sitä tuntee että se on sitä omaa. Että jos tuonne sanotaan tuonne laitokseen, niin... ei se ei tunnu oikein mielek-käältä. Siinä oikeestaan sen oman itsenäisyyden ja oman tuntosan menettää kokonaan. Sitä ku asuu kotona tuntee olevansa itensä herra. Nimenomaan. Saa toimia omalla lailla. Siellä pitää taipua toisen tahtoon. Semmonen tunne se tulee. Siellä on kaikki säänneltyä että se on... se on niinko henkilökohtai-sempaa täällä kotona. Nimenomaan.

Nainen 69 v: Kotihan on kummiski koti, siellä on kaikki ne oma tavarat, mitä on tottunu näkemään ja sillä tavalla.

Nainen 77 v: Oman mielensä mukkaan. Niin niin. Sehän on tärkeää, että kokee se on niinku omaa elä-mää eikä muiden määräämää. Niin niin. Sitä saa olla sillä lailla vapaasti kun on sitä on kotona. Sitä tun-tee jotenkin orjalliseksi kun tuonne joutuu...

Nainen 85b v: Kyllähän se tietysti kotona parempi. Ainahan se siinä on tuttu ympyrä ja siinä olla ja niin ku ite tykkää.

Suomalaiseen kulttuuriin kuuluu itsellisyyden, itsenäisen selviytymisen ja omaista asi-oista huolehtimisen korostaminen. Vanhemmat sukupolvet voivat edelleen kokea hä-peänä kunnan palveluihin turvautumisen. Myös haastateltavat toivat esille, että he haluavat viimeiseen asti tulla toimeen itsellisesti, ilman ulkopuolista apua.

Nainen 85a v: Onko se kasvatuksessa että sitä ei saa kerjätä, että se pittää tulla omillaan tulla toimeen.

Nainen 86 v: Minusta se on semmosta, ettei halua olla toisille vaivaksi tai taakkana. Pitäs itse saaha, ettei toisia vaivata.

Nainen 80 v: Mutta ensin pitää ite hyväksyä, että tarvii sitä apua.

Kysyttäessä haastateltavien tärkeinä pitämiä asioita, he eivät ilmaisseet mitään yksit-täisiä konkreettisia tapoja tai tottumuksia, joita he olisivat halunneet säilyttää tai yllä-pittää elämänsä loppuun. Lausahdukset todentavat Jyrki Jyrkämän (2007a, 207–208) ajatuksen, että iäkkään henkilön toiveet voivat muuttua kokonaistilanteen muuttuessa. Henkilön omaksumat arvot ovat luonteeltaan varsin pysyviä. Omaksumiensa arvojen kautta henkilö reflektoi kulloistakin tilannetta ja valitsee toimintatapansa tiedossa ole-vista mahdollisuuksista. Mahdollisuuksiin liittyvät asiat paljastuvat kulloisessakin tilan-teessa. Haastateltavat pitivät tärkeänä, että iäkkään henkilön tilanteeseen soveltuvalla

tavalla selvitetään, mitkä ovat iäkkään henkilön toiveet tai hyvää ja mielekästä elämää tuottavat asiat tai toiminnan tavat juuri sillä hetkellä.

Nainen 88 v: Saa nähä sitte, siinä on monta tekijää.

Nainen 69 v: Että semmosta yksityiskohtasta asiaa ossaa tuohon sanoa. Toivon, että minun kanssa neuvotellaan asioista kun asiat tulee ajankohtaiseksi. Miten minä haluan asioiden järjestettävän, että ratkaisu tyydyttäs molempia.

Nainen 86 v: Jos ite on sillä lailla että vielä tietää mitä tekkee ja mitä tarttee. Niin sitten kun toivoo, niin koettaa täyttää sen toivomuksen.

lökkään henkilön kohtaamiseen liittyvät kysymykset askarruttivat haastateltavia. Selkeästi kysymys liittyi heillä itsemääräämisen, arvostuksen ja toimijuuden kysymyksiin. Haastateltavat tuovat esille pelon, että heidän yksilöllisyys sivutetaan ja heitä kohdellaan aliarvioivasti ja heidän tarpeet määritellään ulkoapäin. Pelko ulkopuolisuudesta ja autonomian menettämisestä tuli esille useiden haastateltavien kertomuksissa. Elisa Virkolan (2013, 271) yksinasuvia muistisairaita koskevan tutkimuksen tapaan haastateltavat vastustivat kyvyttömyyden leimaa, kompetentin toimijuuden sivuuttamista ja arvokkuutensa kyseenalaistumista. Outi Jolanki (2009) puhuu tutkimuksessaan sosiaalisen aikuisuuden menettämisestä, jolloin vanhat aletaan nähdä samankaltaisten joukossa ja heidän yksilölliset erot ja yksilöllisyys sivutetaan. Samalla kun iäkkäät aletaan nähdä yhtenä ryhmänä, on vaara, että heidän puolestaan aletaan tehdä päätöksiä heitä itseään kuulematta.

Mies 73 v: Käyttäytyä positiivisesti vanhoja kohtaan. Sitä saa vanhalla samallailla vastauksen. Ystävällisesti ja tavallisesti. Ottaa huomioon. Ei vanhaa saa kohdella komentelevasti. Vaan tasa-arvoisesti ja kysyä mielipidettä.

Nainen 77 v: Pitäs puhua ku normaalille ihmiselle, ei niin ku vauvalle, ku sellastakin oon kuullu, missä oon käynyt, puhutaan ku jollekin vauvalle, sitä en voi sietää.

Mies 88 v: Arvostaa sitä vanhaa ja sen elämää. (Kertoo sotainvalidi isästään, joka oli vanhainkodissa) Muistan ku kerran itsenäisyyspäivänä, sitten ku pantiin pukua päälle, että pannaan nämä mitallit, isä ettei ne täällä niistä mittää ymmärrä, eikä antanu panna.

Nainen 85 v: Se niin pienestä se hyvä mieli kiinni. Ihminen sitä on silti vaikka miten ois. Vaikka on vanha ki, niin asiallisesti. Miten kohataan, puhutellaan ja liikutellaan. Ihmisläheisesti. Että on ihmisen arvoinen. Pitäs kuunnella vanhaa. Siitä tulee kohtaamisen ja läheisyyden tunne.

Nainen 85b v: Niinhän se on, ei uskota lasta eikä vanhaa. Pittää ihmiseltä iteltään kysyä. Kyllä se häätty kysyä, että miten järjestetään asiat. Näin on.

Kotihoidon palveluihin haastateltavat suhtautuivat periaatteessa myönteisesti. He kokivat, että kotihoidon palvelujen turvin he pysyvät toimintakyvyn heiketessä edelleen olemaan kotona, mikä on heille tärkeää. Haastateltavat toivoivat, ettei heitä avustava kotihoidon henkilöstö vaihtuisi kovin paljon. Tuttuus hoitajien kanssa toisi avustamisen henkilökohtaisemmaksi. Haastateltavat toivoivat, että hoitajat kunnioittaisivat ja huomioisivat heidän elämäntapaansa ja toiveitaan. He toivoivat kotihoidon hoitajilla olevan riittävästi aikaa käynneillään, myös seurusteluun, virikkeelliseen yhdessäoloon sekä mahdollistamaan kodin ulkopuolelle pääsyn. Kotihoidolla tuntui olevan maine kiireisenä, tehtävä- ja järjestelmäkeskeisenä palveluna. Teknologian käyttöön turvaa tuovana haastateltavat suhtautuivat myönteisesti, mutta työntekijää korvaavana teknologiaan suhteuduttiin kielteisesti.

Mies 88 v: Joo kyllä se ois ihan hyvä että joku kävis. Että tulis kotiin palveluja. Niinku mun siskolla, sisko ki sanoo, että hirveen hyvin hoidettu nyt. Ja sillä on semmonen ranneke (...) Se minusta on hyvä systeemi. Hoitaa kotiin on ehottomasti parempi ku laitoshoido. Kyllä se käy yksinkin asuminen ku käy katomassa, antamassa ruuan ja muun ja sitten ois tämä ranneke. Parempi ku laitokseen.

Nainen 77 v: Jos ei ite pysty, pakkohan se on, mutta niin kauan ku suinki ite pystyn, niin ite. (...) Ei oo pakko tehdä niin valtavasti sitä työtä, istuu ja muutaman sanan vaihtaa. Että lääkkeet tulee otettua ja muuta, huolehtii. (...) Jos jaksaa, ois mukava käyvä kaupassa, avustettas niinku normaaliin elämään. Jos oon huono ja vanhakin, haluaisin olla yhteiskunnassa mukana. Kauppaan, parturiin ja silleen. Semmoset asiat, totta kai, normaali arkea.

Nainen 85b v: Laulupiiriin tuo kotihoito yhen rouvan, se on kyllä myönteistä, että pääsee näkemään ihmisiä. Se ois hyvä homma, että niinku jokinhan tarttee virikkeitä. Ei niitä kotona oo. Voinnin mukaan lähteä liikenteeseen missä on ennennii ollu ja.

Nainen 85a v: Minä toivosin tämmöstä ainaki, että ois samat henkilöt. Ne tietäs kaikki talon tavat ja minun tavat. Haluan, että minun tapoja kunnioitetaan ja otetaan huomion ne minun toiveet että. Tämmähän se on tietenni vanhalle tärkeätä. Toiveita ku antaa ja jos ne voi toteuttaa tai ainaki ottaa huomioon, niin sillontan se on hyvä.

Mies 73 v: Ei se oo niin minnuutilleen tulo, mutta pitempään olla. Liian vähän saa apua. Hoitajat ei kerkiä ku antaa lääkkeet ja wih (näyttää kädellä ovesta poislähtemistä). ... monesti tulee mieleen että ne (iäkkäät) on ku heittosäkinä. Ku pääsee irti vaan. Se varmasti tuota kellekkään oo hyväksi. Minulla käy niin sääliksi nuo jotka jää liian vähälle hoitamiselle. Kotihoidon käynnit on aikataulutettu niijen oman aikataulun ja ajatuksen mukaan, ei ihmisten tarpeet sillai tuu autettua. Hoitajissaki on eroa. Pitäs tarttua mitä näkkee että tarttee. Puhtaus on tärkeä, ihmisen ja kodin. Pitäs olla ulkoilua ja keskustelua, lukea lehteä, vois suunnitella seuraavana päivänä mitä tehhään, viiä tapahtumiin. Myös viikonloppuna.

Nainen 69 v: Mutta jos se menee siihen, että televisioiden kautta kysytään mitä kuuluu, ei se tunnu oikealta. Tai ropottien varassa, niin ei sekään ole oikein. Oikea ihminen on aina toinen ihminen.

Osa haastateltavista piti palvelukotityyppistä asumista hyvänä vaihtoehtona siinä mahdollistuvien kotiin liittyvien arvojen ja asioiden vuoksi, mutta joka sisältäisi myös mahdollisuuden saada hoivaa, yhteisöllisyyttä ja toiminnallisuutta. Koskisen ym. (2007, 102) KaupunkiElvi tutkimuksen (n=135) mukaan jopa 61 % vastanneista piti palvelukotityyppisesti rakennettua hoivaa vanhainkotityyppisesti toteutettua hoivakotihoivaa parempana vaihtoehtona. 36 % vastanneista kyseiseen tutkimukseen osallistuneista ei aikonut muuttaa kotoaan minnekään missään tilanteessa.

Nainen 69 v: Minusta mitä minä niinku tavallaan ommaaki kohtaa aattelee sitä tulevaisuutta niin tykkäisin että tämmöset asunnot tai palvelutalot. Ku siellä on se niinku se oma koti, että siellä on se keittiö ja olohuone, voi olla kaksio tai yksiö tai tällanen. Ja ne kaikki palvelut ois siinä samassa rakennuksessa. Jos sitä apua tarvii, niin sieltä niitä myöskin saa. Mutta siellä voi asua ihan itsenäisestikin jos on siinä kunnossa. Sais asua niinku kotona, mutta sitte kun niitä palveluja saa ostaa niinku tarvii ja missä tilanteessa niitä tarvii. Ois yhteisiä tiloja ja niissä toimintaa. Minusta tuommonen on semmonen ajattelis että se ois sellaista tulevaisuutta. Minä ainakin mulla on sellanen käsitys. Minusta ois kiva asua sellasessa siinä vaiheessa joskus. Se ois yksi semmonen että kummiski siellä ois se oma juttu, mutta ku tarvii apua siltä vois saada siivousavun, terveyspalvelut ja ruuvat ja, ettei tarvis sillä tavalla huolehtia. Ei olis yksin kotona eikä laitoksessa.

Kysymys omaishoidosta jakoi haastateltavien mielipiteitä. Puolella heistä oli omakohmainen kokemus omaishoitajana toimimisesta. Mahdollisuutta hoivan järjestymiseen omaishoidon kautta haastateltavat pohtivat nuoremman sukupolven arvojen, kiireisen elämänrytmin sekä omaishoitotyön sitovuuden kautta. Kaksi haastateltavaa ilmaisi, että tulevat muuttamaan lastensa luo, kun itsellinen asuminen ei enää ole mahdollista. Omaishoito heidän puheissaan merkitsi mahdollisuutta jatkaa tuttua elämäntapaa itselle läheisten ihmisten hoivissa. Kaksi haastateltavaa ilmaisi, ettei halunnut hoivansa toteuttajaksi omia lapsia. Osalla ei ole mahdollisuutta omaishoitoon omaisten tai läheisten puuttumisen vuoksi.

Nainen 85 v: Että lasten kanssa menis hyvin ja he huolehtis minusta. Isän toivomushan oli, oli sanonu tyttärelle, että muistakaa hoitaa äiti. En muuta toivo (liikuttuu) kyllä että huolehtisivat sitte, mieluummin olisin jonku lapsen perheessä. Tietysti pittää ymmärtää, että heillä on oma elämä ja se on rasitus jos siihen tulee sairas ja vanha ihminen. Sairausten aika on lyhyt aika ihmisen elämässä kuitenkin. Lapsetki on nähny elämää, jospa ne ymmärtää. (itse ollut omaishoitaja)

Nainen 86 v: En minä halukkaan sitä että mun omat lapset mua hoitamaan sitte ku niin mennee huonoksi.

Nainen 73 v: Nykyajan nuoret eivät taipus semmisiin. (itse ollut omaishoitaja)

Mies 88 v: Minä oon aina sanonut, että me oltiin naimisissa yli 60 vuotta nykyinen avioliitto 6 vuotta. Sopiiko sinne vanha ihminen sinne 6 vuoden avioliittoon? Minusta tuntuu, että nykyiset nuoret eivät ota sellaista vastuuta, niille on vain hetkellinen jotenkin semmoinen tunne. (itse ollut omaishoitaja)

Kysyin haastateltavilta, millaisessa tilanteessa kotona asuminen ei heidän mielestään enää ole mahdollista. Riittämätön avun saanti, muistamattomuus, kotona pelkääminen, yksinäisyys ja ulkopuolisten kontaktien puute olivat haastateltavien mielestä syitä, jolloin hoivakoti on kotia parempi asuinpaikka. Muutoin he ajattelivat, että kotona voi olla vaikka kuolemaan asti, kunhan sinne järjestetään riittävästi hoivaa ja että yksin kotona ollessa todella selviää. Mielenkiintoinen yksityiskohta on, että haastateltavat eivät tuoneet esille kotona asumisen esteenä kotiin fyysisenä tai toiminnallisena paikkana liittyviä esteitä kuten hissittömyyttä tai mukavuuksien puuttumista toimintakyvyn huonotessa, mikä esimerkiksi Sirpa Nykäsen (2007, 87–90) tutkimuksessa tuli esille.

Nainen 73 v: Se on minusta hankalaa, se on minusta hankalaa. Sitä ei kyllä sais. Kun ne ei kuitenkaan kotona pärjää, kun ne loukkoo itensä siellä, kun ne alakavat tekemään siellä vaikka mitä. Niin mutta kotiapu ei käy kuulemaa sanovat että ei ne käy ku ne lääkkeet antamassa, sitte lähtee pois sitte. Miten se sitten siellä pärjää siellä sitte? Jos yöllä kaatuu kotona, saa pötköttää lattialla yökaudet.

Nainen 77 v: Sehän on eri asia jos ei sitten ymmärrä mistää mittää, silloinhan sellaset laitokset totta kai...ja hyvä kun on olemassa semmosia että. Vaikka liikunta säilyy, se muisti jos pätkee, silloin minä en halua olla kotona, silloin kyllä pitää päästä johonkin. Minä ihan pelkään, kun oon nähny niitä muistin menettäneitä niin paljo. Tai jos pelkää kotona.

Nainen 69 v: Mutta sitten jos se kunto alkaa mennä sillä tavalla niin ettei pääse liikkeelle ja muistiki alkaa pätkiä niin, kyllä sitä on aika avuton, vaikka sitä kotiapuakin on. Kyllä minä ainakin haluaisin olla jossakin missä on muitaki ihmisiä. Että sitä muuten eristäytyy sinne kotiin ja oottaa että kun tänne joku tulis. Niin. Ku on siellä toisten seurassa, niin jollakin tavalla näkee sitä elämää, mutta siellä kotona ku se on yksin.

Nainen 85a v: Ei voi tehdä jyrkkää rajaa, että se on siinä, jokainen on yksilö. Jokaisella on erilaiset näkemykset kotonaolosta. Jos haluaa olla kotona, järjestetään sitä kotiapua sitte niin paljo, että sitä tullee siellä toimeen, heitteille ei saa ketään jättää. Niin kauanhan se on hyvä hänellä olla. Saa riittävän avun. Vaikka kuolemaan saakka jos saa avun.

Ajatus hoivakodin asiakkuudesta sisälsi haastateltavien puheissa paljon pelkoja. He puhuivat hoivakotiin muutosta ”joutumisena”. Hoivakoti edustaa jälleen askelta kohti toimintarajoitteisempaa elämää ja elämän loppumista. Usean haastateltavan mielikuva perustui media luomaan kuvaan hoivakodin arjesta, mutta myös nähtyä ja koettua haastateltavat kertoivat. Eteenkin hoidon laatuun ja kohteluun liittyvät kysymykset askarruttivat mieltä. Osalle haastateltavista ajatus hoivapalvelujen asiakkuudesta oli mahdoton ja ahdistava tällä hetkellä. Kysymys toimijuuden ja toiminnallisuuden toteutumisen mahdollisuuksista nousi erityisesti esille kodin ulkopuolisista hoivapalveluista keskusteltaessa. Nykyisiä hoivakoteja pidettiin laitosmaisina ja kylminä lähinnä niiden toimintakäytäntöjen vuoksi. Maire Vouti (2011, 93) arvelee tutkimustuloksissaan, että

hoivapalvelujen asiakkuudessa voidaan nähdä kansalais- tai ihmisarvon olevan uhattu, pelätään itsemääräämisoikeuden tai omien vaikutusmahdollisuuksien menettämistä tai että kokee tulevansa hylätyksi ja jäävänsä yhteiskunnan ulkopuolelle.

Nainen 69 v: (aviomies ollut hoivakodissa) Ainahan sitä puhutaan, että hoitajista on pula. Siinä arjessa ei ollu kyllä muuta kuin perushoito jos sitäkään. Rasittaa se kiire ja liian paljo työ hoitajiakin niin sitten se altistaa sille välinpitämättömyydelle ja huonosti hoitamiselle ja kohtelulle. Pitää tehdä vanhuksella asiat kellon mukkaan ja sääntöjen mukkaan ja hoitajien mukkaan. Kyllä sitä toivois inhimillisempää ja pehmeämpää siitä hoitamisesta. (...) Sairas on sairas ja eikä voi ajatella että se terveen lailla on. Hoitajan pitäs se ymmärtää ja antaa hyvän kohtelun. Jos hoitaja kohtelee sitä vanhaa komentelevasti tai aliarvioivasti tai huonosti, että ei se tunnu hyvältä. Vaan miten se vanha hoitajalta puolustautuu, se valta on sillä hoitajalla. Ei sitä hoijettavaa uskota, sen syyksi laitetaan.

Nainen 77 v: No tietysti kauhistelee jos ei nyt vaippaakaan vaiheta eikä juomista anneta. Ja muuta. Minusta on kamalaa, olla siellä. Sitte semmostakin oon kuullu että sidotaan tuoliin ja se saattaa olla monta tuntia samassa paikassa. Onko se ihmisarvosta elämääkään enää. Kyllä minä kauhistelen kauhiasti sitä. Sellasta huonosti hoitamista, minä ihan pelekään.

Nainen 85b v: Ei niitä hoitajia oo siellä niin paljo mitä tarttis. Ja jos ommaiset tai vanhus jottai niistä sanoo, ei niitä uskota. Niihin pitää muka vain tyytyä.

Nainen 86 v: Yksityisyytensä menettää. Se että on se oma tahto. Se pikkuhiljaa luopuu pois, sitä ei oo kohta mittää. Hoitajien tahon varassa kaikki.

Mies 88 v: Kyllä, jos tiukka tulee, lähen tästä äkkiä. Ennen minä hyppään (koski) alas. Viimeinen sana on minun. Minä en mihinkään laitokseen lähe. Minä en kenenkään haitoksi sinne mee. [*H: Onko sinusta nöyryyttävää olla jonkun hoidettavana?*] On, sitä se on. Mieluummin pystypäisenä.

Nainen 72 v: Siellä niinku ootetaan kuolemaa. Ei muuta ku syyvään, paskotaan ja nukutaan. Ne on sellaisia hiljaisen kärsimyksen paikkoja.

Haastateltavien mielestä on hyvä ja mielekäs elämä hoivakodissa mahdollistaa yksityisyyden ja yksilöllisyyden. Kodinomaisuus ei niinkään liity haastateltavien vastauksissa fyysiseen tilaan, vaan hoivakodissa olemisen ja kohtaamisen tapaan. Tärkeää oli heidän mielestään riittävä apu ja ihmissläheinen hoiva. Toiminnan tulisi lähteä iäkkään tarpeista käsin. Toiminnan tulisi sisältää yhteisöllisyyttä, virikkeellisyttä, seurustelua ja ulkoilua. Omaisten mukanaolo heidän elämässään tulisi mahdollistaa myös hoivakodissa asuessa.

Nainen 86 v: Nehän on nykyään että on se oma huone. Pitäs olla oma huone vaikka pieniki ja oma vessa, että sitä tuntisi että se on niinku oma, ei semmosia isoja, että monta. Säilytys yksityisyys. Joustoja pitäs olla. Siitä tulee kotinomaista. Että jos ei nukuta ei tartte olla vuoteessa, sais liikkuu. Näpertää jottai tai lukkea. Ettei ihan tarttis istua käet ristissä tai maata. Aukasta radio tai televisio. Vaikka omassa huoneessa sais istuskella ja kahtoa ikkunasta ulos. Seki ois mukavaa. Toivos, että siinä samalla ku jotaki tekkee (hoitaja)...että sais puhua ja siihen niinkö toinen sais kuunnella ja. Että tuntee se huomioiaan samalla ku hoijetaan. Niin kun jotaki toivoo, niin koettaa täyttää sen toivomuksen.

Nainen 69 v: (aviomies ollut hoivakodissa) Minusta tuntuu, että niissä pitäis enemmän ja säännöllisesti olla tämmöstä virikkeellistä toimintaa. Että sitte ne jotka siellä pystys jotaki tekemään ja olemaan mukana, että ne otettas siihen toimintaan. Ja toiset ympärille kahtomaan. Antaahan se sisältöä päivään, että tapahtus jotaki mukavaa. Ettei päivät ois sitä yhtä ja sammaa jökötystä. Jos niitä seiiniä kattelee, ei se paljo ilahuta. Niiden kanssa pitää puhua, ihmisen pitää saaha puhua jonku kans, kertoa mitä kuuluu. Jos on voimia, nostettas ylös ja lähettäs käymään jossaki. Se tois sitä elämäniloa siihen. Sitä minä oon aatellu, että ku ne ihmiset suljetaan sinne hoivakoteihin. Siellä ei oikein oo luontevaa omaisenakaan käyvä.

Nainen 77 v: Että ne käyttää ulkona tai vaikka istuu parvekkeella vähä aikaa että saa raitista ilmaa.

Kysyin haastateltavilta, että kuka lopulta päättää, ettei kotona voi enää asua. Enemmistön mielestä heidän itsensä kanssa tulee neuvotella asiasta. Usea toi esille, että lapset päättävät tai ainakin ovat mukana päätöksenteossa ja kolme toi esille, että elleivät he kykene tekemään päätöstä, sen tekee heidän asioita hoitava viranomainen.

Nainen 69: Toivon, että minun kanssa neuvotellaan asioista kun asiat tulee ajankohtaiseksi. Miten minä haluan asioiden järjestettävän, että ratkaisu tyydyttäs molempia.

Nainen 85 v: On sovittu, että ne (lapset) tullee minun avuksi järjestämään mulle apua ja hoitoa, jos semmonen tullee. Ei tartte yksin niistä asioista päättää ja selevitä.

Nainen 77 v: Ku mulla ei oo ommaisia ja jos minä en ite ymmärrä, niin se päättää joka vastaa minun asioista muutenki. [*H: Joku viranomainen, joka on hoitanut sinun asioita niinkö?*] Niin niin, justiiinsa.

6 Yhteenveto

Tavoitteeni tässä pro gradu työssä on ollut selvittää, miten iäkäs henkilö kuvaa toimijuuttaan nyt ja tilanteessa, jossa hänellä on toisen henkilön antaman avun ja hoivan tarve. Haastatteleamalla kymmentä iäkästä henkilöä joulukuussa 2013 etsin vastausta kahteen kysymykseen. Ensinnäkin millaista toimijuutta iäkäs henkilö rakentaa elämänsä kertomuksissaan ja toiseksi millaisena iäkäs henkilö näkee hyvän ja mielekkään elämän kotona ja kun siellä asuminen ei ole enää mahdollista, kodin ulkopuolisessa asumisyhteisössä toimijuuden tukemisen näkökulmasta.

6.1. Toimijuuden rakentuminen iäkkään henkilön elämänsä kertomuksissa

Haastattelemani iäkkäiden henkilöiden elämänsä kertomuksista tulee Jyrki Jyrkämän (2008, 192–193) mukaisesti esille, miten elämänsä tapahtumat ja kokemukset rakentavat henkilön sisäistämää kuvaan omasta itsestä ja omasta toimijuudesta. Ikääntyminen merkitsee omaksutun toimijuuden ja identiteetin uudelleentarkastelua. Omasta toimijuudesta on neuvoteltava ja sitä on rakennettava ikääntymisen myötä tulevan uudenlaisen tarvitsevuuden ja haavoittuvuuden vuoksi uusien omaan elämään linkittyneiden ihmisten sekä olosuhteiden sisältämien ja avaamien vaihtoehtojen, mahdollisuuksien ja niiden tuottamien ehtojen ja rajoitusten puitteissa. Avuntarve on uhka omaksutulle toimijuuden tunnolle. Toimijuuden näkökulmasta kriittinen kysymys on, miten avuntarve ja toimijuus kyetään yhdistämään siten, että tarvitsevuudesta huolimatta iäkkäällä säilyy kompetentti toimijuuden tunto. Kompetentti toimijuuden tunnon tavoittelu vahvistaa pystyvyyden, osallisuuden ja mielekkään elämän kokemusta. (Virkola 2013, 268–270.)

Elämänsä kertomuksia kuunnellessa minulle piirtyi kuva henkilöistä, jotka ovat eläneet työteliään, vaiherikkaan elämän. He ilmaisivat **itseä arvostavaa, voimavaraista toimijuutta**. He ovat tarttuneet elämän ja yhteiskunnan muutoksen mukanaan tuomiin haasteisiin nöyrästi, mutta rohkeasti, sellaisina kuin ne ovat eteen tulleet. Sukupolvena heitä on koeteltu paljon niin ruumiillisesti, sosiaalisesti kuin henkisesti. Haastateltavien elämässään on ollut paljon kohtalonomaisia aineksia kuten sota ja niukkuus, vähäiset mahdollisuudet vaikuttaa oman elämän suuntaan nuoruudessa ja

suomalaisen yhteiskunnan nopea muuttuminen maatalousvaltaisesta teollistuneeksi yhteiskunnaksi. He ovat varttuneet yhteisöllisessä kulttuurissa, jossa työntekoa, sinnikästä selviytymistä ja perhettä arvostettiin yksilön itsensä jäädessä taka-alalle.. He ovat myös tehneet rohkeita ratkaisuja työn ja perheen vuoksi muuttamalla aikuisikäisinä Etelä-Suomeen tai Ruotsiin. Elämä haastateltavien kertomuksissa oli ollut sitoutumista kodin, perheen ja toimeentulon eteen. Eräs haastateltavista sanoikin, että tahto mennä eteenpäin oli vahva. Heiltä on vaadittu ***sopeutuvaa, sitoutunutta toimijuutta***.

Ikääntymisen ja eläkkeelle jäännin jälkeen he olivat kokeneet luonnollisena, enemmän hyviä kuin huonoja puolia sisältävänä asiana. Kaikki olivat saaneet jäädä eläkkeelle kohtuullisessa voinnissa. He kertoivat nauttineensa kolmannesta iästä elämänvaiheena. Ikääntymisen myönteisinä asioina he toivat esille mahdollisuuden päättää itse elämän rytmistä ja sisällöstä. Itsellisyys, autonomian kokemus, valinnan mahdollisuudet, itsensä toteuttamisen mahdollisuus ja vapaus liikkua oman mielensä mukaisesti olivat haastateltavien esille nostamia ikääntymisen myönteisiä puolia. Osa kertoi mökkeilleensä ja matkustaneensa, osa oli hoitanut lapsenlapsia, osa oli toiminut omaishoitajina. He olivat aktiivisesti liikkuneet, pitäneet yllä ystävyysuhteita, osallistuneet järjestötoimintaan ja käyneet erilaisissa tilaisuuksissa. Heidän elämänsä oli sisältänyt toimintaa ja sosiaalista kanssakäymistä. Elämässä oli ollut sisältöä. Kertomuksissaan he ilmaisevat ***autonomista, toimeliasta ja nautiskelevaakin toimijuutta***. Vireinä eläkeläisvuosina he olivat jo valinneet nykyisen asunnon ennakoineiden tulevan vanhenemisen ajatellen pärjäävänsä asunnossa toimintakyvyn heiketessäkin. Heidän voisi sanoa vanhenneen viisaasti ja ilmaiseen ***ennakoivaa toimijuutta***.

Kaiken tapahtuneen jälkeen he olivat ylpeitä selviytymisestään, ***voimavaraisesta toimijuudesta***, mikä toimi voimavarana ja kannustimena nykyisessä elämäntilanteessa. Haastattelijana minulle tuli tunne sisäistetystä voimasta ja siitä, että haastateltavat tunsivat sisäisen itsensä. Heillä oli hallussaan selviytymisstrategioita elämän ylä- ja alamäkiin. Haastateltavat olivat elämään tyynesti suhtautuvia, yksilöllisiä ja itsestään hiljaisesti ylpeitä olevia henkilöitä. Haastateltavat edustavat kuuliasta, vähäeleistä ja tilanteeseen tyytyvää, auktoriteetteja arvostavaa sukupolvea. Näen, että haastateltavien sisäistämä ***monesta selviytyvä sisäinen toimijuus*** on heidän vahvuutensa toimijana myös toimintakyvyn heiketessä. Haastateltavat kokivat tärkeäksi omata edelleen ***pystyvän ja vahvan toimijuuden*** omassa arjessaan, vaikkakin heillä kaikilla on arjessa

rajoittava toimintakyvyn alenema. Heillä oli halu olla **oman elämänsä toimijoita**. Heille on tärkeää, että heidän yksilöllisyyttään ja itsemääräämisoikeuttaan kunnioitetaan ja he voivat vaikuttaa omiin asioihinsa.

Haastateltavat kertoivat tuntevansa itsensä ihmisinä entisenlaiseksi ja kalenteri-ikänsä nuoremiksi, mutta samalla fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen esti heitä toimista entiseen tapaan tai mielensä mukaisesti. He kokivat **ristiriitaista toimijuutta** suhteessa itseen. Haastateltavat toivat esille kipeitä muistoja ja tapahtumia elämänkulustaan, jotka yhä iäkkäänäkin olivat painolasteina heidän mielissään. Leskeytyminen merkitsi heille puolison tuoman turvan ja läheisyyden menettämistä ja yksin jäämistä. Osa haastateltavista oli hiljattain tai aivan viime vuosina muuttanut, koska entinen asuinmuoto oli tullut mahdottomaksi elämäntilanteen muututtua tai toimintakyvyn heikettyä. Heidän puheissaan nykyinen koti oli asunto. Juurtuminen nykyiseen kotiin ja ympäristöön oli kesken, ikävä menneeseen kalvoi mieltä. Voimavarojen ollessa jo heikentyneet, he olisivat tarvinneet heille vieraassa ympäristössä tukea rakentaa uusia ystävyssuhteita ja opetella käyttämään esimerkiksi lähipalveluja. Haastateltavat toivat esille, että toimiminen lähiympäristössä ja selviytyminen arjesta oli tullut heille aikaisempaa haasteellisemmaksi. He myös kokivat, että heidän on vaikea saada tietoa heidän arkeaan tukevista palveluista ja toiminnoista, koska tieto on paennut sähköiseen muotoon Internetiin. Haastateltavat toivat esille myös huolensa rahojen riittämisestä tulevaisuudessa, mikäli he joutuisivat ostamaan enenevässä määrin terveys- ja sosiaalipalveluja. Kertomuksissaan nykyhetkestä haastateltavat ilmaisivat **pakenevaa toimijuutta**.

Kaikki haastattelemani henkilöt olivat toimintarajoitteisia, yksinasuvia ja leskiä. Haastateltavien nykyhetken kertomuksissa tulee esille **tukea ja toista ihmistä tarvitseva toimijuus**. Kysymys läheisavun saamisen mahdollisuudesta oli kipeä niin läheisiltä apua saaville kuin ilman läheisapua eläville. Osa haastateltavista lapset, sukulaiset tai ystävät auttoivat ja tukivat arjessa, kuten käyttivät kaupassa, siivosivat tai kysyivät kuulumia. Avun läheisyys ja välittämisen kokemus toi turvallisuutta. Apua saavat toivat kuitenkin esille huolen selviytymisestään, jos välit jostakin syystä läheisiin rikkoutuisi tai apu heidän taholtaan muusta syystä loppuisi. Viidellä haastateltavalla kymmenestä ei ollut huolta pitävää lähipiiriä, mikä nyt ja eteenkin tulevaisuutta ajatellen huolestutti

heitä kovasti. Haastateltavat tuovat esille huolen, miten selviäisivät tai tulevat selviämään arjessaan ilman läheisapua. Haastateltavat kertoivat luottavansa vanhuspalvelujen saatavuuteen ja heillä oli myönteisiä kokemuksia tai tietoa liittyen vanhuspalveluihin. Puheillaan he ilmaisivat **tulevaisuuteen luottavaa toimijuutta**.

Haastateltavat toivat vahvasti esille **uhatun toimijuuden**. He kokivat terveyden ja toimintakyvyn heikkenemisen uhkaavan heidän aikaisemman elämänmuodon ja toimijuuden jatkuvuutta. Heidän toimintapiirinsä oli kaventunut kotiin ja he saivat arjessaan kokemuksia, joka murensi kuvaa entisestä **pystyvistä, itsellisestä toimijuudestaan**. Toimettomuus, ulkopuolisuuden tunne yhteiskunnasta ja ympäröivästä yhteisöstä sekä avun tarve olivat uusia tuttavuuksia heidän elämässään.

Haastateltavien mielessä kangasteli jo ennakoitu tuleva: vanhuspalvelujen asiakkaaksi siirtyminen. Entisestä olisi haluttu pitää kiinni. Ilmeni **sinnittelevää toimijuutta**, palveluja ajateltiin otettavan vastaan vasta viime hädässä. Mielikuva vanhuspalveluista ja sen asiakkuudesta perustui omaisten tai tuttavien kautta saatuihin tai median luomiin näkemyksiin. Osin mielikuvat olivat pelottavia sekä vastoin omia arvoja ja kuvaa hyvästä elämästä. Elämän mielekkyyden, jatkuvuuden, arvokkuuden ja hallittavuuden menettämisen pelko kalvoi heidän mieltään. Haastateltavat vastustivat **toisten sanelemaa, ulkoistettua toimijuutta**. Pahimpana uhkakuvana he näkivät **menetetyn toimijuuden**, jolloin he olisivat niin ympäristöllisesti, fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisesti toisten tahdon alaisia ja tahdosta riippuvaisia. Toisaalta vanhuspalvelut eteenkin kotihoito ja palvelukotityyppinen asuminen näyttäytyivät **tuetun toimijuuden** ja omaksutun elämänmuodon mahdollistajina. Tilanteessa, jolloin he siirtyvät vanhuspalvelujen asiakkuuteen, he toivoivat **neuvoteltavaa toimijuutta** suhteessa vanhuspalveluihin, sen toimijoihin ja käytänteisiin.

6.2 Hyvä ja mielekäs elämä kotona tai kodin ulkopuolisessa asumisyhteisössä

Haastateltavien arvoja olivat itsellisyys, kodin merkitys, läheisten tärkeys, hyväntahtoisuus, turvallisuus, ennustettavuus ja totutun arkisen elämänrytmin tärkeys. Kysyessäni

haastateltavilta heidän tärkeinä pitämiä asioita, he nostivat esille tavallisen arjen, toiminnallisuuden, ulkoilun, sosiaalisiin suhteisiin ja kanssakäymiseen liittyvät asiat kuten naapurisuuden, yhteisöllisyyden ja toinen toisensa tukemisen.

Hyvä ja mielekäs elämä vanhana sisältää haastateltavien mielestä mahdollisuuden olla kotona ja tehdä itselle tuttuja toimia. Koti edustaa heille elettyä elämää, tuttuutta ja itsemääräämisoikeutta. Koti tuottaa heidän puheissaan kokemuksen toimijuudesta: omasta pärjäämisestä, vapaudesta ja itsellisyydestä. Kotona vähäisenäkin on riittävä. Vapaus olla mielensä mukaisesti ja elää omannäköistä elämää tuntuvat hyvältä. Rauhallinen, leppoisa elämänrytmi tuntuu omimmalta, mutta ollakseen mielekästä ja hyvää elämään tulee siihen kuulua myös toiminnallisuutta ja vaihtelua. Ulkoilmaan ja toisten ihmisten pariin pääsemistä haastateltavat pitävät tärkeänä. Kotiin liittyvät arvot mahdollistuvat haastateltavien mielestä myös palvelukotityyppisesti järjestetyssä hoivassa ja omaishoidossa. Haastateltavien mielestään hyvää ja mielekästä elämää tukevat ympäristön ja palvelujen rakenteet ottavat huomioon heidän heikentyneen toimintakyvyn tukemalla heidän toimimista ja liikkumista lähiympäristössä esimerkiksi levähdyspenkkien tai avustajan muodossa. Hyvä ja mielekäs elämä mahdollistaa perhe- ja yhteisökeskeisyyden ja niihin liittyvän kanssakäymisen, minkä mahdollistumiseen he toivovat tukea erityisesti hoivavanhuuden vaiheessa. Hyvä ja mielekäs elämä sisältää kohtuullisen voiminnan, mielekkään tekemisen, sosiaalisen kanssakäymisen ja riittävän toimeentulon.

Haastateltavat pitävät tärkeänä luottamusta vanhuspolitiikan ja vanhustalvelujen hyväntahtoisuuteen ja aitoon haluun tehdä iäkkäiden henkilöiden elämästä hyvä ja mielekäs iäkkään henkilön lähtökohdista tarkasteltuna. Haastateltavien mielestä hyvää vanhuutta on, että voi luottaa, ettei kukaan vanha ihminen jää vaille hoivaa ja huolenpitoa. Palvelujen toteuttamisen perusta on ihmisläheisyys, yksilöllisyys ja inhimillisuus. Vanhustalvelut ovat helposti lähestyttävät ja saavutettavat. Iäkäs henkilö voi luottaa, että hän saa asiallista ja yksilöllisiin tarpeisiin ja toiveisiin perustuvaa tukea ja apua, hoivaa ja hoitoa vanhustalveluista ja sen työntekijöiltä, kun hän niitä tarvitsee. Asiakassuhde vanhustalveluissa perustuu haastateltavien mielestä parhaimmillaan kumppanuuteen ja neuvottelevuuteen. Haastateltavat pitävät tärkeänä, että ikääntyville

tarjotaan riittävästi tietoa eri tuki- ja palvelumuodoista ja vaihtoehtoista, jotta aito valinnanmahdollisuus ja osallisuus vanhuspalveluissa toteutuvat.

Hyvää ja mielekästä elämää vanhuspalvelujen asiakkuudessa on, että iäkäs henkilö kokee, että elää omaa elämää eikä muiden määräämää. Iäkkään henkilön itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan, mikä merkitsee, että iäkkään henkilön mielipiteet ja toiveet otetaan todesta ja ne pyritään toteuttamaan. Iäkäs henkilö kohdataan aikuismaisesti ja yksityisyyttä kunnioittaen. Haastateltavat pitävät hyvän ja mielekkään elämän kannalta tärkeänä, että iäkkään henkilön elämänsä kautta rakentunut minuus, yksilöllisyys ja toimijuuden tarpeet huomioidaan ja niiden ylläpitämistä ja toteutumista tuetaan. Tilanteessa, jossa he itse eivät olisi kykeneviä yksin tai lainkaan tekemään päätöksiä, he toivoivat lasten tai läheisten ja heidät hyvin tuntevan vanhustyöntekijän tukea päätöksentekoon.

Kotihoidon palvelut haastateltavat näkevät mahdollisuutena olla edelleen kotona – vaikka elämän loppuun asti. Omannäköisen ja –rytmisen elämäntavan toivottaan voidaan jatkaa, vaikka kotiin tulisikin ulkopuolista apua. Kotihoidon osaltakin he haluavat neuvotella, miten heidän omanäköinen toimijuus mahdollistuisi. He toivovat, että kotiin tuleva kunnioittaisi heidän yksilöllisyyttään ja noudattaisi ”heidän ja talon tapoja”. Tukeakseen hyvää ja mielekästä elämää iäkkäänä kotihoidon palvelujen tulee sisältää riittävästi aikaa, avustamisen lisäksi aikaa myös seurusteluun ja virikkeelliseen yhdessäoloon sekä mahdollistavan myös kodin ulkopuolelle pääsyn. Haastateltaville on tärkeää, että hoivaa ja hoitoa saa nimenomaan subjektiivisesti koettuna riittävästi ja että se on riittävän laadukasta. Kotona yksin ollessa tulee todella selvitä. Teknologiaan kuten turvapuhelimeen he suhtautuvat myönteisesti mahdollistamassa itsellistä asumista ja toimijuutta, mutta hoitajan käyntien korvaajana teknologiaan haastateltavat suhtautuvat kielteisesti. Riittämätön avun saanti, muistamattomuus, kotona pelkääminen, yksinäisyys ja kodin ulkopuolisten kontaktien puute ovat haastateltavien mielestä syitä, jolloin kotona oleminen ei enää ole hyvää ja mielekästä elämää.

Hyvä ja mielekäs elämä hoivakodissa mahdollistaa haastateltavien mielestä yksityisyyden ja yksilöllisyyden. Kokemus autonomiasta ja arvostavasta kohtaamisesta kuuluvat keskeisesti hyvään ja mielekkääseen elämään myös hoivakodissa. Perushoidolliset asiat

toteutuvat kunnioitavasti, lempeästi ja iäkstä yksilöllisesti huomioiden. Hyvää ja mielekästä elämää mahdollistavan hoivakodin käytänteissä mahdollistuu yksilökohtainen jousto ja toiveisiin vastaaminen. Hoivaympäristön arjen toimintojen kodinomaisuus ja kohtaamisen ihmisläheisyys nousivat haastatteluissa keskeiseen rooliin hyvää ja mielekästä elämää hoivakodissa määriteltäessä. Toinen vahvasti merkittävä tekijä on arkielämän toiminnallisuus ja yhteisöllisyys. Hoivakodista ollessa mahdollistuu ulkoilu ja voinnin niin salliessa osallistuminen hoivakodin ulkopuoliseen normaaliin elämään ja tapahtumiin. Hoivakodin henkilöstö tukee iäkstä ylläpitämään sosiaalisia suhteita hänelle läheisiin ihmisiin ja suhteutuu omaisiin myönteisesti ja yhteistyöhaluisesti. Hyvään ja mielekkääseen elämään hoivakodissa sisältyy vahvasti yksilöllisyyden, läheisyyden, turvan ja yhteisöllisyyden tunne.

7 Pohdinta

Näen iäkkään henkilön aseman ja toimijuuden vahvistamisen tärkeäksi asiaksi. Iäkkäällä henkilöllä on monella tapaa vaara joutua alisteiseen, stigmatisoituneeseen ja marginalisoituneeseen asemaan yhteiskunnan jäsenenä ja asiakkaana. Vanheneminen näyttäytyy myös tämän tutkimuksen haastateltavien elämässä haasteellisena ja monimuotoisena elämänvaiheena. Vanhat kohdataan helposti ulkopäin tietäen ja heidän henkilökohtaisia mielipiteitään ja inhimillisiä tarpeitaan vähätellen. Haastateltavien elämäntarinaa ja mielteitä kuunneltuani olen pohtinut, mikä on vanhuspalvelujen näkemys siitä, ketä iäkkäät ovat tai millaisiin asioihin, tapoihin tai arvoihin he ovat kiinnittyneitä. Arjen lähilukua ja hyvien ja huonojen käytänteiden esille nostamista iäkkään henkilön näkökulmasta olisi erittäin tärkeää tehdä niin tutkimuksellisesti kuin käytännön työssä. Näen gerontologisen sosiaalityön erityiseksi tehtäväksi tuoda arjen kokemuksia ja iäkkään ääntä vanhuspalvelujen kehittämistyöhön. Sosiaalityön arvoperustan ja yhteiskunnallisen tehtävän mukaisesti gerontologisen sosiaalityön kuuluu pitää esillä vanhushoivan kentässä vanhan ihmisen oikeuksia sekä puhua toimijuutta tukevan työskentelyn puolesta.

Palvelujen piiriin menemisen haastateltavat kokivat uhkana toimijuudelleen, minkä he toivat esille haluna tulla viimeiseen asti toimeen itsellisesti, ilman ulkopuolista apua. Vanhuspalvelut näyttäytyivät heille tuntemattomina ja etäisinä. He eivät tunteneet vanhuspalvelujen käytänteitä riittävästi. He olivat epävarmoja, millaiset mahdollisuudet heidän toimijuutensa toteutumiseen vanhuspalvelujen asiakkuudessa olisivat. Riittävää tietoa vaihtoehtoista, palveluista ja tukimuodoista he pitivät tärkeänä edellytyksenä omalle toimijuudelleen. Myös tämän puutteen korjaamisen näen gerontologisen sosiaalityön tehtäväksi. Mielestäni kolmannessa iässä olevien ikääntyvien kohtaaminen ja luonnollisen vuoropuhelun kautta luodun luottamuksen saavuttaminen on tärkeää hoivaan liittyvien pelkojen ehkäisemiseksi. Mielenkiintoista olisi tutkia mistä kaikista seikoista muodostuu vanhuspalvelujen asiakkuuden pelko ja vastenmielisyyt.

Lisääntyneet vanhuspalveluja koskevat kantelut ja negatiivinen julkisuuskuva osoittavat mielestäni, että vanhuspalvelujen käytänteiden tarkastelulle kautta linjan on tarvetta. Vanhuspalvelut joutuvat olemaan jatkuvassa törmäyskurssissa asiakkaiden ja

omaisten kanssa, mikäli ”ei tunnusteta, että yhä enemmän ikäihmiset haluavat olla aktiivisia osallistujia ja toimijoita omaa elämää koskevissa asioissa. He eivät suostu toiminnan kohteiksi, vaan haluavat olla oman elämänsä toimijoita yhteistyössä palvelujen tuottajien kanssa. He odottavat, että heidän itsemääräämisoikeuttaan, yksilöllisyyttään ja arvokasta vanhuutta kunnioitetaan” kuten Maire Vouti (2011, 129) tutkimuksessaan osuvasti kirjoittaa. Palvelujen järjestämisen ja työskentelyn taustalla olevaa vanhuskäsitystä tulisi pohtia ja miettiä käytänteitä iäkkään henkilön näkökulmasta ja heidän kokemuksenaan. Iäkäs, toimintakyvyltään hauras ihminen tulisi osata kohdata oman elämänsä toimijana, ihmisenä kuten aina ennenkin. Hallintaan ja saneluun perustuva kohtaaminen saa vasta reaktion aikaan ärtymystä ja vastustusta, lopulta myös syyllisyyttä ja häpeää. Eiväthän iäkkäät mahdottomia pyydä, ainoastaan tasa-arvoista, aikuismaista kohtaamista ja yhdessä tehtyjä ratkaisuja. Tällöin iäkkään ei tarvitsisi puolustaa minuuttaan ja toimijuuttaan, vaan päästäisiin työskentelyssä samalle puolelle. Nyt iäkkäältä ja hänen omaiseltaan vaaditaan sopeutumista vanhuspalvelujärjestelmään ja sen käytänteisiin, mitä myös tämän tutkimuksen haastateltavat vastustivat.

Myös palvelujen saavutettavuutta iäkkään näkökulmasta tulisi tarkastella. Hallintokunnittain järjestetyt hyvinvointipalvelut voivat aiheuttaa sirpaloituneen palvelujärjestelmän, jossa toisaalta palveluja on vaikea saavuttaa tai sitten iäkäs on monen järjestelmän asiakkuudessa yhtä aikaa. Toimintamahdollisuudet ja palvelut tulisi kyetä vieämään lähelle asiakasta. Haasteita on myös monitoimijaisen palvelutuotannon tuottajien yhteistyössä ja resurssien järkevässä käytössä. Mielestäni julkisessa palveluohjauksessa pitäisi pyrkiä yhden yhteydenoton periaatteeseen ja tarvittaessa työntekijä jatkossakin seuraisi iäkkään tilannetta. Sanoisin, että kolmasosa tämän tutkimuksen haastateltavista ei enää kykenisi itse järjestämään tarvittavia palveluja itselleen. Mielestäni näin järjestetty vanhustyö hukkaa tilaisuuksia tukea riittävän aikaisin iäkkään toimintakykyä ja itsellistä selviytymistä. Väittäisin myös, että nykyinen vanhuspalvelujen järjestämisen tapa ohittaa monia inhimillisiä tarpeita kohdistessaan voimavarat hoivaan ja siten osa iäkkäistä jää jopa heitteille. Ristiriita saatavilla olevien palvelujen ja tarpeen välillä on ilmeinen.

Palvelujärjestelmän painopistettä on suunniteltu siirrettävän kotona asumista tukeviin ja kotiin tuleviin avopalveluihin. Myös tämä tutkimus aikaisempien tutkimusten tapaan

osoittaa, että iäkkäät haluavat asua kotonaan, kunhan heidän kohdataan yksilöllisesti ja arjessa selviytymistä tuetaan riittävästi. Pärjäämättömyyden tunne, tiedon puutteen johtuva epävarmuus tulevaisuudesta, yksinäisyydestä johtuva turvattomuus, mielekkään tekemisen puute ja sosiaalisten kontaktien vähäisyys ovat hoiva-asumiseen siirtymisen syitä, joihin mielestäni ensisijaisesti tulee kotiin tulevista palveluista kohdistaa resursseja ja kehittää toimijuutta ja elämän mielekkyyttä tukevia toimintatapoja. On tehtävä rohkeita toimintatapamuutoksia ja on hyväksyttävä, että myös avopalvelujen tuottaminen vaatii taloudellisia ja aineellisia resursseja. Jostakin syystä kotiin ollaan aina oltu valmiita antamaan taloudellisesti ja toiminnallisesti vähemmän tukea. Lähtökohdaksi palvelujen myöntämiselle voisi asettaa, että kotiin annetaan tukea ja palvelua hoivapalvelun kustannuksen verran. Tavoiteltu taloudellinen säästö tulee viiveellä toteutumaan kotona asumisajan pidentyessä.

Mielestäni kotona asumisen tukeminen pitäisi aloittaa riittävän varhaisessa vaiheessa, jotta iäkkään tunne turvallisuudesta, pystyvyydestä ja elämän hallittavuudesta säilyisi. Leskeytyminen, muistipulmat ja fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen vaikuttavat olevan asioita ikääntyvän elämänsä aikana, jotka olisi myös vanhuspalvelujen syytä ennaltaehkäisevyyden nimissä huomioida. Haastattelijana minulle jäi kuva, että haastateltavien toimintapiirin kaventui tarpeettomasti kotiin, mikä on suuri uhka heidän toimintakyvylleen ja elämän mielekkyyden kokemukselle. Näen varhaisen tukemisen iäkkään arjessa, emotionaalisen tuen ja ryhmätoiminnan erityisen tärkeäksi. Näitä työmuotoja tulisi palveluissa vahvistaa. Myös kodin ja lähiympäristön toimivuuteen tulisi kiinnittää huomiota, koska näillä haastateltavien puheissa oli tärkeä merkitys itsellisen selviytymisen ja kodin ulkopuolisen toimijuuden mahdollistajana.

Uusea haastateltava liikuttui läheisavusta keskusteltaessa, mikä osoittaa mielestäni heidän kokemaan tarvitsevuutta läheisavusta sekä yksin jäämisen pelkoa ja turvattomuuden tunnetta. Yhä useampi ikäihminen voi jäädä ilman luonnollisia verkostoja tai ne voivat olla varsin satunnaisia. Yksin tai yksinäinen ikääntyminen (aging alone) on haaste tukea antavalle ja etsivälle vanhustyölle. On paljon puhuttu, miten yksilöllistymisen ja itsekeskeisyyden lisääntyminen ja työelämän kiireisyys ja paine sekä läheisten maantieteellinen etäisyys voivat johtaa yhteisvastuullisten läheisrakenteiden heikkenemiseen. Omaisten puuttuessa palvelutarjonnan tulisi vastata myös niin kutsuttujen tuki-

palvelujen (esimerkiksi siivous, kauppa-apu, saattajatoiminta, lääkehuolto, ulkoilu) järjestämiseen tai toteuttamiseen, voinnin seurantaan sekä toiminnallisiin ja sosiaaliin tarpeisiin, joihin usein toimintakyvyn alenemisen alkuvaiheessa vastaavat omaiset. Arjessa selviytymättömyyden tunne murtaa toimijuuden tunteen ja minäkuvan pystyvistä minästä, mikä aikaistaa hoiva-asumiseen siirtymistä. Mielestäni vanhuspalveluisa pitäisi ottaa käyttöön kattava avustajatoiminta, joka tukisi iäkkään arjessa selviytymistä ja kodin ulkopuolella toimimista. Uusista koulutusammateista kotipalvelutyöntekijä tai hoiva-avustaja soveltuisi tehtävään hyvin. Pelkän vapaaehtoistyö voimin tuen tarve ei tule täytettyä.

Muistamattomuus, kotona pelkääminen ja tilanne, jossa runsaskaan palvelujen määrä ei riitä takaamaan hyvää ja mielekästä elämää olivat haastateltavien mielestä syitä, jolloin hoivakoti on kotia parempi asuinpaikka. Hoivakoti näyttäytyi haastateltavien puheissa negatiivisena paikkana. Huonosta hoivasta ja kohtelusta, alistavista ja esineellistävistä käytänteistä raportoidaan varsin runsaasti. Hoivapalveluja leimaa kiire. Hoivakotien on purettava ihmisarvoa loukkaavat ja toimijuutta estävät käytänteet. Hoivakodin arkeen tarvitaan lisää toiminnallisuutta, yhteisöllisyyttä, arkista puuhailua ja mahdollisuutta ulkoiluun. Osallisuus myös hoivakodin ulkopuolisen yhteiskuntaan tulisi mahdollistaa. Erityisen tärkeää olisi tukea iäkästä hoivakodin ulkopuolisten sosiaalisten yhteyksien ylläpidossa.

Tutkielman myötä olen herkistynyt kuulemaan ja näkemään vanhuspalvelujen käytänteissä tapahtuvaa kohtaamisia ja käytettyjä ilmaisuja. Olen nähnyt vanhaa ihmistä arvostavaa, positiivisesti väritynyttä, tasa-vertaista, vaihtoehtoja tarjoavaa kohtaamista, jolloin iäkäs säilyttää itsekunnioituksensa ja arvokkuutensa, mutta olen nähnyt myös sanelevaa, esineellistävää ja toiseksi tekevää kohtaamista. Olen pohtinut, mihin perustuu näkemys, ettei vanhan ihmisen pahaa mieltä, hellyyden kaipuuta, kuolemanpelkoa, kipua tai ilmaistuja tarpeita tai toiveita tarvitse ottaa huomioon, ikään kuin ne eivät olisi aitoja tai varteenotettavia. Haastateltavat pelkäsivät huonoa kohtelua ja hoitoa. Minusta ei ole oikein, että vieläkin on onnen kauppaa, millaista palvelua ja kohtelua iäkäs saa osakseen. Näen iäkkään toimijuuden ohittamisen vakavana ihmisoikeusrikkomuksena.

Suomalainen yhteiskunta tarvitsi vanhuspalveluja koskevan lain ja laatusuosituksen varmistamaan, että iäkkäilläkin on oikeus läpinäkyvään, ihmistä arvostavaan ja toimijuutta tukevaan palveluun ja hoivaan. Vanhuspalvelulaki ja laatusuositus antavat selvät suuntaviivat vanhuspalvelujen suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin pohjaksi. Olen kuitenkin hiukan huolissani, koska taloudelliset seikat tuntuvat sanelevan ratkaisuja inhimillisiä seikkoja ja tiedossa olevia tarpeita vahvemmin. Vastuuta tunnutaan yhteiskunnassa olevan siirtämässä yhä enemmän iäkkäälle itselleen ja hänen lähiyhteisölleen vaikkakin se on selkeästi vastoin perustuslain takaamaa yhteiskuntavastuuta.

Toimijuuden näkökulmassa iäkkään henkilön elämää tarkastellaan fyysisenä, psyykkisenä, sosiaalisena ja ympäristöllisenä kokonaisuutena. Iäkkään henkilön yksilöllisyyden, toiveiden ja hyvän elämän kokemuksen esille nostaminen avaa uudenlaisia lähtökohtia tarkastella ikääntymistä, kohdata iäkäs, tukea iäkkään toimintakykyisyyttään ja iäkkään arkea. Lähtökohtana kohtaamisissa ovat iäkkään henkilön ihmisarvo, yksilölliset elämäntilanteet ja arjen merkitykset sekä elämän merkityksellisyyden tavoittelu iäkkään omasta näkemyksestä käsin. Kaikessa toiminnassa pyritään luomaan edellytyksiä mahdollisuudelle tehdä itselleen tärkeitä asioita ja toimia oman arkensa asiantuntijana. Toimijuuden viitekehyksen mukaisesti toimittaessa työskennellään kohti yksilöllisyyttä ja normaaliutta nostaen esille motivaatiota, vahvuuksia ja vaihtoehtoja menetysten ja ennalta sanelevuuden sijasta. Haastateltavat nostivat iäkkäiden henkilöiden arjen rakentamisen tavoitteeksi toiminnallisuuden, yhteisöllisyyden, yksilöllisyyden ja emotionaalisen turvallisuuden hyvän ja inhimillisen hoivan rinnalle.

Jokaisella iäkkäällä henkilöllä on oma yksilöllinen tarinansa. Tämänkään tutkimuksen tulokset eivät siten ole yleistettävissä suoraan johonkin henkilöön tai iäkkäisiin henkilöihin ryhmänä. Tavoitteeni on rakentaa ymmärrystä iäkkäiden henkilöiden toimijuudesta ja toimijuuteen liittyvistä tekijöistä tilanteessa, jossa iäkkäällä on toisen henkilön antaman avun tarve. Haastateltavien sanoittamana olen tuonut esille mielipiteitä, toiveita ja pelkoja koskien vanhenemistä ja vanhuspalvelujen asiakkuutta toimijuuden näkökulmasta. Viime vuosina on tehty useita tutkimuksia ikääntyneiden toimijuudesta, mikä on avannut ymmärrystä vanhenemisestä ja asiakkuudesta vanhuspalveluissa ikääntyvän ja iäkkään näkökulmasta. Toimijuustutkimukset ovat tuoneet esille, miten arjen käytänteillä on laaja-alaisia seurauksia iäkkään henkilön toimijuuden ja au-

tonomian toteutumisen mahdollisuuksiin ja kokemukseen hyvästä ja mielekkästä elämästä. Tutkimusnäkökulmana toimijuuden tunnon tarkastelu elämänkulun kautta avaa iäkkään henkilön toimijuuden rakentumista ja iäkkään tukemisen mahdollisuutta uudesta näkökulmasta. Tutkimuksellani olen halunnut vahvistaa ymmärrystä elämäntaitaisen toimijuuden tukemisen merkityksestä ihmisarvoiselle sekä mielekkäälle ja hyvälle elämälle iäkkäänä toimintakyvyn asteesta tai avuntarpeen määrästä riippumatta.

Toimijuuden viitekehys on tarjonnut tähän tutkimukseen monia tärkeitä aineksia. Ihmiskuvana se on muodostanut tutkimuksen ontologisen ulottuvuuden, tapana lähestyä käytäntöä ja käytäntöjä tutkimuksen praktisen ulottuvuuden, käsitys hyvästä elämästä eettisen ulottuvuuden ja analyysin viitekehyyksenä epistemologisen ulottuvuuden. Tutkielmamatkani aikana olen saanut lukea paljon alan kirjallisuutta ja tieteellisiä julkaisuja. Sanaa toimija käytetään mielestäni ilman, että se kytketään sanan syvällisempään merkitykseen. Toimijuus-käsitteen moninainen tarkastelumahdollisuus teki käsitteen haltuunotosta haasteellisen. Tämän vuoksi on ollut ajoittain haasteellista pitää tutkielman kokonaisuus tiiviinä ja johdonmukaisena. Välillä tunsin epävarmuutta, olenko käsitellyt toimijuutta oikeutetusta näkökulmasta. Tutkielman tekemisen viime metreillä julkaistu Elisa Virkolan väitöstutkimus vahvisti kuitenkin omaa näkemystäni toimijuuden henkilökohtaisesta perustasta.

Olen kiitollinen gradumatkastani iäkkään henkilön toimijuuden kysymyksen parissa. Laineen (2001, 44) mukaan tutkimus on onnistunut, jos se auttaa näkemään ilmiön aikaisempaa selkeämmin ja monipuolisemmin ja jos ymmärrys ilmiöstä paranee. Näin totisesti on minulle sosiaalityön opiskelijana ja vanhustyön ammattilaisena käynyt. Olisi äärimmäisen mielenkiintoista seurata, millainen on haastateltavien elämän loppumatka. Toivon heille hyvää ja mielekästä loppuelämää. Haluan uskoa, että kaikki käy parhain päin.

Lähteet

- Ala-Nikola, Merja 2003: Sairaalassa, kotona vai vanhainkodissa? Etnografinen tutkimus vanhustenhuollon kot- ja laitoshoidon päätöksentekoprosessista. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto, terveystieteen laitos. Acta Universitatis Tamperensis 972. Osoitteessa <http://uta17-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/67170/951-44-5816-8.pdf?sequence=1>. Luettu 12.12.2013.
- Antonovsky, Aaron 1988: Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well. Jossey-Bass. San Francisco.
- Anttonen, Anneli & Zechner, Minna (2009): Tutkimuksen lähestymistapoja hoivaan. Teoksessa Anttonen, Anneli & Valokivi, Heli & Zechner, Minna: Hoiva – tutkimus, politiikka ja arki. Vastapaino. Tampere. 16–98.
- Carstensen Laura 1991: Selectivity theory: Social activity in life-span context. Teoksessa Schaie K W & Lawton M P (toim.) Annual review of gerontology and geriatrics Volume 11. Springer Publishing. New York.
- Danderfelt, Tony 1999. Elämänkaaripsykologia. WSOY. Helsinki.
- Eloranta, Tuija & Punkanen Tiina 2008. Toimintakyky ja ikääntyminen. Teoksessa Eloranta, Tuija & Pulkkanen, Tiina Vireään vanhuuteen. Tammi. Helsinki. 9–28.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2010: Teemahaastattelu; opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistokeruu: virikkeitä aloittavalle tutkijalle. PS-kustannus. Jyväskylä. 24–42.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2000: Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino. Tampere.
- Euroopan ihmisoikeusjulistus 63/1999. Osoitteessa <http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1999/19990063><http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1999/19990063>. Luettu 16.3.2014.
- Giddens, Anthony 1984: The Constitution of Society. Outline of the Theory of Stracturation. Polity Press. Cambridge.
- Gordon, Tuula 2005: Toimijuuden käsitteen dilemmoja. Teoksessa Meurman-Solin, Anneli & Pyysiäinen, Ilkka (toim.) Ihmistieteet tänään. Gaudeamus. Helsinki. 114–130.
- Hakonen, Sinikka 2003: Muistelutyö. Teoksessa Marin, Marjatta & Hakonen, Sinikka (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. PS-kustannus. Jyväskylä. 130–145.
- Helin, Satu 2000: Iäkkäiden henkilöiden toimintakyvyn heikkeneminen ja sen kompensatioprosessi. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.
- Helin, Satu 2002. Palvelujärjestelmä iäkkään ihmisen voimavarojen tukijana. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) 2002. Vanhuuden voimavarat. 2. painos. Helsinki: Tammi, 35–67.
- Hepworth, Mike 2004: Embodied agency, decline and the masks of aging. Teoksessa Tulle, Emmanuelle (toim.) Old age and agency. Nova Science Publishers. New York. 125–135.
- Heikkinen, Riitta-Liisa 2008: Kokemuksellinen vanheneminen. Teoksessa Heikkinen, Eino & Rantanen, Taina (toim.) Gerontologia. Duodecim. 213–222.
- Heimonen, Sirkkaliisa 2009: Toimintakyvyn arviointi ja tukeminen. Teoksessa Pohjolainen, Pertti & Heimonen, Sirkkaliisa (toim.) Toimintakyvyn laaja-alainen arviointi ja tukeminen. Oraitia 1/2008. Ikäinstituutti. Helsinki. 6–16.
- Heimonen, Sirkkaliisa & Voutilainen, Päivi 2006: Avaimia arviointiin. Dementoituvien kuntoutumista edistävä hoitotyö. Edita.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2000: Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Yliopistopaino. Helsinki.

- Hurtig, Johanna & Laitinen, Merja 2003: Kanta-aottavuus tutkimuksen eettisenä kysymyksenä. Teoksessa Pohjola, Anneli (toim.) 2003: Eettisesti kestävä sosiaalitutkimus. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 47. Lapin yliopisto. Rovaniemi. 87–109.
- Ikäihminen toimijana -hanke. Vanhuspalvelulain toimeenpanoa Pohjois-Suomessa 2013-2014. Osoitteessa http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=9494918&name=DLFE-28114.pdf. Luettu 7.2.2014.
- Jolanki, Outi 2009: Fate or Choice? – Talking about old age and health. Väitöstutkimus. Tampereen yliopisto. Acta Electronica Universitatis Tamperensis; 864. Osoitteessa <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66512/978-951-44-7777-5.pdf?sequence=1>. Luettu 24.1.2014.
- Juhila, Kirsi 2006: Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Gummeruskirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Juntto, Anneli & Vilkkö Anni 2005: Monta kotia. Suurten ikäluokkien asumishistoriat. Teoksessa Karisto, Antti (toim.) Suuret ikäluokat. Vastapaino. Jyväskylä. 115–166.
- Jyrkämä, Jyrki 1990: Vanhuus, vanheneminen ja yhteiskunta – näkökulmia sosiaaliseen vanhenemiseen. Teoksessa Pohjalainen, Pertti & Jylhä, Maria (toim.) Vanheneminen ja elämänkulku - sosiaaligerontologian perusteita. Mäntän kirjapaino. Mänttä. 81–104.
- Jyrkämä, Jyrki 1996: ”Kuka on vanha kuka vanhus?” Näkymiä vanhenemisen ja vanhuuden kokemukseen. Teoksessa Aittola, Tapio, Alanen, Leena Rantamaa, Paula Matin, Marjatta Minkä ikäinen olettekaan rouva? Yhteiskuntatieteiden, valtio-opin ja filosofian julkaisuja. Jyväskylän yliopistopaino. Jyväskylä. 107–118.
- Jyrkämä, Jyrki 2004: Ikääntyminen ja ikääntyvien kuntoutus. Teoksessa Karjalainen, Vappu & Vilkkumaa, Ilpo (toim.) Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes. Helsinki. 153–160.
- Jyrkämä, Jyrki 2006: Vanhukset toimijoina – vanhusten läsnäolo ja osallisuus tutkimuksessa. Topo, Päivi (toim) Eettiset kysymykset vanhustenhuollon tutkimuksessa. Seminaari 26.1.2006. Stakes. Työpapereita 21/2006. Valopaino Oy. Helsinki. 14–19.
- Jyrkämä, Jyrki 2007a: Toimijuus ja toimijatilanteet – aineksia ikääntymisen arjen tutkimukseen. Teoksessa Seppänen, Marjaana & Karisto, Antti & Kröger, Teppo (toim) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välillä. PS- kustannus. Juva. 190–217.
- Jyrkämä, Jyrki 2007b: Emootiot, toimijuus ja vanhuuden arkitilanteet. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa & Syren, Iikka (toim.) Kokemus ja kokemuksellisuus ikääntyessä. Oraitia 1/2008. Ikäinstituutti. Helsinki. 19–24.
- Jyrkämä, Jyrki 2008: Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä: hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehikseksi. Gerontologia 2008/22,4. 190–203. Osoitteessa
- Järnström, Sanna 2011: ”En tiedä, mitä ne ajattelee mun kohtalokseni”. Etnografinen tutkimus asiakkuudesta ja asiakaslähtöisyydestä geriatriassa sairaalassa. Akateeminen väitöskirja. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteet. Tampereen yliopisto. Osoitteessa <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-8508-4> <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-8508-4>. Luettu 28.12.2013.
- Jääskeläinen, Antti 2004: Pakotteet ja vanhuksen itsemääräämisoikeus. Teoksessa. Kankare, Harri & Lintula, Hanna (toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. Dark Oy. Vantaa. 145–156.
- Kankare, Harri 2002: Lähimmäisenrakkkaus ja välinpitämättömyys hoitotyössä. Hoitotieteen laitos. Tampereen yliopisto.

- Kankare, Harri & Lintula, Hanna (toim.) 2004: Vanhuksen äänen kuuleminen. Dark Oy. Vantaa.
- Karisto, Antti 2004: Kolmas ikä – uusi näkökulma väestön ikääntymiseen. Teoksessa Ikääntyminen voimavarana Tulevaisuusselonteon liiteraportti. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004. 91-103.
- Karisto Antti 2005: Suuret ikäluokat kuvastimessa. Teoksessa Karisto Antti Suuret ikäluokat. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä. 17–60.
- Karvonen–Kälkäjä, Anja 2012: Unohtuuko vanhus? Oikeudellinen tutkimus hallintosopimuksen asianosaissuhteista vanhuksen vaikuttamismahdollisuuden näkökulmasta. Vanhustyön keskusliiton tutkimuksia 1:2012. Vammalan Kirjapaino Oy. Sastamala.
- Kemper, Theodore 1978: A Social Interactional Theory of Emotions. John Wiley & Sons. New York.
- Koskinen, Simo 1994: Gerontologinen sosiaalityö vanhuspolitiikan mikrorakenteessa. Acta Universitatis Lapponiensis 3. Lapin yliopisto. Rovaniemi.
- Koskinen, Simo 2004: Ikääntyneiden voimavarat. Teoksessa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston julkaisu 33/2004. Helsinki. 24–90.
- Koskinen, Simo & Hakapää, Liisa & Maranen, Pirkko & Piekkari, Jouni 2007: Kolmasikäisten elämää pohjoisissa kaupungeissa. KaupunkiElvi-hankkeen tutkimustuloksia. Lapin yliopisto. Osoitteessa <http://www.ulapland.fi/loader.aspx?id=75ce8414-c41c-43a9-aab6-25394e3cdf63>. Luettu 23.2.2014.
- Koskinen, Simo 2008: Gerontologinen sosiaalityö. Teoksessa Heikkinen, Eino & Rantanen, Taina Gerontologia. Duodecim. Keuruu. 437–448.
- Koskinen, Simo & Pitkälä, Kaisu & Saarenheimo, Marja 2008: Gerontologinen kuntoutus. Teoksessa Rissanen, Paavo & Kallanranta, Tapani & Suikkanen, Asko (toim.) Kuntoutus 2. uud. painos. Duodecim. Helsinki. 436–448.
- Kröger, Teppo & Karisto, Antti & Seppänen, Marjaana 2007: Sosiaalityö vanhuuden edessä. Teoksessa Seppänen, Marjaana & Karisto, Antti & Kröger, Teppo (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. PS -kustannus. Juva. 7–15.
- Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi (STM Julkaisu 2013:11) Osoitteessa http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=6511564&name=DLFE-26915.pdf
- Laine, Timo 2010: Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aatola, Juhani & Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Kolmas uudistettu ja täydennetty painos. PS-kustannus. Juva. 12–27.
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (28.12.2012/980) Osoitteessa <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>.
- Lloyd, Liz 2000: Dying in old age: promoting well-being at the end of life. Mortality, Vol. 5, No. 2, 2000. 171–188. Osoitteessa <http://web.ebscohost.com.login.ezproxy.ulapland.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?hid=7&sid=828d9b8a-e996-4fbb-84a0-0f3476c05328%40sessionmgr15&vid=4>. Luettu 3.2.2014.
- Luoma Minna-Liisa 2009: Elämänlaatu. Teoksessa Voutilainen, Päivi & Tiikkainen Pirjo (toim.) Gerontologinen hoitotyö. Edita. Tampere. 74–89.

- Mankinen, Tarja 2011: Turvallinen elämä ikääntyneille. Toimintaohjelma ikääntyneiden turvallisuuden parantamiseksi. Sisäasianministeriön julkaisut 19/2011. Osoitteessa <http://herkules oulu.fi/isbn9789514292088/isbn9789514292088.pdf>. Luettu 24.4.2014.
- Mattila, Kati- Pupita 2002: Syöpäpotilaan palliatiivisen hoidon keskeiset eettiset ongelmat. Väitöstutkimus. Helsingin yliopisto.
- Metsämuuronen, Jari 2005: Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.
- Miettinen, Sonja 2006: Eron aika. Tyttöjen kertomuksia ikääntyneen vanhemman kuolemasta. Akateeminen väitöskirja. Valtiotieteellinen tiedekunta. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Helsingin yliopisto. Osoitteessa <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200911175557> <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200911175557>. Luettu 15.10.2013.
- Mikkola, Tuula 2005: ”Tätä meidän elämää” – tutkimus puolisoahoivan arjesta. Lisensiaattitutkielma. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Helsingin yliopisto.
- Mikkola, Tuula 2009: Sinusta kiinni – tutkimus puolisoahoivan arjen toimijuuksista. Akateeminen väitöskirja. Valtiotieteellinen tiedekunta, yhteiskuntapolitiikan laitos, sosiaalipolitiikka. Helsingin yliopisto. Osoitteessa <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200911175557> <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200911175557>. Luettu 10.11.2013.
- Moilanen, Pentti & Räihä, Pekka 2010: Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Kolmas uudistettu ja täydennetty painos. PS-kustannus. Juva.46–69.
- Moisio, Päivi & Heikkinen, Sari & Honkakoski, Arja & Nurmio, Kirsi & Pakanen, Mira 2013. Vanhuspalvelulain pilotointi. Väli-suomen Ikäkaste – Äldre-Kaste II. Ikälain pilotointi – osahankkeen raportti. Osoitteessa http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/sosiaalipalvelut/ikaantyneet/vanhuspalvelulaki/Documents/Vanhuspalvelulain_pilotointi-raportti.pdf. Luettu 13.1.2014.
- Muurinen, Seija & Vaarama, Marja & Haapaniemi, Hannele & Munkkila Susanna & Hertto, Petteri & Luoma, Minna-Liisa 2006: Vanhainkotiasiakkaiden elämänlaatu, hoidon laatu ja hoidon kustannustehokkuus. Care Keys –projekti/Helsinki-tiimi. Tutkimuksia 2006:2. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Osoitteessa http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/876f27004a1563d8973ff7b546fc4d01/2_ck_raportti.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=876f27004a1563d8973ff7b546fc4d01
- Mäki-Petäjä-Leinonen, Anneli 2006: Dementian vaikutuksesta oikeudelliseen toimintakykyyn. Topo, Päivi (toim) Eettiset kysymykset vanhustenhuollon tutkimuksessa. Seminaari 26.1.2006. Stakes. Työpapereita 21/2006. Valopaino Oy. Helsinki. 20–23.
- Mäkinen, Olli 2006: Tutkimusetiikan ABC. Tammi.
- Nykänen, Sirpa 2007: ”Kot on paras paikka”. Kotona asumisen merkitys ikääntyvälle. KaupunkiElvi-tutkimuksen osaraportti 2. Osoitteessa <http://www.ulapland.fi/loader.aspx?id=b60f1f16-b935-4f6c-a50c-0a843f0958c6>. Luettu 13.2.2014.
- Ojanen, Karoliina 2014: Autettavasti mies? Miehiyksen rakentuminen ja avun pyytäminen laitoshoidossa. Gerontologia 28 (1) 2014. 16–29.
- Paasivaara, Leena 2004: Kuuleeko palvelujärjestelmä vanhuksia? Teoksessa Kankare, Harri & Lintula, Hanna (toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. Dark Oy. Vantaa. 19–34.
- Palomäki, Sirkka-Liisa & Teeri, Sari 2011: Ikäihmisten palvelujen kehittämisen etiikka. Gerontologia 1/2011. 49–53.

- Pelkonen, Risto & Louhiala, Pekka 2002: Ihminen lääketieteellisen tutkimuksen kohteena. Teoksessa Karjalainen Sakari & Launis Veikko & Pelkonen Risto & Pietarinen Juhani Tutkijan eettiset valinnat. Tammer-Paino. Tampere. 126–136.
- Perälähti, Anne & Londen, Pia & Siltaniemi, Aki & Särkelä, Riitta & Peltosalmi, Juha & Eronen, Anne 2011: Sosiaalibarometri 2011. Ajankohtainen arvio palveluista, palvelujärjestelmän muutoksesta ja kansalaisten hyvinvoinnista. Suomen sosiaali- ja terveys ry. Sosiaali- ja terveysalan keskusliitto. Helsinki.
- Phillips, Judith & Ajrouch, Kristine & Hillcoat-Nallétamby 2010: Key Concepts in Social Gerontology. Sage Publications Inc. Lontoo.
- Pietarinen, Juhani 2002: Eettiset perusvaatimukset tutkimustyössä. Teoksessa Karjalainen Sakari & Launis Veikko & Pelkonen Risto & Pietarinen Juhani Tutkijan eettiset valinnat. Tammer-Paino. Tampere. 58–69.
- Pohjola, Anneli 2003: Tutkijan eettiset sitoumukset. Teoksessa Pohjola, Anneli (toim.) 2003: Eettisesti kestävä sosiaalitutkimus. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 47. Lapin yliopisto. Rovaniemi. 53–67.
- Puohiniemi, Martti 2002. Arvot, asenteet ja ajankuva. Limor kustannus. Vantaa.
- Raitasalo, Raimo 1996: Elämänhallintaa etsimässä. KELA. Helsinki.
- Rajaniemi, Jere 2006: Ikäihmisten arki ja kotona asumisen arkielämä tukeminen. Julkaisussa Pohjolainen, Pertti & Sarvimäki, Anneli & Syrén, Ilkka (toim.) Toimintakyky ja sosiaalista tukea iäkkäiden, omaisten ja työntekijöiden arjessa. Esityksiä VI Gerontologian päivillä 4.-5.5.2007. Oraita 3/2007. Osoitteessa <http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/3/fid/17/>. Luettu 10.1.2014.
- Rauhala, Lauri 1989: Ihmisen ykseys ja moninaisuus. Sairaanhoidtajien koulutussäätiö. Helsinki.
- Rauhala, Lauri 2005: Ihminen kulttuurissa – kulttuuri ihmisessä. Yliopistopaino. Helsinki.
- Roos, Jeja-Pekka 1987; Suomalainen elämä. Tutkimus tavallisten suomalaisten elämänkerroista. Suomalaisen kirjallisuuden seura. Helsinki.
- Räsänen, Riitta 2011: Ikääntyneiden asiakkaiden elämänlaatu ympärivuorokautisessa hoivassa sekä hoivan ja johtamisen laadun merkitys sille. Acta Universitas Lapponiensis 210. Juvenes Print. Rovaniemi. Osoitteessa http://doria17-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/72064/R%C3%A4s%C3%A4nen_Riitta_DORIA.pdf?sequence=4. Luettu 16.2.2014.
- Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2009: KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovarasto. Kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkiston julkaisuja. Tampere. Osoitteessa http://www.fsd.uta.fi/fi/julkaisut/motv_pdf/KvaliMOTV.pdf. Luettu 11.12.2013.
- Saarenheimo, Marja 2003. Vanhuus ja mielenterveys. Arkielämän näkökulmia. WSOY. Helsinki.
- Saarnio Reetta 2009: Fyysisten rajoitteiden käyttö vanhusten laitoshoidossa. Acta Universitas Ouluensis C 1024. Väitöstutkimus. Lääketieteellinen tiedekunta. Hoitotiede. Oulun yliopisto. Osoitteessa <http://herkules oulu.fi/isbn9789514292088/isbn9789514292088.pdf>. Luettu 26.4.2014.
- Salonen, Kari 2007: Haastava sosiaalinen vanhustyössä – avopalvelutyöntekijöiden näkemyksiä kotona asuvien vanhusten sosiaalisesta olomuotoisuudesta. Väitöstutkimus. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Jyväskylän yliopisto. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 26. Turun kaupungin painatuskeskus. Turku.

- Sarvimäki, Anneli & Stenck-Hult 2010: Vanhuus, haavoittuvuus ja hoidon eettisyys. Kirjassa Sarvimäki, Anneli & Heimonen, Sirkkaliisa & Stenck-Hult, Bettina 2010 (toim.): Vanhuus ja haavoittuvuus. Edita. Helsinki. 33–58.
- Sarvimäki, Anneli & Heimonen, Sirkkaliisa & Stenck-Hult, Bettina 2010 (toim.): Vanhuus ja haavoittuvuus. Edita. Helsinki.
- Sarvimäki, Anneli 2006: Vanhustenhuollon tutkimus ja tutkimuseetiikka. Teoksessa Topo, Päivi (toim) Eettiset kysymykset vanhustenhuollon tutkimuksessa. Seminaari 26.1.2006. Stakes. Työpapereita 21/2006. Valopaino Oy. Helsinki. 9–13.
- Savioja, Hannele & Karisto, Antti & Rahkonen, Ossi & Hellsten, Katri 2000: Suurten ikäluokkien elämäntilanne. Teoksessa Heikkinen, Eino & Tuomi, Jouni Suomalainen elämäntilanne. Tammi. Helsinki. 58–73.
- Savikko, Niina & Huusko, Tiina & Pitkälä Kaisu 2006: Ikääntyneiden elämänlaadun mittaamisen ongelmia. Teoksessa Huusko, Tiina & Strandberg, Timo & Pitkälä, Kaisu (toim.) Voiko ikääntyneiden elämänlaadua mitata? Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 12. Vanhustyön keskusliitto. 24–41.
- Seppänen, Marjaana 2006: Gerontologinen sosiaalityö. Yliopistopaino. Helsinki.
- Seppänen, Marjaana & Simonen, Mika & Valve, Raisa 2009. Ikääntyneiden sosiaalisen toimintakyvyn arviointi. Kuvaus kehittämisprosessista ja arviointimallista. Helsingin yliopisto. Koulutus – ja kehittämiskeskus Pamela. Lahti. Osoitteessa http://www.palmenia.helsinki.fi/ikihyva/Sosiaalinen_toimintakyky_raportti_031109.pdf. Luettu 20.11.2013.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2006: Ikäihmisten toimintakyvyn arviointi osana palvelutarpeen arviointia sosiaalihuollossa. Tiedote 7.6.2006. Osoitteessa <http://www.sosiaaliportti.fi/File/308e7352-a0a2-44df-bd07-ef82c2fe4dc5/ik%C3%A4ihmisten+toimintakyvyn+arviointi+stm.pdf>. Luettu 1.2.2014.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2008: Ikäihmisten palveluiden laatusuositus. Suomen kuntaliitto.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 26.6.2013: ”Vanhuspalvelulaki”. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystaloudesta. Muistio lain toimeenpanon ja tulokannan tueksi. Osoitteessa http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=7724561&name=DLFE-26865.pdf. Luettu 2.2.2014.
- Stake, Robert E. 2010: Qualitative Research. Studying how things work. The Guilford press. New York.
- Suomen perustuslaki 19.6.1999/731. Osoitteessa <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>. Luettu 16.3.2014.
- Suomen vanhusten turvakotiyhdistys ry 2005: Opas ikääntyneiden kaltoinkohtelusta sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille. Osoitteessa <http://survantory.fi/wp-content/uploads/Opas-kaltoinkohtelusta1.pdf>. Luettu 26.4.2014.
- Tedre, Silva 2003: Hoiva ja vanhuus. Teoksessa Marin, Marjatta & Hakonen, Sinikka (toim) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. PS-kustannus. Jyväskylä. 57–71.
- Tedre, Silva 2007: Vanhuuden vahvat ja avuttomat. Teoksessa Seppänen, Marjaana & Karisto, Antti (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. WS Bookwell Oy. Juva. 95–119.
- THL. Terveystalouden ja hyvinvoinnin laitos. Vanhuspalvelulain toimeenpanon ja vaikutusten seuranta 2013–2014. Osoitteessa http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopakettit/vanhuspalvelulain_toimeenpanon_seuranta. Luettu 8.12.2013.

- Tester, Susan & Hubbard, Gill & Downs, Murna & MacDonald, Charlotte & Murphy, Joan 2004: Frailty and institutional life. In Walker, Alan & Hagan Hennessy, Catherine (eds.) Growing Older. Quality of life in old age. Open University Press. Berkshire. 209–224.
- Topo, Päivi (toim) 2006: Eettiset kysymykset vanhustenhuollon tutkimuksessa. Seminaari 26.1.2006. Stakes. Työpapereita 21/2006. Valopaino Oy. Helsinki.
- Tulle, Emmanuella 2004: Rethinking Agency in Later Life. Teoksessa Tulle, Emmanuella Old age and agency. Nova Science Publishers. New York. 175–189.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2002): Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Gummerus Kirjapaino Oy, Tampere.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012: Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Osoitteessa http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Luettu 27.10.2013
- Yhdistyneiden kansakuntien ihmisoikeuksien julistus 10.12.1948. Osoitteessa http://www.ihmisoikeudet.net/uploads/materiaali/YK_Ihmisoikeuksien%20julistus.pdf Luettu 16.3.2014.
- Vaarama, Marja 2002: Tavoitteena vanhan ihmisen hyvä elämänlaatu. Teoksessa Voutilainen, Päivi & Vaarama, Marja & Bacman, Kaisa & Paasivaara, Leena & Eloniemi-Sulkava, Ulla & Finne-Soveri, Harriet (toim.) Ikäihmisten hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Stakes. Oppaita 49. Saarijärvi. 11–18.
- Vaarama, Marja 2004: Ikääntyneiden toimintakyky ja hoivapalvelut – nykytila ja vuosi 2015. Teoksessa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtionneuvoston kanslian julkaisusarja 22/2004. Helsinki. 132–198.
- Vaarama, Marja & Siljander, Eero & Luoma, Minna-Liisa & Meriläinen, Satu 2010: 80 vuotta täyttäneiden koettu elämänlaatu. Teoksessa Vaarama, Marja & Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2010. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 150–167. Osoitteessa <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/8cec7cec-5cf3-4209-ba7a-0334ecdb6e1d>. Luettu 17.12.2013.
- Valokivi, Heli 2008: Kansalainen asiakkaana. Tutkimus vanhusten ja lainrikkokojien osallisuudesta, oikeuksista ja velvollisuuksista. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Tampere. Osoitteessa <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67800/978-951-44-7181-0.pdf?sequence=1><http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67800/978-951-44-7181-0.pdf?sequence=1>. Luettu 23.2.2014.
- Valvira. Sosiaali- ja terveydenalan lupa- ja valvontavirasto. Vanhustenhuollon sosiaali- ja terveysterveyspalvelut. Osoitteessa http://www.valvira.fi/ohjaus_ja_valvonta/vanhustenhuolto. Luettu 8.12.2013.
- Vuoti, Maire 2011: Pohjoissuomalaisten suurten ikäluokkien tulevaisuudenkuvat ikääntymisestäään, hyvinvoinnistaan ja sosiaali- ja terveysterveyspalveluistaan. Oulun ja Lapin yliopistot. Väitöstutkimus. Acta Universitatis Ouluensis. D Medica 1114. Oulu. Osoitteessa <http://herkules oulu.fi/isbn9789514295386/isbn9789514295386.pdf>. Luettu 11.2.2014.
- Vikström, John 2004: Vanhuksen äänen arvo. Teoksessa Kankare, Harri & Lintula, Hanna (toim.) 2004: Vanhuksen äänen kuuleminen. Dark Oy. Vantaa. 13–18.
- Virkki, Tuija 2004: Vihan voima. Toimijuus ja muutos vihakertomuksissa. Atena. Jyväskylä.
- Virkola, Elisa 2013: Toimijuutta, refleksiivisyyttä ja neuvotteluja – muistisairaus yksinasuvan naisen arjessa. Väitöstutkimus. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä. Osoitteessa <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/42804>. Luettu 27.3.2013.
- Vähäkangas, Pia 2010: Kuntoutusta edistävä hoitajan toiminta ja sen johtaminen pitkäaikaisessa laitoshoidossa. Väitöstutkimus. Acta Universitatis Ouluensis Mesica D 1060.

Oulu. Osoitteessa
<http://herkules.oulu.fi/isbn9789514262319/isbn9789514262319.pdf>. Luettu 8.1.2014.
Woods, Bob 2007: Understanding the Experience of Dementia. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa & Syren, Ilkka Kokemus ja kokemuksellisuus ikääntyessä. Seminaariesityksiä 26.-27.11.2007. Oraita 1/2008. 6–8.

Muut tietolähteet:

Kairala, Maarit 2010: Osallisuus ikäihmisten näkökulmasta. Osoitteessa
<http://phekaisevatyo.pbworks.com/f/Osallisuus+ik%C3%A4ihmisten+n%C3%A4k%C3%B6kulmasta.pdf>. Luento.
Ronkainen, Suvi 2012. Sukupuoli, valta ja toimijuus. Luento 2.2.2012. Osoitteessa
blogs.helsinki.fi/piberg/.../Ronkainen_02022012.ppt. Luentomateriaali, luettu 8.11.2013

Liitteet

Liite 1 Saatekirje

8.12.2013

Tutkimus toimijuudesta iäkkään henkilön itsensä sanoittamana

Arvoisa vastaaja!

Kiitos kun suostuit haastateltavakseni! Teen vanhuspalvelujen asiakkuuteen liittyvää tutkimusta. Tutkimus on osa minun yliopisto-opintoja.

Tänä päivänä lainsäädäntö edellyttää, että vanhuspalvelujen järjestämisessä on kuul-tava aikaisempaa paremmin iäkkään henkilöä itseään, hänen mielipiteitään, tärkeinä pitämiä asioita ja toiveita, miten palvelut tulee järjestää ja toteutetaan. Tavoitteena on myös, että iäkkäät saavat asua kotonaan mahdollisimman pitkään.

Olen kiinnostunut kuulemaan, mistä iäkkään henkilön kokemuksista, tarpeista, toiveis-ta, odotuksista ja tunteista henkilökohtainen näkemys toimijuudesta vanhuspalvelujen asiakkuudessa muodostuu. Pohdinnat tuovat uudenlaisia aineksia vanhuuden arkitilan-teiden ja palvelutarpeen ymmärtämiselle. Toimijuus käsitteen kautta vanhuspalveluis-sa tuodaan esiin ikääntyneen oma subjektiivisuus: oma tahto, omat valinnat, omannäköi-nen tekeminen ja hänelle itselleen tärkeät asiat. Haluan kuulla, mistä hyvä elämä van-huudessa Sinun mielestä koostuu.

Osallistuminen tutkimukseen on vapaaehtoista. Nauhoitan vapaamuotoisen keskuste-lumme. Vastaukset tulevat vain tämän tutkimuksen käyttöön, niitä ei luovuteta eteen-päin tai käytetä muussa yhteydessä. Käsittelen vastaukset nimettömänä ja ehdotto-man luottamuksellisesti. Sinua ei voi tunnistaa tutkimuksesta.

Tutkimuksen ohjaajana toimii VTT, Lapin yliopiston gerontologisen sosiaalityön profes-sori Marjaana Seppänen puh. 040–484 4207.

Ystävällisin terveisin

Arja Kasurinen
sosiaalityön opiskelija Lapin yliopisto
Lisätietoja puh. 040–750 5462

Liite 2 Teemahaastattelurunko

Haastattelukysymykset:

Minkä ikäinen olet nyt?

Millaista työtä olet tehnyt?

Millainen perhe Sinulla on ollut?

Onko Sinulla nyt lähiomaisia, joihin voit turvata arjessasi?

Millaisten vaiheiden jälkeen olet päätynyt tänne (osoite) asumaan?

Mikä elämänvaihe on Sinusta ollut mukavin? Entä vaikein?

Jos muistelet elämäkulkuasi, mitkä ovat Sinuun eniten vaikuttaneet tapahtumat elämässäsi?

Miten koit eläkkeelle jäännin?

Mitkä asiat ovat Sinulle erityisen tärkeitä elämässä? Sellaisia, jotka ovat melkein kuin osa sinua ja joista et halua luopua koskaan. Mistä syystä ne ovat Sinulle tärkeitä? Mistä asti ne ovat olleet Sinulle tärkeitä?

Onko Sinulla jotakin tapoja tai tottumuksia, joita haluaisit ylläpitää elämäsi loppuun asti? Mistä syystä ne ovat Sinulle tärkeitä? Mistä asti ne ovat olleet Sinulle tärkeitä?

Oletko nyt iäkkäänä joutunut luopumaan joistakin Sinulle tärkeistä asioista, tavoista tai tottumuksista? Miksi?

Muuttuuko ihminen jollakin tavalla ikääntyessään?

Liittyykö ikääntymiseen myönteisiä asioita?

Liittyykö ikääntymiseen kielteisiä asioita?

Millaista Sinun mielestä on olla iäkäs tänä päivänä?

Miten Sinun mielestä iäkästä ihmistä kohdellaan yhteiskunnassa, palveluissa, muiden ihmisten taholta tai perhepiirissä?

Miten toivoisit asioiden olevan?

Millaisista asioista Sinun mielestä koostuu hyvä ja mielekäs elämä vanhana?

Miten Sinä haluaisit vanhuutesi elää?

Millaisia vanhuspalvelut ovat Sinun mielestäsi? Mikä on hyvin? Tulisiko jotakin olla toisin?

Sinulle voi eteen tulla tilanne, että tarvitset ulkopuolista apua kotiin (kuten kotihoidon apua)

Millaisia ajatuksia kotiin tulevat palvelut Sinussa herättää?

Onko mielessäsi jotakin Sinulle tärkeää huomioitavaa kun Sinulle palveluja kotiin suunnitellaan ja toteutetaan?

Millaista mielestäsi on hyvä ja mielekäs elämä kotihoidon turvin kotona?

Mitä asioita tai tapahtumia arkeesi silloin kuuluisi?

Mitä et millään haluaisi tapahtuvan?

Sinulle voi eteen tulla myös tilanne, ettei kotona asuminen ole enää mahdollista ja muutat kodin ulkopuoliseen asumisyhteisöön.

Millaisessa tilanteessa kotona asuminen ei mielestäsi ole enää mahdollista?

Millaisia ajatuksia hoivakoti Sinussa herättää?

Millaista mielestäsi on hyvä ja mielekäs elämä hoivakodissa?

Mitä asioita tai tapahtumia arkeesi silloin kuuluisi?

Onko mielessäsi jotakin Sinulle tärkeää, jonka haluaisit huomioitavan Sinulle annettavassa hoivassa tai itse hoivapaikassa?

Mitä et millään haluaisi tapahtuvan hoivapaikassa?